

## **Pengaruh Layanan Teknik Konseling Individu Terhadap *Self-Regulated Learning* Mahasiswi Aktif Berorganisasi**

**\*Andri Kurniadi Putra<sup>1</sup>**

Institut Agama Islam Negeri Kerinci<sup>1</sup>

[\\*andrikurniadiputa74@gmail.com](mailto:andrikurniadiputa74@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract:** *This research aims to see the effect of individual counseling techniques on self-regulated learning (SRL) in female students who are active in organizations. Self-regulated learning is an important ability that allows students to organize and control their learning process independently, which is very necessary for those involved in busy organizational activities. The method used in this research is descriptive quantitative. The research sample consists of IAIN Kerinci students. Normality test using Kolmogorov-Smirnov. The results of the normality test show that the data is normally distributed ( $p > 0.05$ ). The research results show that there is no difference/influence on students' level of self-regulated learning when viewed from student participation in organizations*

**Keywords:** *Individual Counseling, Self-Regulated Learning, Active Student Organizations*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh layanan teknik konseling individu terhadap self-regulated learning (SRL) pada mahasiswi yang aktif berorganisasi. Self-regulated learning merupakan kemampuan penting yang memungkinkan mahasiswa mengatur dan mengontrol proses belajar mereka secara mandiri, yang sangat diperlukan bagi mereka yang terlibat dalam kegiatan organisasi yang padat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Sampel penelitian terdiri dari mahasiswa IAIN Kerinci. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ( $p > 0.05$ ). Hasil penelitian pada menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan/pengaruh tingkat *self regulated learning* mahasiswa jika ditinjau dari keikutsertaan mahasiswa dalam organisasi

**Kata Kunci:** *Konseling Individu, Self-Regulated Learning, Mahasiswa Aktif Berorganisasi*

### **Pendahuluan**

Pendidikan tinggi tidak hanya seputar pemberian pengetahuan, tetapi juga tentang pengembangan keterampilan diri yang melibatkan aspek psikologis dan emosional mahasiswa. Secara umum, mahasiswa dapat dibagi menjadi dua kelompok mereka yang aktif dalam organisasi dan mereka yang tidak terlibat dalam kegiatan organisasi. Secara umum, mahasiswa dapat dibagi menjadi dua kelompok: mereka yang aktif dalam organisasi dan mereka

yang tidak terlibat dalam kegiatan organisasi. Kedua jenis mahasiswa ini menunjukkan pola karakteristik yang berbeda dalam hal regulasi diri. Mahasiswa yang aktif dalam organisasi biasanya memiliki jadwal yang lebih sibuk dan terlibat dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler, sehingga mereka perlu mengelola waktu dan tugas akademis dengan lebih efisien. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak aktif dalam organisasi mungkin memiliki lebih banyak waktu luang untuk belajar, namun mereka mungkin mengalami kesulitan dalam memotivasi diri dan memantau perkembangan belajar mereka. Dikhawatirkan bahwa rendahnya sistem regulasi diri pada mahasiswa yang aktif dalam organisasi dapat menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam proses belajar. Hal ini dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk mencapai tujuan akademik mereka, seperti mendapatkan nilai yang baik atau menyelesaikan tugas-tugas kuliah dengan baik (Grahani & Mardiyanti, 2019).

Mahasiswa yang aktif dalam berorganisasi biasanya sering dihadapkan dengan tuntutan ganda, antara menjalani kehidupan akademis atau berkontribusi dalam organisasi. Dalam hal ini, *self-regulated learning* atau pembelajaran yang diatur oleh diri sendiri menjadi salah satu hal yang bisa di jadikan penunjang untuk mencapai keberhasilan akademis dan pengembangan pribadi.

Sebagian mahasiswa memilih untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan organisasi, sementara yang lain memilih untuk tidak mengikuti organisasi. Dengan kata lain, mahasiswa yang aktif dalam organisasi diharapkan dapat menyeimbangkan waktu antara kegiatan organisasional dan tuntutan akademis, sementara mahasiswa yang tidak berpartisipasi dalam organisasi fokus sepenuhnya pada aspek akademis mereka (Sholikhah, 2018).

*Self-regulated learning* adalah kemampuan untuk menjadi partisipan aktif dalam proses belajar. Dengan memanfaatkan aspek metakognisi, *self-regulated learner* merencanakan, mengorganisasi, mengarahkan diri, memonitor diri, dan mengevaluasi diri pada berbagai tingkatan pembelajaran. Dalam konteks ini, *self-regulated learning* bukan hanya mengacu pada aspek

kognitif, tetapi juga mencakup motivasi dan perilaku, menyoroti keterlibatan holistik individu dalam mengelola dan mengatur pengalaman belajar mereka (Mukhid, 1998).

*Self-regulated* learning diilustrasikan sebagai inisiatif diri yang mencakup penetapan tujuan, upaya pengaturan untuk mencapai tujuan tersebut, manajemen waktu, serta pengaturan lingkungan fisik dan sosial (Dewi et al., 2020)

Salah satu pendekatan yang mungkin efektif untuk meningkatkan SRL adalah melalui layanan teknik konseling individu. Konseling individu diarahkan untuk memberikan dukungan personal dan membantu mahasiswa mengatasi hambatan yang mungkin mempengaruhi kemampuan mereka untuk mengatur pembelajaran secara efektif.

Layanan konseling individual dapat dijelaskan sebagai suatu proses bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada kliennya dengan tujuan untuk memahami akar masalah yang dihadapi serta upaya aktif dalam mengembangkan aspek personal klien. Pendekatan ini bertujuan agar klien dapat berhasil beradaptasi dan melakukan penyesuaian diri secara sehat dalam lingkungan sosialnya dengan standar yang dianggap normal (Dewany et al., 2023)

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dampak layanan teknik konseling individu terhadap pengembangan SRL pada mahasiswi yang aktif berorganisasi. Dengan memahami lebih dalam faktor-faktor yang memengaruhi SRL dan potensi manfaat konseling individu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga bagi institut pendidikan tinggi untuk mendukung perkembangan holistik mahasiswa.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini berfokus pada variabel pengaruh self regulated learning terhadap mahasiswa yang aktif dalam organisasi. Populasi penelitian mencakup mahasiswa aktif yang telah menempuh pendidikan di Institut

Agama Islam Negeri Kerinci selama minimal satu tahun, dengan total mahasiswa sebagai subjek penelitian. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang dilaksanakan dengan menggunakan metode survei melalui kuesioner dan observasi

Data dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian yang merupakan adaptasi dari kuesioner *Self Regulation Questionnaire (SRQ)* yang terdiri dari 44 item dengan skala likert yang memiliki 4 pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pernyataan-pernyataan dalam skala ini mencakup pernyataan yang mendukung (*favorable*) dan yang tidak mendukung (*Unfavorable*), serta kuesioner terbuka terkait riwayat organisasi yang pernah diikuti oleh mahasiswa. Penelitian ini menggunakan uji normalitas data dan uji normalitas residual. Pada uji normalitas residual, diperoleh bahwa data kuesioner  $>0.05$ , yang berarti data tersebut normal. Nilai signifikansi asimtotik sebesar 0,175, yang lebih besar dari 0,5, menunjukkan data kuesioner tersebut normal. Nilai signifikansi asimtotik sebesar 0,175, yang lebih besar dari 0,05, menunjukkan data kuesioner tersebut normal. Berikut hasil uji normalitas residual yang telah dilakukan:

**Tabel 1**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardi zed Residual
N		22
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	3,31627739
Most Extreme Differences	Absolute	,156
	Positive	,080
	Negative	-,156
Test Statistic		,156
Asymp. Sig. (2-tailed)		,175 <sup>c</sup>

## Hasil dan Pembahasan Penelitian

Dalam penelitian ini, kuesioner diuji menggunakan uji normalitas residual. Variabel independen adalah partisipasi dalam organisasi, variabel dependen adalah regulasi diri (self regulation). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat regulasi diri di antara mahasiswa yang berpartisipasi dalam organisasi dan yang tidak berpartisipasi, serta memberikan gambaran kepada mahasiswa tentang penerapan self regulated learning dalam perkuliahan. Dari 22 mahasiswa IAIN Kerinci yang menjadi subjek penelitian, 12 mahasiswa aktif dalam organisasi, sedangkan 10 mahasiswa tidak aktif dalam organisasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa IAIN Kerinci, nilai signifikansi sebesar  $0,175 > 0,05$  menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, yang berarti partisipasi dalam organisasi tidak memiliki pengaruh terhadap self regulated learning. Beragamnya karakteristik mahasiswa yang menjadi subjek penelitian turut mempengaruhi hasil terkait tingkat self regulated learning yang dimiliki. Beberapa mahasiswa tidak ikut serta dalam organisasi karena kesulitan membagi waktu dengan pekerjaan mereka, namun mereka tetap memiliki kemampuan regulasi diri yang tergolong sedang hingga tinggi.

Regulasi diri (self regulation) adalah salah satu komponen utama yang menggerakkan kepribadian manusia. Regulasi diri ini merupakan motivasi internal yang mendorong seseorang untuk menentukan tujuan hidupnya, merencanakan strategi yang akan digunakan, serta mengevaluasi dan memodifikasi perilaku yang akan dilakukan.

Regulasi diri mempengaruhi kesuksesan seseorang melalui pengendalian perilaku yang dianggap sesuai untuk mencapai tujuan tersebut. Aspek – aspek self regulated learning meliputi:

- 1) Metakognisi, yaitu kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, menetapkan tujuan, mengatur, memonitor, dan mengevaluasi diri dalam berbagai aspek selama proses belajar, Proses ini memungkinkan mereka

menjadi lebih sadar diri, mengetahui banyak hal, dan menentukan pendekatan dalam belajar.

- 2) Memotivasi yaitu perasaan self efficacy yang tinggi, atribusi diri, dan minat pada tugas instrinsik. Dari sudut pandang motivasi, individu yang menyadari kompetensinya menunjukkan keyakinan tinggi terhadap diri mereka. Individu dengan motivasi tinggi memulai belajar dengan usaha yang luar biasa dan ketekunan selama belajar.
- 3) Perilaku, yaitu usaha mahasiswa dalam memilih, menstruktur, dan menciptakan pengaturan usaha, pengelolaan waktu/lingkungan belajar, dan mencari bantuan.

Menurut Winne, individu yang memiliki kemampuan regulasi diri memiliki beberapa karakteristik:

- 1) Berusaha memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi
- 2) Sadar akan keadaan emosinya dan memiliki strategi untuk mengelola emosinya
- 3) Secara berkala memonitor kemajuan menuju tujuan
- 4) Menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang di capai, dan
- 5) Mengevaluasi hambatan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor lain yang berkontribusi dalam mempengaruhi kemampuan regulasi diri (*self regulation*) mahasiswa. Hal ini terlihat dari karakteristik mahasiswa pekerja yang telah memiliki banyak pengalaman dalam meregulasi diri, tidak hanya dalam konteks akademis tetapi juga dalam lingkup pekerjaan mereka.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa IAIN Kerinci, tidak ditemukan perbedaan atau pengaruh tingkat *self regulated learning* berdasarkan ke terlibatan mahasiswa dalam mengikuti organisasi. Regulasi diri merupakan komponen internal individu yang digunakan untuk

merencanakan, mencapai tujuan hidup, serta mengevaluasi setiap usaha yang dilakukan. Keterlibatan dalam organisasi hanyalah salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemampuan regulasi diri. Mahasiswa dengan kemampuan regulasi diri yang tinggi tidak selalu aktif dalam organisasi. Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, termasuk kurangnya kontrol langsung peneliti terhadap jawaban responden, yang dapat memungkinkan adanya bias dalam pengisian kuesioner. Diharapkan hasil penelitian ini dapat lebih mengembangkan kajian ilmu psikologi dimasa mendatang, terutama dalam bidang psikologi.

### **Daftar Pustaka**

- Dewany, R., Hariko, R., & Karneli, Y. (2023). Teknik Penstrukturan Dalam Layanan Konseling Individual. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(2), 62–69.
- Dewi, R. S., Lubis, M., & Wahidah, N. (2020). Self-regulated learning pada mahasiswa dalam perkuliahan daring selama masa pandemi. *SEMNAS LPPM Universitas Muhammadiyah Purwokerti*, 217–220.
- Grahani, F. O., & Mardiyanti, R. (2019). Self Regulated Learning (SRL) pada Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Organisasi. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 17(2), 48–55.
- Mukhid, A. (1998). STRATEGI SELF-REGULATED LEARNING (Perspektif Teoritik). *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33–40.
- Sholikhah, A. (2018). Pengaruh Keaktifan Mahasiswa Dalam Organisasi Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Fe Unesa Angkatan 2015. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 6(2), 76–80. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jupe/article/view/24509>.