

GAMBARAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

Puspa Pertiwi

Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi

Universitas Sanata Dharma

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. Regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengelola pikiran, perasaan, dan perilaku demi mencapai tujuan belajar tertentu. Regulasi diri dalam belajar dapat dilihat dari tujuan belajar yang dimiliki, strategi untuk mencapainya, dan cara mengevaluasi proses belajar yang telah dilakukan. Jenis penelitian ini adalah penelitian survei deskriptif dengan jumlah responden sebanyak 455 mahasiswa. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner terbuka. Metode analisis data menggunakan Analisis Isi Kualitatif (AIK). Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran regulasi diri dalam belajar dilihat dari alasan belajar karena adanya ekspektasi akan hasil, nilai tugas, minat, orientasi tujuan, tanggung jawab, proses kehidupan, dan sosialisasi. Berdasarkan proses belajar mahasiswa menggunakan strategi untuk menyelesaikan tugas, instruksi mandiri, perumpamaan, mengelola waktu dan lingkungan, serta mencari bantuan. Pada saat memantau proses belajar mahasiswa mengevaluasi diri berdasarkan standar tertentu, melakukan atribusi kausal, dan menanggapi dengan reaksi adaptif.

Kata kunci: *regulasi diri dalam belajar, mahasiswa, tahap perkembangan menuju dewasa*

**THE DESCRIPTION OF SELF-REGULATED LEARNING
AMONG UNIVERSITY STUDENTS**

Puspa Pertiwi

Psychology Program, Faculty of Psychology

Sanata Dharma University

ABSTRACT

This study aims to provide an overview of self-regulated learning among university students. Self-regulated learning refers to an individual's ability to manage thoughts, emotions, and behavior in order to achieve specific learning goals. Self-regulated learning can be observed through the learning goals individuals possess, the strategies they employ to achieve those goals, and the ways they evaluate their learning processes. This type of research is a descriptive survey research with a sample size of 455 students. Data collection is carried out using an open-ended questionnaire. The data analysis method employed is Qualitative Content Analysis (QCA). The results of the study indicate that the description of self-regulated learning is manifested through reasons for learning, such as outcomes expectation, task values, interests, goal of orientations, responsibility, life processes, and socialization. In terms of the learning process, students utilize strategies such as task strategies, self-instruction, imagery, time and environmental management, and help seeking. When monitoring their learning process, students evaluate themselves based on specific standards, engage in causal attributions, and respond with adaptive reactions.

Keywords: *self-regulated learning, university students, developmental stages emerging adulthood*