

**REGULASI DIRI DALAM BELAJAR
MAHASISWA YANG BEKERJA
(STUDI PADA TIGA MAHASISWA FAKULTAS
SAINS DAN TEKNOLOGI UIN SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA)**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

Disusun oleh :

LATIFAH FIRDAUS

NIM 16220037

Pembimbing :

Dr. H. Muhsin Kalida, S.Ag., M.A.

NIP. 19700403 200312 1 001

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2020



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-207/Un.02/DD/PP.00.9/02/2020

Tugas Akhir dengan judul : REGULASI DIRI DALAM BELAJAR MAHASISWA YANG BEKERJA (STUDI PADA TIGA MAHASISWA FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : LATIFAH FIRDAUS
Nomor Induk Mahasiswa : 16220037
Telah diujikan pada : Rabu, 05 Februari 2020
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Dr. Muhsin, S.Ag., M.A.
NIP. 19700403 200312 1 001

Penguji I

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
NIP. 19750427 200801 1 008

Penguji II

Drs. H. Abdullah, M.Si.
NIP. 19640204 199203 1 004

Yogyakarta, 05 Februari 2020

UIN Sunan Kalijaga
Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Zaman



Nurjannah, M.Si.
NIP. 19600310 198703 2 001



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Alamat : Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274) 515856, Fax. (0274) 552230
E-mail: fd@uin-suka.ac.id, Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan persetujuan, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Latifah Firdaus
NIM : 16220037
Judul Skripsi : Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja
(Studi pada Tiga Mahasiswa Fakultas Sains dan
Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 28 Januari 2020

Mengetahui,
Ketua Prodi



[Signature]
Drs. H. Basri Basri, S.Psi., M.Si.
NIP. 27 200801 1 008

Dosen Pembimbing

Dr. H. Muhsin, S.Ag., M.A
NIP. 19700403 200312 1 001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Latifah Firdaus
NIM : 16220037
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi penulis yang berjudul Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja (Studi pada Tiga Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta) adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penulis siap mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku

Yogyakarta, 28 Januari 2020

Yang menyatakan,



Latifah Firdaus
NIM. 16220037

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Latifah Firdaus

NIM : 16220037

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya memakai jilbab dan tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas pemakaian jilbab dalam ijazah Stata Satu saya, seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah karena penggunaan jilbab. Apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya akan mempertanggungjawabkannya sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 28 Januari 2020

Yang menyatakan,



Latifah Firdaus
NIM. 16220037

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirrabbi'l'aalamiin,

Skripsi ini kupersembahkan kepada:

Orang tua tercinta, Bapak Muhammad

Shaifullah Shodik dan Ibu Tri Kistuti

*Atas ridha, do'a, dan kasih sayangnya yang
berlimpah.*

MOTTO

“Orang hidup itu seperti permainan sepak bola, setiap orang harus memiliki pemahaman yang memadai tentang siapa dia, apa posisinya, agar ia tahu harus melangkah ke mana dan bagaimana”¹

(Emha Ainun Najib)

¹ Emha Ainun Nadjib, *Hidup Itu Harus Pintar Ngegas Dan Ngerem*, (Jakarta: Mizan Publika, 2006), hlm. 13

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufiq dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja (Studi pada Tiga Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)”. Penulis pun menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini ada banyak pihak yang telah membantu dengan sabar dan ikhlas. Untuk itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. K.H. Yudian Wahyudi, BA., MA., Ph.D., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si., selaku ketua prodi Bimbingan dan Konseling Islam.
4. Bapak Dr. H. Muhsin Kalida, S.Ag., M.A., selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu meluangkan waktu untuk mengingatkan, memberikan motivasi dan menghadirkan pencerahan-pencerahan selama proses penulisan. Terimakasih atas segala bimbingan, masukan, dan pengarahannya dari awal hingga terselesaikannya skripsi ini.

5. Para Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas berbagai ilmu yang telah diberikan.
6. Kakakku Kautsar Talattov dan Adik Hikam Al-Hanif. Terimakasih selalu mendukung, mendo'akan, memberikan kebahagiaan, pelindung dan menjadi penyemangat tiada henti di langkah hidup penulis.
7. Dekan Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Bapak [Dr. Murtono, M.Si.](#) yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
8. Siti Fauziah, Seto Rahadryanto, dan Erni Yuliana yang sudah bersedia menjadi subyek dalam penelitian.
9. Sahabat-sahabatku Apink, Arini, Nikmah, Monica dan Novi terimakasih karena menjadi sahabat yang selalu ada dan mensupport. Terimakasih untuk kebersamaan dan persahabatan yang tetap terjalin dengan penuh drama di dalamnya. Tak ada hari tanpa bahagia jika bersama kalian.
10. Keluarga rumah PT. Jaya, terimakasih telah menjadi rumah yang nyaman untuk berteduh.
11. Keluarga besar BKI 2016, terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan studi di BKI UIN Sunan Kalijaga. Mengenal kalian adalah satu yang berharga. Semoga silaturahmi kita tetap terjalin.

12. Teman-teman pengurus dan keluarga besar Yogyakarta Mengajar Terimakasih atas waktu dua tahun yang kita lalui. Banyak pengalaman dan pelajaran bersama kalian.
13. Semua Pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan selama proses penulisan skripsi ini baik secara moril ataupun material yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga semua kebaikan, jasa, dan bantuan yang diberikan kepada penulis menjadi ladang pahala bagi kita semua dan mendapatkan balasan dari Allah SWT.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi yang dibuat masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menerima segala kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan selanjutnya. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 28 Januari 2020

Penulis

Latifah Firdaus

ABSTRAK

LATIFAH FIRDAUS (16220037). Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja (Studi pada Tiga Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta): Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2020.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh maraknya fenomena mahasiswa yang bekerja. Peran ganda mahasiswa ini dapat menimbulkan efek negatif apabila mahasiswa tidak dapat mengelola waktunya dengan baik. Menjalani kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah. Mahasiswa yang bekerja dituntut untuk dapat melaksanakan tugas dan tanggungjawabnya dengan baik, diantaranya manajemen waktu yang baik, strategi belajar, dan memperhatikan kondisi fisik karena peran gandanya sebagai mahasiswa dan karyawan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan regulasi diri dalam belajar mahasiswa bekerja, studi pada tiga mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga. Fokus pada penelitian ini adalah strategi yang digunakan. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Adapun jenis penelitiannya yaitu penelitian lapangan (*field research*). Analisis data dilakukan dengan analisis deskriptif kualitatif menggunakan teknik pengumpulan data berupa catatan observasi, hasil wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja terdiri dari 10 strategi yaitu strategi mengatur dan mengubah, menetapkan tujuan dan perencanaan, mengulang dan mengingat, evaluasi diri, konsekuensi diri, pembuatan catatan dan mengamati diri, mengatur lingkungan belajar, pencarian informasi, mencari dukungan sosial, memeriksa dan mengulang catatan atau tes. Dua subjek menggunakan

kese puluh strategi dan satu subjek lainnya hanya menggunakan 8 strategi regulasi diri dalam belajar.

Kata kunci: Regulasi Diri dalam Belajar, Strategi, Mahasiswa Bekerja.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB.....	v
HALAMAN PESEMBAHAN.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang.....	4
C. Rumusan Masalah.....	11
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	11
F. Kajian Pustaka	12
G. Kerangka Teori	18
H. Metode Penelitian	47
BAB II GAMBARAN UMUM FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI UIN SUNAN KALIJAGA DAN PROFIL TIGA MAHASISWA	58

A. Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	58
B. Profil Tiga Mahasiswa.....	68
1. Subyek Pertama	68
2. Subyek Kedua	74
3. Subyek Ketiga.....	81
BAB III STRATEGI REGULASI DIRI	
DALAM BELAJAR MAHASISWA	
YANG BEKERJA (STUDI PADA TIGA	
MAHASISWA FAKULTAS SAINS	
DAN TEKNOLOGI UIN	
SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA	88
A. Mengatur dan Mengubah.....	90
B. Menetapkan Tujuan dan Perencanaan	95
C. Mengulang dan Mengingat	98
D. Evaluasi Diri	100
E. Konsekuensi Diri	103
F. Pembuatan Catatan dan Mengamati Diri.....	105
G. Mengatur Lingkungan Belajar.....	111
H. Pencarian Informasi.....	114
I. Mencari Dukungan Sosial	117
J. Memeriksa dan Mengulang Catatan	120
BAB IV PENUTUP.....	124
A. Kesimpulan.....	124
B. Saran	124

C. Kata Penutup.....	125
DAFTAR PUSTAKA.....	127
LAMPIRAN	134
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	143

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Arah dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja pada Program Studi Saintek UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Oleh karena itu, demi menghindari adanya kerancuan dan kesalahpahaman penulis memberikan batasan-batasan dan menjelaskan istilah yang terdapat pada judul "*Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja (Studi pada Mahasiswa Saintek UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)*". Beberapa istilah tersebut adalah:

1. Regulasi Diri dalam Belajar

Regulasi diri adalah usaha pengaturan atau pengelolaan pribadi. Regulasi diri merupakan upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif.¹ Sedangkan belajar merupakan usaha untuk memperoleh ilmu pengetahuan atau kepandaian.² Regulasi diri dalam belajar adalah sebuah istilah dalam proses belajar

¹ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 57.

² Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka), hlm. 24.

dan menjelaskan tentang kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri yang mencakup kegiatan individu dalam mengaktifkan pikiran, motivasi, dan tingkah laku untuk mencapai tujuan belajarnya.³

Regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) yang dimaksud adalah usaha seseorang dalam mengatur dan menjalankan perilaku, afeksi dan atensinya secara sistematis untuk mencapai tujuan memperoleh ilmu pengetahuan. Fokus penelitian ini terletak pada strategi regulasi diri dalam belajar.

2. Mahasiswa yang Bekerja

Mahasiswa adalah suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh status selalu ikatannya dalam perguruan tinggi.⁴ Dengan demikian seseorang dapat dikatakan sebagai mahasiswa apabila seseorang tersebut belajar di salah satu perguruan tinggi. Mahasiswa dituntut untuk dapat mengelola diri sendiri karena harus memenuhi standar pendidikan yang ada di perguruan tinggi.

Bekerja merupakan proses fisik maupun mental individu dalam mencapai tujuan. Martoyo

³Pintrich, P.R & De Groot, E.V, *Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance.*(*Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 1990), hlm. 33-44.

⁴ Sarwono, *Perbedaan Antara Pemimpin dan Aktivis dalam Gerakan Protes Mahasiswa*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), hlm. 75.

memberikan batasan bahwa kerja adalah keseluruhan pelaksanaan aktifitas baik jasmani atau rohani yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu yang berhubungan dengan kelangsungan hidupnya.⁵

Jadi istilah mahasiswa bekerja yang penulis maksud adalah anggota masyarakat yang memiliki kesempatan dan kemampuan untuk belajar di perguruan tinggi dan memiliki aktivitas di luar jam perkuliahan yang menghasilkan untuk memenuhi kebutuhan guna kelangsungan hidup.

3. Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Fakultas Sains dan Teknologi adalah satu dari sembilan fakultas yang terdapat di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang beralamatkan di Jl. Laksda Adi Sucipto Yogyakarta. Dalam penelitian ini, penulis berfokus pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi angkatan 2016 yang bekerja dan penulis mengambil 3 mahasiswa untuk dijadikan subjek dalam penelitian.

Berdasarkan beberapa penegasan-penegasan istilah judul di atas, maka yang dimaksud dari judul “Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa yang Bekerja

⁵Martoyo Susilo, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: BPF, 2000), hlm. 164.

(Studi pada Mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga)” adalah usaha pengaturan diri untuk memfokuskan pikiran, perasaan, dan tindakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan memperoleh ilmu pengetahuan yang dilakukan oleh individu yang belajar di Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga dan memiliki aktivitas yang menghasilkan guna pemenuhan kebutuhan hidup.

B. Latar Belakang Masalah

Seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi biasa disebut dengan mahasiswa. Mahasiswa disebutkan memiliki kemampuan mendekati kapasitas maksimum dalam memperoleh dan mengolah pengetahuan, dan dalam masa ini pula menjadi waktu bagi penyelesaian masalah secara sistematis dan pencapaian tingkat kreatifitas yang baru. Melalui kuliah individu mengalami tantangan akademis dan sosial yang mengarahkannya pada pengembangan intelektualitas dan moral.⁶ Mahasiswa kemudian tidak hanya belajar di bangku perkuliahan tetapi juga perlu menambah ilmunya dalam hal lain dengan bersosialisasi, berorganisasi dan bekerja. Dengan demikian mahasiswa cenderung lebih berkembang, memiliki banyak peluang untuk

⁶ O Hamalik, *Manajemen Belajar di Perguruan Tinggi*, (Bandung: Sinar Baru Agensindo, 2003), hlm. 54.

mengeksplorasi berbagai gaya hidup dan nilai, menikmati kemandirian yang lebih besar dari pengawasan orang tua dan mungkin lebih tertantang secara intelektual dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik

Fenomena mahasiswa kerja sambilan bukan merupakan hal yang baru, peran ganda mahasiswa ini banyak ditemukan.⁷ Berdasarkan Undang-Undang Ketenagakerjaan pengertian dari tenaga kerja adalah setiap orang yang mampu melakukan pekerjaan guna menghasilkan barang dan/atau jasa baik untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun untuk masyarakat. Lebih lanjut dijelaskan pada Bab III Pasal 5, setiap tenaga kerja memiliki kesempatan yang sama tanpa diskriminasi untuk memperoleh pekerjaan.⁸

Umumnya mahasiswa akan memilih bekerja dengan sistem kontrak dalam jangka pendek (*short-term contracts*) dan kerja paruh waktu (*part-time jobs*)⁹. Namun demikian mahasiswa akan lebih memilih kerja part-time dikarenakan lebih fleksibel dalam mengatur waktu bekerja dengan kuliah.

⁷ Robert, P. & Saar, E, *Learning and Working: The Impact of the 'Double Status Position' on the Labour Market Entry Process of Graduates in CEE Countries*, (European Sociological Review, 28(6), 2012), hlm. 742-754.

⁸Undang-Undang Republik Indonesia No.13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan.

⁹Van der Meer, P. & Wielers, R, *The Increased Labour Market Participation of Dutch Students*, (*Journal of Work, Employment and Society*, 15, 2001), hlm. 55–71.

Kuliah sambil bekerja dapat menimbulkan efek negatif bagi mahasiswa apabila tidak dapat mengelola waktunya dengan baik. Mahasiswa yang bekerja dituntut dapat melaksanakan tugas dan tanggungjawabnya dengan baik, diantaranya adalah manajemen waktu yang baik, strategi belajar, dan memperhatikan kondisi kesehatan fisik karena peran gandanya sebagai mahasiswa dan karyawan. Maka dari itu, menjalani kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah.

Menurut Martin dan Osborne dalam Djamarah, mahasiswa dapat dikatakan berhasil ketika mampu mengatur waktu yang baik dan memiliki target untuk setiap pengerjaan tugasnya. Pengelolaan waktu menyelesaikan tugas-tugas kuliah sampai pada waktu pengumpulan tugas harus dilakukan dengan baik dalam rentang waktu satu hari yakni 24 jam.¹⁰

Mahasiswa harus menggunakan seluruh potensi yang dimiliki serta memiliki strategi yang jitu agar sukses dalam pendidikan dan berhasil menerapkan ilmu yang diperolehnya. Ginting menyatakan bahwa untuk mendapatkan prestasi akademis yang memuaskan diperlukan adanya kesiapan belajar di perguruan tinggi yang mencakup kesiapan mental dan keterampilan

¹⁰ Djamarah, S.B, *Bahasa Sukses Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), hlm. 39.

belajar.¹¹ Salah satu keterampilan belajar yang mempunyai peran penting dalam menentukan kesuksesan di perguruan tinggi adalah kemampuan meregulasi diri dalam belajar atau disebut dengan *self regulated learning*.¹²

Regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) merupakan konsep tentang metode seorang mahasiswa menjadi pengatur bagi belajarnya sendiri. *Self regulated learning* merupakan proses seorang mahasiswa dalam mengaktifkan dan mendorong kognisi, perilaku, dan perasaannya secara sistematis berorientasi pada pencapaian tujuan belajar.¹³ Agar mencapai tujuan belajar tersebut, mahasiswa yang menerapkan *self regulated learning* mendekati tugas belajar dengan berbagai strategi manajemen sumber daya seperti memilih atau mengatur lingkungan fisik untuk mendukung belajar dan mengatur waktu mereka secara efektif.

Ketidakmampuan untuk menyeimbangkan kegiatan kerja dan perkuliahan memainkan peran penting dalam tingkat *dropout*, hal ini menunjukkan adanya

¹¹ Ginting, C, *Kiat Belajar di Perguruan Tinggi (edisi kedua)*, (Jakarta: Grasindo, 2003), hlm. 105.

¹² Spitzer, T.M, *Predictor of College Success : A Comparison Of Traditional And Contraditional Age Students*, (NASPA Journal, Vol. 38, 2000), hlm. 82-89.

¹³ Barry Zimmerman, *A Sosial Cognitive of Self -Regulated Academic Learning*, (*Journal of Psycology*. No.3 Vol. 81 Washington American Psychological Association: 1989), hlm. 329.

pengaruh dalam kegiatan bekerja pada mahasiswa pada pencapaian prestasi akademik mahasiswa itu sendiri. National Center of Education Statistics (NCES) juga menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja lebih dari 16 jam ke atas memiliki pengaruh terhadap prestasi yang lebih rendah dibanding yang tidak bekerja.¹⁴ Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja cenderung mendapat gaji tinggi dan memiliki kesempatan yang lebih besar untuk memperoleh pekerjaan setelah lulus, namun hal tersebut dapat membuat mahasiswa kekurangan waktu dan sebagai hasilnya mereka menerima nilai yang lebih rendah.

Di sisi lain tidak dapat disimpulkan bahwa semua mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki *self regulated learning* yang rendah. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ruscoe, dkk pada tahun 1996 pada sejumlah mahasiswa yang bekerja menunjukkan bahwa mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki rata-rata indeks prestasi yang lebih tinggi yaitu 3.02 dibandingkan mahasiswa yang tidak bekerja yang hanya memiliki rata-rata indeks prestasi

¹⁴Darling-Hammond, *Constructing 21st-Century Teacher Education*, (*Journal of Teacher Education*, No. 3 Vol. 57 American Association of Colleges for Teacher Education: 2006), hlm. 300-314

2.98.¹⁵ Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja lebih disiplin, lebih tepat waktu dalam perkuliahan dan memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi di luar sumber-sumber sosial ketika mengerjakan tugas.

Tidak selamanya mahasiswa yang bekerja memiliki prestasi akademik yang rendah. Fenomena ini terbukti terjadi pada mahasiswa yang menempuh pendidikan di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta khususnya mahasiswa Fakultas Saintek. Ilmu sains dan teknologi berbeda dengan ilmu sosial, ilmu sains merupakan ilmu yang mempelajari hal-hal yang pasti dan identik dengan rumus dan perhitungan, sedangkan ilmu sosial merupakan ilmu non eksak yang mempelajari hal-hal yang tidak pasti dan mempelajari teori-teori yang sudah ada. Seseorang yang mempelajari ilmu eksak membutuhkan logika, perhitungan, dan daya analisis yang kuat.¹⁶ Sains merupakan ilmu pengetahuan tentang dunia fisik yang dampaknya tidak hanya mengubah lingkungan, tetapi merubah pandangan dan pendekatan manusia terhadap masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Hal

¹⁵ Ruscue, *Student who work*, (Kentucky: Libra Publisher, 1996), <http://scholar.lib.vt.edu/ejournals/JVER/v25n4/stone.html>, tanggal akses 8 Desember 2019.

¹⁶ Ataha, C, Utibe dan Munundar, Utami. *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hlm. 46.

ini yang menjadi keterkarikan penulis untuk meneliti mahasiswa Fakultas Saintek.

Pelajaran Sains dan teknologi adalah pelajaran yang memiliki tingkat kesukaran yang tinggi apabila mahasiswa tidak memperhatikan dengan baik. Belajar sains membutuhkan ide, gagasan dan konsentrasi tinggi dalam mempelajari materi yang diajarkan.¹⁷ Latihan dan praktek akan membantu mahasiswa meningkatkan aktivitas dan hasil belajar mereka sehingga materi ajar akan lebih mudah untuk dipahami. Mahasiswa saintek memiliki beban praktikum tersendiri yang mengharuskan mereka untuk praktek di laboratorium untuk menunjang materi belajarnya.

Mahasiswa Saintek yang bekerja justru memiliki prestasi akademik yang tidak kalah dengan mahasiswa yang tidak bekerja. Hal ini tentu menarik untuk diteliti bahwa bagaimana itu bisa terjadi dan strategi apa yang mereka terapkan sehingga mereka bisa bersaing dengan teman di kampus dari segi akademik meskipun mereka juga memiliki aktivitas di luar kampus yang juga menyita waktu. Maka dari itu, disini penulis tertarik untuk meneliti strategi regulasi diri dalam belajar mereka sehingga mereka dapat bersaing baik di dalam perkuliahan maupun bekerja di luar kampus. Dengan

¹⁷ *Ibid*, hlm. 48

demikian diharapkan akan memperoleh kajian yang lebih komprehensif tentang strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa bekerja.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja, studi pada tiga mahasiswa Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat ditentukan tujuan penelitian adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja, studi pada tiga mahasiswa Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang Bimbingan Konseling Islam, khususnya Bimbingan Konseling untuk mahasiswa yang bekerja, ditinjau dari strategi regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang bekerja.

2. Manfaat Praktis

Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pentingnya strategi regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang bekerja dalam melaksanakan tanggungjawab.

Bagi jurusan Bimbingan Konseling Islam, penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi penulis lain agar penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan referensi dalam melakukan penelitian sejenis.

F. Kajian Pustaka

Sepanjang pengamatan penulis hingga saat ini, ada beberapa hasil penelitian yang membahas tentang regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*), akan tetapi menekankan pada titik fokus yang berbeda atau obyek penelitian yang berbeda, dan berikut beberapa literatur yang digunakan penulis yaitu:

1. Penelitian spesifik yang berjudul “Manajemen Diri pada Mahasiswa Beprestasi yang Bekerja (studi Kasus pada Satu Mahasiswi D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)” yang ditulis oleh Nur Sarah Khoiratunnisaa, Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.¹⁸ Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran manajemen diri subjek adalah subjek mampu mengatur kegiatannya dengan membuat jadwal serta subjek mensugesti dirinya dalam mengendalikan keinginan dan juga mengkondisikan tenaga. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan terletak pada fokus dan metode penelitian. Penelitian ini berfokus pada manajemen diri yang berSiti Fauziaht umum dan menggunakan metode studi kasus pada satu mahasiswa. Sedangkan penelitian yang penulis lakukan berfokus lebih khusus yaitu strategi regulasi diri dalam belajar dan menggunakan subjek beberapa mahasiswa yang memiliki latar belakang jurusan dan pekerjaan yang berbeda dalam satu fakultas.

2. Penelitian yang berjudul “Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan *Self Regulated Learning* Pada Siswa MTsN Paron, Ngawi, Jawa Timur” ditulis oleh Muhammad Aryaputra Puspanegara, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi

¹⁸Nur Sarah Khoiratunnisaa, *Manajemen Diri pada Mahasiswa Beprestasi yang Bekerja (studi Kasus pada Satu Mahasiswi D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)*, Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016).

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta¹⁹. Hasil penelitian ini menjelaskan tentang bentuk-bentuk upaya guru BK dalam meningkatkan *self regulated learning* pada siswa MTsN Paron Ngawi. Bentuk upaya guru BK tersebut adalah bimbingan pribadi, konseling individu, dan pemberian tugas khusus. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan adalah fokus penelitian dan subjek penelitian, penelitian ini berfokus pada guru yang berupaya meningkatkan *self regulated learning* siswa dan subjek penelitiannya adalah siswa. Sedangkan penelitian yang penulis lakukan berfokus pada upaya mahasiswa dalam strategi meregulasi diri dan subjek yang digunakan adalah mahasiswa itu sendiri, yang memiliki tugas dan kewajiban lebih dari siswa

3. Tesis yang berjudul “*Self Regulated Learning* dalam Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di Staiyo Wonosari” ditulis oleh Yuli Puspitasari, mahasiswi Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.²⁰ Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) *Self regulated learning* membantu

¹⁹Muhammad Aryputra Puspanegara, *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Self Regulated Learning Pada Siswa MTsN Paron, Ngawi, Jawa Timur*, Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015.

²⁰Yuli Puspitasari, *Self Regulated Learning dalam Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di STAIYO Wonosari*, Tesis Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta: 2019.

mahasiswa dalam mempelajari serta memahami materi yang diberikan dengan cara yang mereka tentukan sendiri, (2) dari hasil observasi menunjukkan bahwa selama proses perkuliahan berlangsung mahasiswa cenderung lebih antusias serta kepercayaan diri yang sudah ada untuk menyampaikan atau membagi informasi kepada mahasiswa lain, (3) kontribusi terhadap mahasiswa mulai memiliki kemampuan dapat merencanakan dan menentukan target belajar mereka dengan baik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan yakni pada focus penelitian. Penelitian ini berfokus pada satu konteks pembelajaran saja, sedangkan penelitian yang penulis lakukan lebih berfokus pada seluruh rangkaian kegiatan belajar mahasiswa yang bekerja.

4. Penelitian yang berjudul “Hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan Prokastinasi Akademik Mahasiswa Prodi BKI UIN Sunan Kalijaga”, ditulis oleh Dewi Purwanti, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.²¹

²¹ Dewi Purwanti, *Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Prodi BKI UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015.

Hasil dari penelitian ini yaitu adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self regulated learning* dengan prokstinasi akademik pada mahasiswa prodi BKI UIN Sunan Kalijaga, yakni semakin tinggi *self regulated learning* mahasiswa maka semakin rendah prokstinasi akademik dan sebaliknya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis terletak pada fokus penelitian dan subjek penelitian, penelitian ini meneliti hubungan *self regulated learning* dengan prokstinasi akademik dan subjek yang diteliti ialah mahasiswa yang tidak memiliki peran ganda. Sedangkan penelitian yang penulis lakukan berfokus pada regulasi diri dalam belajar secara khusus yakni pada strategi dan subjek yang digunakan ialah mahasiswa yang bekerja.

5. Penelitian dengan judul “*Self Regulation Learning* dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa”. Penelitian ini dilakukan oleh Siti Suminarti dan Siti Fatimah pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang dengan subjek mahasiswa sebanyak 54 orang.²² Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *self*

²² Siti Suminarti Fasikhah dan Siti Fatimah, *Self-Regulated Learning (SRL) dalam meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa*, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol.01 No.01 Januari, 2013.

regulation learning terhadap peningkatan akademik (IP) pada mahasiswa. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan dua kelompok secara random. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, kelompok yang siberi pelatihan SRL memiliki prestasi akademik lebih tinggi yaitu 2,78 dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberi pelatihan SRL yaitu 2,47. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan adalah penelitian ini menggunakan metode eksperimen sehingga terdapat perlakuan yang diberikan oleh penulis terhadap subjek penelitian, sedangkan penelitian yang penulis lakukan menggunakan metode kualitatif yang lebih menekankan pada eksplorasi pengalaman yang dimiliki oleh subjek.

6. Penelitian yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Regulasi Diri dalam Belajar pada Siswa Kelas VIII SMPN 3 Kalasan” ditulis oleh Muhammad Ikhwanulkirom, mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan social orangtua dengan regulasi diri dalam belajar. Semakin tinggi dukungan social orangtua maka semakin tinggi juga regulasi diri

dalam belajar. Sebaliknya, semakin rendah dukungan social orangtua maka semakin rendah juga regulasi diri dalam belajar. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang lebih fokus meneliti hubungan antara variabel dukungan sosial orang tua dengan regulasi diri dalam belajar siswa. Sedangkan penelitian yang penulis lakukan menggunakan metode kualitatif yang berfokus pada strategi yang dimiliki oleh subjek dalam meregulasi proses belajar mereka. Subjek penelitian juga berbeda, dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa yang bekerja.

G. Kerangka Teori

1. Tinjauan tentang Regulasi Diri dalam Belajar

a. Pengertian Regulasi Diri dalam Belajar

Bandura dalam Siti Suminarti dan Siti Fatimah mendefinisikan regulasi diri dalam belajar atau *self regulated learning* sebagai suatu keadaan ketika individu yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan

pelaksana dalam proses belajar.²³ Regulasi diri dalam belajar juga merupakan kemampuan individu yang aktif secara metakognitif yang mempunyai dorongan untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar. Menurut Zimmerman sebagaimana dikutip Anita Musyidawati menjelaskan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan belajar dengan mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, perilaku, dan emosi.²⁴

Self-regulated learning adalah sebuah istilah dalam proses belajar dan menjelaskan tentang kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri yang mencakup kegiatan individu dalam mengaktifkan pikiran, motivasi, dan tingkah laku untuk mencapai tujuan belajarnya.²⁵ *Self regulated learning* seseorang dapat muncul karena adanya

²³Siti Suminarti Fasikhah dan Siti Fatimah, *Self-Regulated Learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa, (Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol.01 No.01 Januari, 2013)*, hlm. 144.

²⁴Anita Mursyidawati, *Hubungan antara Regulasi Diri dalam Belajar dengan Perilaku Mencari Bantuan Akademik dalam Pelajaran Matematika pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Semarang, (Jurnal UNDIP, 2014)*, hlm. 5.

²⁵Pintrich, P.R & De Groot, E.V, *Motivational and Self-Regulated Learning Components Of Classroom Academic Performance. (Journal of Educational Psychology, 82 (1), 1990)*, hlm. 33-44.

kemauan dan latihan yang dilakukan oleh seseorang itu sendiri.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat ditegaskan bahwa regulasi diri dalam belajar adalah sebuah proses dalam belajar yang menjadikan mahasiswa dapat mengendalikan emosi dan perilaku secara mandiri sehingga dapat mengontrol dan memotivasi dirinya sendiri untuk mencapai tujuan belajar.

b. Aspek-Aspek *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman sebagaimana dikutip M. Nur Ghufron dan Rini, regulasi diri mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku.²⁶

1) Metakognisi.

Metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir, metakognisi juga merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan

²⁶ M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hlm. 59.

memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan. Poin metakognitif bagi individu yang melakukan regulasi diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan mengintruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar.

2) Motivasi

Motivasi ini timbul dari dalam diri individu sendiri tanpa ada paksaan atau dorongan dari orang lain, tetapi atas dasar kemauan sendiri. Motivasi dapat diciptakan dengan cara menggairahkan perasaan ingin tahu, keinginan untuk mencoba, dan hasrat maju dalam belajar.

3) Perilaku.

Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar. Pada perilaku ini individu memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

Ketiga aspek di atas bila digunakan individu secara tepat sesuai kebutuhan dan kondisi akan menunjang kemampuan pengelolaan diri yang optimal.²⁷

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditegaskan bahwa aspek regulasi diri terdiri dari metakognisi, yaitu cara individu mengorganisasi, merencanakan dan mengukur diri dalam beraktivitas. Motivasi mencakup strategi yang digunakan untuk menjaga diri atas rasa kecil hati. Berkaitan dengan perilaku adalah cara individu menyeleksi, menyusun, dan memanfaatkan lingkungan fisik maupun sosial dalam mendukung aktivitasnya.

c. Dimensi *Self Regulated Learning*

1) Motivasi

Individu dalam berperilaku selalu memiliki pendorong yang tertuju pada suatu tujuan yang ingin dicapainya. Tujuan dan faktor pendorong ini mungkin disadari dan juga tidak disadari oleh individu tersebut. Hal yang menjadi pendorong perilaku individu disebut motivasi, yang menunjukkan suatu kondisi dalam diri individu yang mendorong

²⁷ *Ibid*, hlm. 61.

atau menggerakkan individu tersebut melakukan kegiatan mencapai suatu tujuan.²⁸

Motivasi dapat menjadi alasan mahasiswa mau mengambil tindakan dan tanggungjawab atas kegiatan belajar yang dilakukan, sehingga motivasi merupakan inti dari pengelolaan diri dalam belajar.

2) Metode

Persyaratan tugas dari dimensi metode adalah memilih metode yang tepat untuk meningkatkan kualitas belajarnya. Atribut pengelolaan diri dari dimensi metode ini adalah terjadinya perilaku siswa yang menjadi terencana dan terotomatisasi. Terencana karena perilaku siswa yang melaksanakan pengelolaan diri dalam belajar dia memiliki tujuan dan kesadaran diri yang jelas. Terotomatisasi karena penggunaan metode belajar yang tepat dan dilakukan secara berulang-ulang menjadi kebiasaan bagi dirinya. Metode yang dimaksud disini dalam berbagai penelitian disebut juga strategi belajar (*learning strategies*). Strategi belajar

²⁸ Nana Syaodih Sukmananta, *Landasan Psikologi Proses Belajar*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2003), hlm. 61.

ini meliputi pendekatan rehearsing, elaborating, modeling, dan organizing.²⁹

3) Hasil Kinerja

Mahasiswa yang menggunakan metode *self regulated learning* memiliki kesadaran terhadap hasil kerjanya. Mereka dapat merencanakan tingkat prestasinya berdasarkan kinerja yang direncanakannya. Ada beberapa proses dalam pengelolaan diri dalam belajar yang perlu dilakukan berkaitan dengan dimensi hasil kinerja yakni *self monitoring*, *self judgement*, dan *action control*.

4) Lingkungan atau Kondisi Sosial

Sensitivitas terhadap lingkungan dan sumber daya yang terdapat di sekitar berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam mengontrol lingkungan fisik di sekitarnya guna membatasi distraksi yang mengganggu kegiatan belajar dan secara sukses mencari dan menggunakan referensi dan keahlian yang diperlukan untuk menguasai apa yang dipelajari. Bentuk proses pengelolaan diri

²⁹ Zimmerman, *Acquiring Writing Revision Skill, Shifting from Process Goals to Outcome Self Regulatory Goals*, *Journal of Educational Psychology* Vol 91 No 2, hlm. 241-250.

yang berkaitan dengan lingkungan adalah menstruktur lingkungan dan mencari bantuan.

d. Strategi Regulasi Diri dalam Belajar

Strategi regulasi diri merupakan atribut pengelolaan diri dari dimensi metode. Strategi regulasi diri dalam belajar pada intinya merupakan aktivitas tingkah laku yang dilakukan untuk dapat tercapainya tujuan dalam melakukan regulasi diri dalam belajar. Menurut Zimmerman tujuan dari strategi regulasi diri ini adalah untuk meningkatkan fungsi pribadi mereka, performa dalam pendidikan mereka, dan lingkungan pembelajaran mereka.³⁰ Berdasarkan paparan tersebut maka yang dimaksud strategi regulasi diri dalam belajar merupakan aktivitas yang dilakukan untuk dapat tercapainya tujuan dalam regulasi diri dalam belajarnya yang berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku.

Zimmerman dan Martinez-pons mengidentifikasi strategi-strategi regulasi diri (*self regulation*) dalam belajar yang diperoleh dari teori kognitif sosial, di dalamnya melibatkan

³⁰ B.J. Zimmerman, "Models of Self-regulated Learning and Academic Achievement" dalam B.J. Zimmerman & D.H. Schunk (Ed.), *Self-regulated Learning and Academic Achievement: Theory, Research, and Practice* (New York: SpringerVerlag, 1989), hlm. 1-25.

unsur-unsur metakognitif, lingkungan dan motivasi. Setiap strategi tersebut bertujuan meningkatkan regulasi diri mahasiswa pada fungsi *personal, behavioral, dan environmental*.³¹

Strategi regulasi diri tersebut meliputi:

1) Mengatur dan Mengubah (*Organizing and Transforming*)

Pengorganisasian ialah penentuan, pengelompokan, dan penyusunan macam-macam kegiatan yang diperlukan untuk mencapai tujuan.³² Mengatur dalam hal ini berarti mahasiswa menjadi aktif dalam pelaksanaan kegiatan belajarnya sendiri. Teknik yang digunakan dalam *organizing* adalah pembentukan konsep, intepretasi, dan aplikasi prinsip untuk meningkatkan efektivitas belajar. Langkah yang dilakukan yaitu mengidentifikasi contoh-contoh yang relevan dengan konsep belajar yang akan dibentuk, mengelompokkan contoh-contoh berdasarkan karakteristik serupa (kriteria tertentu) yang dimiliki, kemudian

³¹ *Ibid*, hlm. 7.

³² Sukarna. *Dasar-Dasar Manajemen*. (Bandung: Mandar Maju., 2011), hlm. 38.

mengembangkan katagori atau nama untuk kelompok-kelompok itu.³³

Mengubah berarti mahasiswa menjadikan sesuatu yang lama menjadi hal yang baru akan tetapi memiliki makna yang sama. Teknik dari strategi *transforming* yaitu dilakukan dengan mengubah materi pelajaran menjadi lebih sederhana dan mudah dipelajari. Langkah yang dilakukan adalah mahasiswa mengelaborasi atau memperbaiki makna/nilai, mempelajari makna baru, merubah makna, dan merubah perspektif makna.³⁴

2) Menetapkan Tujuan dan Perencanaan (*Goal Setting and Planning*)

Perencanaan dapat diartikan sebagai proses penyusunan berbagai keputusan yang akan dilaksanakan pada masa yang akan datang untuk mencapai tujuan yang akan ditentukan.³⁵ Strategi perencanaan meliputi kegiatan menetapkan *goal* atau tujuan yang ingin dicapai, cara mencapainya, waktu yang

³³ Taba, Hilda, *Curriculum Development: Theory and Partice*, New York: Harcourt, Brace Word, 1980) hlm. 23.

³⁴ Mezirow, J, *Perspective Transformation*, *Journal of Adult Education Quarterly*, Vol. 28 No.(2), 1997, hlm. 71

³⁵ Gaffar, M. Fakry, *Perencanaan Pendidikan: Teori dan Metodologi*, (Jakarta: PPLPTK Dirjen Dikti Depdikbud, 1987), hlm. 54.

akan dibutuhkan, dan hal-hal yang diperlukan. Teknik dalam strategi ini merupakan pengaturan mahasiswa terhadap tujuan umum dan tujuan khusus dari belajar dan perencanaan.

Perencanaan juga memungkinkan mahasiswa untuk fokus pada hal-hal yang penting dalam perolehan kesuksesan jangka panjang. Untuk mendapatkan manfaat sebesar mungkin dari perencanaan, maka perencanaan perlu ditinjau kembali secara rutin. Langkah yang dilakukan adalah mahasiswa merumuskan tujuan apa yang ingin dicapai oleh suatu kegiatan belajar, cara apa yang akan dipakai untuk menilai pencapaian tujuan tersebut, materi/bahan apa yang akan dipelajari, bagaimana cara mempelajari, alat atau media apa yang diperlukan.³⁶

3) Mengulang dan Mengingat (*Rehearsing and Memorizing*)

Pengulangan materi pelajaran adalah suatu aktivitas untuk mengatasi masalah kelupaan dengan cara mengulang materi

³⁶ Ibrahim, H.Bachtiar. *Rencana Dan Estimate Real Of Cost*, Cetakan ke-2. (Jakarta : Bumi Aksara, 1993), hlm. 2.

pelajaran yang telah disampaikan guru melalui proses memasukkan informasi ke dalam memori jangka panjang. Menurut Omar Hamalik, siswa dalam mengulang pelajaran hendaknya mengadakan resitasi berupa pengulangan kembali apa yang telah kita tangkap dengan mengucapkannya dalam kata-kata dan kalimat sendiri, atau pun berupa pembuatan iktisar apa yang telah kita pelajari. Pengulangan dengan kata-kata sendiri bisa juga disebut *self rehearsal*.³⁷

Mengulang dan mengingat merupakan cara yang dilakukan mahasiswa dalam memahami materi pelajaran. Mengulang berarti membaca kembali, mengingat berarti mengenali dan mengenang materi yang pernah dipelajari. Teknik dalam strategi ini yaitu mahasiswa berusaha mengingat dan mempelajari ulang materi bidang studi dengan perilaku diam (*covert*) atau suara keras (*overt*). Langkah yang dilakukan yaitu mahasiswa mengerjakan soal-soal latihan dan membaca

³⁷ Omar Hamalik, *Metode Belajar dan Kesulitan-Kesulitan Belajar*, (Taristo, Bandung: 1990), hlm. 52.

ulang materi pelajaran agar dapat menghapalkannya.

4) Melakukan Evaluasi Diri (*Self Evaluation*)

Evaluasi diri adalah mengukur atau menilai semua yang telah dikerjakan dan juga membuat antisipasi dan berhati-hati terhadap sesuatu yang mungkin akan terjadi. Teknik dalam strategi evaluasi diri ini yaitu mahasiswa melakukan *self monitoring* terhadap proses belajarnya dengan menggunakan beberapa standar atau tujuan yang dimiliki. Langkah yang dilakukan dalam strategi evaluasi diri ini yaitu mahasiswa berinisiatif dalam melakukan evaluasi atau penilaian kualitas tugas yang telah diselesaikan, kemajuan pekerjaannya, pemahaman terhadap lingkup kerja, atau usaha dalam kaitannya tuntutan tugas, dan mengubah rencana belajar jika tidak bisa mencapai tujuan yang sudah ditetapkan. Contohnya mahasiswa meneliti ulang tugas-tugas untuk memastikan sudah dikerjakan dengan baik atau belum, siswa mengevaluasi hasil ujian agar dapat menilai kemampuan belajarnya.

5) Memberikan Konsekuensi Diri (*Giving Self Consequences*)

Konsekuensi merupakan hasil akhir atau dampak baik positif maupun negatif dari suatu perbuatan jika hal tersebut dilakukan. Teknik yang dilakukan dalam strategi ini adalah mahasiswa menerapkan sistem ganjaran (*reward*) atau hukuman (*punishment*). Menurut kamus bahasa Inggris–Indonesia, kata *reward* berarti ganjaran, upah, hadiah sedangkan *punishment* berarti hukuman.³⁸ Menurut Ngalim Purwanto, reward adalah salah satu alat untuk mendidik mahasiswa agar merasa senang karena perbuatan atau pekerjaannya mendapat penghargaan.³⁹ Menurut Ratna Wilis Dahar, punishment adalah salah satu alat untuk mendidik yang dijatuhkan atas perbuatan-perbuatan jahat atau buruk yang telah dilakukannya.⁴⁰ Langkah yang dilakukan adalah, mahasiswa melihat hasil yang telah dicapai, ketika hasil baik

³⁸ Priyo Darmanto dan Pujo Wiyoto, *Kamus Inggris-Indonesia Indonesia-Inggris*, (Surabaya: Arkola, 2015), hlm. 332.

³⁹ Ngalim Purwanto, *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*, (Bandung: Remaja Rosda karya, 2011), hlm. 182.

⁴⁰ Dahar, Ratna Wilis, *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Erlangga, 2011), hlm. 185.

maka mendapat *reward* yang ditetapkan sendiri dan begitu pula sebaliknya. Contohnya mahasiswa merasa malu apabila mendapatkan hasil ujian buruk, mahasiswa menganggap keberhasilan sebagai motivasi untuk dapat mempertahankan keberhasilannya.

6) Pembuatan Catatan dan Mengamati Diri (*Keeping Records and Self Monitoring*).

Damayanti memaparkan yang dimaksud dengan mencatat adalah membuat tulisan yang berkaitan dengan informasi yang dilihat dan didengar. Mencatat yaitu menuliskan sesuatu yang penting, seperti meringkas.⁴¹ Teknik mencatat dalam belajar visual tidak hanya menulis secara lisan, tetapi ditekankan juga ke dalam grafis, model *mind mapping*, penggunaan warna dan penataan letak. Mencatat adalah salah satu strategi belajar untuk mengingat apa yang disampaikan pengajar. Mencatat juga sebagai *self monitoring* terhadap pemahaman yang dimiliki siswa terhadap pelajaran yang disampaikan.⁴²

⁴¹ Damayanti, Nidya, *Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Araska, 2012), hlm. 13

⁴² *Ibid*, hlm.14

Dalam strategi ini, mahasiswa berusaha untuk mencatat berbagai kejadian atau hasil yang diperoleh dalam proses belajar. Strategi ini dilakukan dengan mencatat hal-hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari, kemudian menyimpan hasil tes, tugas, maupun catatan yang telah dikerjakan. Contohnya mahasiswa mencatat hal-hal penting untuk dipelajari, mahasiswa mencatat hal-hal yang tidak dipahami untuk dipelajari ulang.

Mengamati perilaku diri sendiri adalah sebuah perbuatan yang sangat berguna untuk bisa selalu mengendalikan diri ke arah dan tujuan yang diinginkan. Perilaku diri tanpa diawasi atau dikendalikan akan menjadi sangat liar dan berpotensi menghilangkan diri sejati seseorang. Agar perilaku diri bisa selalu diawasi, diamati, atau dikendalikan; maka diri harus memiliki seperangkat nilai-nilai kehidupan untuk menjadi dasar perilaku sehari-hari.

- 7) Mengatur Lingkungan Belajar
(*Enviromental Structuring*)

Belajar adalah kegiatan yang memerlukan konsentrasi tinggi. Tempat dan lingkungan belajar yang nyaman memudahkan mahasiswa untuk berkonsentrasi. Dengan mempersiapkan lingkungan yang tepat, mahasiswa akan mendapatkan hasil yang lebih baik dan dapat menikmati proses belajar yang dilakukan. Lingkungan belajar ialah segala sesuatu yang terdapat di tempat belajar.⁴³

Setiap mahasiswa memiliki berbagai cara dalam mengatur lingkungan yang nyaman untuk belajar. Teknik dalam strategi ini yaitu mahasiswa mengatur lingkungan belajar agar lebih nyaman dalam belajar baik mengatur lingkungan fisik dan psikologis belajar. Lingkungan fisik yaitu mengacu pada gaya belajar seseorang, baik visual, auditori, dan kinestetik. Pelajar visual belajar melalui sesuatu yang mereka lihat, auditorial belajar dengan cara mendengar, dan kinestetik belajar dengan gerak, bekerja, dan menyentuh. Setiap siswa memiliki ketiga gaya belajar tersebut, hanya saja satu gaya biasanya lebih

⁴³ Hutabarat, Sahala dan Stewart M. Evans, *Pengantar Oseanografi*, (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1986), hlm. 93.

mendominasi.⁴⁴ Sedangkan lingkungan psikologis yaitu upaya mahasiswa dalam menciptakan *mood* atau suasana hati untuk belajar.

Langkah yang dilakukan yaitu sebelum belajar, mahasiswa menciptakan suasana hati yang tenang dan suasana belajar yang nyaman sesuai dengan tipe belajarnya, baik dengan mematikan televisi atau mendengarkan musik agar dapat membantu konsentrasi.

8) Pencarian Informasi (*Seeking Information*)

Pencarian informasi adalah suatu strategi yang memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar di luar kelas, keluar dari kungkungan tembok dan dinding kelas, yang terkadang terasa sumpek dan penuh aturan. Mereka bisa belajar di perpustakaan, warnet, mencari jurnal, dan sumber-sumber belajar yang lain.⁴⁵ Dalam hal ini, mahasiswa berinisiatif mencari banyak informasi saat mengerjakan

⁴⁴ DePorter, B. & Hernacki, M, *Quantum Learning. Edisi Revisi*, (Bandung: Kaifa,2000), hlm. 26.

⁴⁵ Hamruni, *Strategi Pembelajaran*, (Yogyakarta: Insan Madani, 2011), hlm. 161.

tugas ataupun mempelajari suatu materi pelajaran.

Teknik dalam pencarian informasi dilakukan secara individu maupun berkelompok. Langkah yang dilakukan mahasiswa yaitu berinisiatif meminjam buku di perpustakaan, mencari literatur di internet dilakukan sendiri ataupun dengan teman sebaya.

9) Mencari Dukungan Sosial (*Seeking Social Assistance*)

Dukungan sosial adalah sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan orang-orang di sekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan yang sedang dialami.⁴⁶ Teknik dalam strategi ini yang dilakukan mahasiswa yaitu bila menghadapi masalah dengan tugas yang sedang dikerjakan, mahasiswa meminta bantuan teman sebaya (*seek peer assistance*), meminta bantuan dosen (*seek teacher assistance*) dengan

⁴⁶ Pierce GR., Sarason, I.G., & Saraosn, B.R, *General and Relationship Based Perceptions of Social Support: Are Two Construct Better Than One?*, (*Journal of Personality and Social Psychology*, 1991) V0. 61, N0. 6, hlm. 1028.

bertanya kepada dosen di dalam maupun di luar jam perkuliahan untuk dapat membantu menyelesaikan tugas dengan baik.

Mahasiswa juga meminta bantuan orang dewasa (*seek adult assistance*) yang berada di dalam dan di luar lingkungan belajar bila ada topik yang tidak dimengerti. Orang dewasa yang dimaksud dalam hal ini adalah orang yang lebih berpengalaman dalam bidang yang sama. Langkah yang dilakukan mahasiswa yaitu bertanya kepada dosen saat kesulitan mengerjakan tugas atau memahami pelajaran, kemudian mencatatnya agar mudah dipahami.

10) Memeriksa dan Mengulang Catatan atau Tes Sebelumnya (*Review Notes Books or Test*)

Dengan memeriksa dan mengulang atau mempelajari kembali catatan dan tes sebelumnya memungkinkan mahasiswa

untuk mengingat bahan pelajaran menjadi lebih besar.⁴⁷

Mahasiswa dalam strategi ini menggunakan teknik yaitu meninjau kembali catatan pelajaran sehingga tahu topik apa saja yang akan diuji. Selanjutnya mahasiswa meninjau kembali tugas atau tes sebelumnya (*review test/work*) yang meliputi soal-soal ujian terdahulu tentang topik-topik tertentu, juga tugas-tugas yang telah dikerjakan sebagai sumber informasi untuk belajar. Mahasiswa juga membaca ulang buku pelajaran (*review text book*) yang merupakan sumber informasi yang dijadikan penunjang catatan sebagai sarana belajar.

Berdasarkan beberapa paparan di atas, maka penulis menegaskan bahwa strategi self regulated learning terdiri atas 10 strategi, yaitu evaluasi terhadap kemajuan tugas, mengatur materi pelajaran, membuat rencana dan tujuan belajar, mencari informasi, mencatat hal penting, mengatur lingkungan belajar, konsekuensi setelah

⁴⁷ Sardiman A. M, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm. 44.

mengerjakan tugas, mengulang dan mengingat, mencari bantuan sosial, dan meninjau kembali catatan, tugas, atau tes sebelumnya dan buku pelajaran. Strategi regulasi diri dalam belajar adalah pengaturan diri belajar mengacu pada proses yang digunakan mahasiswa untuk memfokuskan pikiran, perasaan, dan tindakan secara sistematis pada pencapaian tujuan, sehingga mampu bertahan pada tugas jangka panjang hingga tugas tersebut dapat terselesaikan.

Berbagai strategi dapat mahasiswa terapkan untuk mengelola dirinya dalam proses belajar secara maksimal sehingga prestasi dapat diraih. Namun yang terpenting ialah mahasiswa dapat menggunakan strategi yang sesuai dengan dirinya dan sesuai dengan tujuan yang akan diraihinya.

e. Pandangan Islam tentang Regulasi Diri dalam Belajar

Berdasarkan beberapa definisi yang telah disebutkan, regulasi diri dalam belajar merupakan usaha aktif dan mandiri mahasiswa dalam mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku yang diorientasikan pada tujuan belajar.

Sesuai dengan perintah Allah dalam Q.S Ar-Ra'du ayat 11 yang menjelaskan tentang pengaturan diri, sebagaimana firman Allah :

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ، مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِن وَّالٍ ﴿١١﴾

Artinya:

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya, Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”.⁴⁸

Ayat di atas menjelaskan bahwa pada hakikatnya individu memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya. Beberapa aspek yang mempengaruhi ialah pikiran, motivasi, dan perilaku dalam diri seseorang. Firman Allah di atas memerintahkan manusia untuk melakukan kebaikan dengan mengontrol perilaku dan

⁴⁸ Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahannya* (Bandung: Sygma Examedia Arkanleena), hlm. 250.

usahanya yang sesuai dengan tujuan, maka hasil yang diperoleh akan memperoleh ridha Allah. Sehingga manusia dapat menerima hasil yang Allah berikan dengan lapang dada.

Hadits kewajiban mencari ilmu :

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ وَ مُسْلِمَةٍ

Artinya :

“Mencari ilmu itu wajib bagi setiap muslim laki-laki maupun perempuan” (HR. Ibnu Majah)⁴⁹

Hadits tentang menuntut ilmu

تَعَلَّمُوا الْعِلْمَ، فَإِنَّ تَعَلُّمَهُ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ، وَتَعَلَّمَهُ لِمَنْ لَا يَعْلَمُهُ صَدَقَةٌ، وَإِنَّ الْعِلْمَ لَيُنزَلُ بِصَاحِبِهِ فِي مَوْضِعِ الشَّرَفِ وَالرَّفْعَةِ، وَالْعِلْمُ زِينٌ لِأَهْلِهِ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

Artinya :

“Tuntutlah ilmu, sesungguhnya menuntut ilmu adalah pendekatan diri kepada Allah Azza wajalla, dan mengajarkannya kepada orang yang tidak mengetahuinya adalah sodaqoh. Sesungguhnya ilmu pengetahuan menempatkan orangnya dalam kedudukan terhormat dan mulia (tinggi). Ilmu pengetahuan adalah keindahan bagi ahlinya di dunia dan di akhirat.” (HR. Ar-Rabii).⁵⁰

⁴⁹ Abd. Abi Muh. Bin Yazid, *Sunan Ibnu Majah*, (Kairo: Darul Hadits, 1998) No.220

⁵⁰ *Ibid*, No. 190

Menurut penulis kedua hadits di atas relevan dengan *self regulated learning*. Sebagaimana dalam hadits tersebut dijelaskan bahwa setiap muslim diwajibkan untuk menuntut ilmu, karena dengan ilmu menjadikan orang memiliki kedudukan dan kehormatan atas pengetahuan yang dimilikinya. Setiap muslim harus dapat memajemen aktivitas kesehariannya dan kegiatan belajarnya agar dapat berjalan beriringan. Maka, strategi regulasi diri dalam belajar sangat diperlukan.

2. Tinjauan tentang Mahasiswa Bekerja

a. Pengertian Mahasiswa Bekerja

Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia didefinisikan sebagai orang yang belajar diperguruan tinggi.⁵¹ Menurut Susantoro mahasiswa merupakan kalangan muda yang berumur antara 19 sampai 28 tahun yang memang dalam usia tersebut mengalami suatu peralihan dari tahap remaja ke tahap dewasa.⁵² Mahasiswa secara sederhana dapat didefinisikan sebagai kelompok masyarakat yang dapat mengenyam

⁵¹Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka), hlm. 895.

⁵²Susantoro, A.A. *Sejarah Pers Mahasiswa Indonesia*, (Jakarta: 1990), hlm. 15.

pendidikan formal tingkat tinggi sehingga dianggap memiliki kematangan fisik dan perkembangan pemikiran yang luas. Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat dikatakan bahwa mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi baik universitas, institut atau akademi, mereka yang terdaftar sebagai murid di perguruan tinggi.

Dalam kehidupannya, manusia memiliki aktivitas atau kegiatan yang beragam. Setiap aktivitas memiliki tujuan tersendiri, baik untuk hobi atau kesenangan, hingga tujuan yang bersifat komersial. Begitu pula dalam bekerja, seseorang melakukan aktifitas kerja karena berharap dengan bekerja akan membawa pada lembaran yang lebih memuaskan dari keadaan sekarang.⁵³

Bekerja merupakan proses fisik maupun mental individu dalam mencapai tujuan. Selanjutnya Martoyo memberikan batasan bahwa kerja adalah keseluruhan aktifitas baik jasmani atau rohani yang dilakukan untuk mencapai tujuan

⁵³ As'ad, *Psikologi Industri, edisi ke 3*. (Yogyakarta: Liberti, 1995), hlm. 37.

tertentu yang berhubungan dengan kelangsungan hidupnya.⁵⁴

Pekerjaan merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan status sosial ekonomi. Pekerjaan mempunyai fungsi ganda yakni pekerjaan dapat mendatangkan uang untuk diri sendiri dan keluarga dan pekerjaan juga berhubungan dengan kedudukan atau peran seseorang dalam masyarakat.⁵⁵ Kerja adalah salah satu bentuk aktivitas yang mendapat dukungan sosial dan dukungan dari individu yang bersangkutan.

Berdasarkan beberapa pendapat dari tokoh-tokoh di atas, dapat ditegaskan bahwa mahasiswa bekerja adalah anggota masyarakat yang memiliki kemampuan dan kesempatan untuk belajar di perguruan tinggi dan memiliki sikap keilmuan yang dalam untuk melihat sesuatu berdasarkan kenyataan objektif, sistematis dan rasional. Selain belajar di lingkungan kampus, mahasiswa tersebut juga memiliki aktivitas bekerja di luar jam perkuliahan untuk memenuhi segala kebutuhan

⁵⁴Martoyo Susilo, *Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: BPF, 2000), hlm. 164.

⁵⁵Anoraga, *Psikologi Kerja*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hlm. 63.

baik berSiti Fauziaht fisik maupun biologis serta untuk mencapai status sosial dan menyatakan harga dirinya sehingga menimbulkan ikatan sosial dalam kelompok yang pada akhirnya akan menimbulkan kepuasan pada diri individu yang bersangkutan.

b. Faktor yang Mempengaruhi Mahasiswa Bekerja

Faktor dapat berasal dari dalam diri individu (internal) maupun dari luar individu (eksternal). Menurut Flippo terdapat 10 faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk bekerja, yaitu:⁵⁶

- 1) Upah. Upah merupakan salah satu alat pemuas kebutuhan-kebutuhan fisiologi, keterjaminan, dan egoistik.
- 2) Keterjaminan pekerjaan. Karena ancaman dari perubahan teknologis, keinginan ini sangat mendapat prioritas untuk banyak karyawan dan serikat buruh.
- 3) Teman-teman sekerja yang menyenangkan. Keinginan ini berasal dari kebutuhan sosial untuk berteman dan diterima.

⁵⁶Flippo, *Manajemen Personali. Edisi 6. Jilid 2*, (Jakarta: Erlangga, 1997), hlm. 79.

- 4) Penghargaan atas pekerjaannya yang dilakukan. Keinginan ini berasal dari pengelompokan kebutuhan secara egoistik.
- 5) Pekerjaan yang berarti. Keinginan ini berasal baik dari kebutuhan akan penghargaan maupun dorongan ke arah perwujudan diri dan prestasi.
- 6) Kesempatan untuk maju. Tidak semua karyawan ingin maju. Beberapa orang merasakan kebutuhan-kebutuhan egoistik. Namun sebagian besar karyawan ingin mengetahui bahwa kesempatan untuk itu ada jika mereka ingin menggunakannya.
- 7) Kondisi kerja yang nyaman, aman dan menarik. Keinginan akan kondisi kerja yang baik juga didasari oleh banyak kebutuhan. Kondisi kerja yang aman berasal dari kebutuhan akan keamanan.
- 8) Kepemimpinan yang mampu dan adil. Keinginan akan kepemimpinan yang baik dapat berasal dari kebutuhan-kebutuhan fisiologi dan keterjaminan.
- 9) Perintah dan pengarahan yang masuk akal. Perintah merupakan komunikasi sesuai dari tuntutan organisasi. Pada umumnya perintah

tersebut harus berkaitan dengan keadaan yang diperlukan, dapat dilaksanakan lengkap tetapi tidak dirinci secara berlebihan, jelas atau singkat dan disampaikan dengan cara merangsang sikap menerima.

- 10) Organisasi yang relevan dari segi sosial. Kecenderungan sosial yang semakin menaruh pada organisasi-organisasi swasta, juga mempengaruhi pengharapan pada karyawan.

Berdasarkan paparan di atas dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi mahasiswa bekerja terdapat 10 faktor.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara-cara berfikir dan menganalisis yang digunakan untuk mengadakan penelitian untuk mencapai tujuan penelitian.⁵⁷ Adapun metode penelitian dalam skripsi ini terdiri dari beberapa prosedur, sebagai berikut :

1. Jenis Penelitian

Kegiatan yang dilakukan dalam penelitian ini ialah penelitian lapangan (*field research*), yakni memaparkan dan menggambarkan keadaan serta fenomena yang lebih jelas mengenai strategi regulasi

⁵⁷ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research II*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fak. Psikologi UGM, 1993), hlm. 124.

diri dalam belajar mahasiswa Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang bekerja. Pendekatan yang digunakan yaitu kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan untuk memahami fenomena sosial dari sudut pandang subjek.⁵⁸ Data dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk narasi dan penelitian ini menggali informasi tentang strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja.

2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah orang yang merespon atau menjawab pertanyaan-pertanyaan penulis, baik pertanyaan tertulis maupun tidak tertulis (lisan) dengan kata lain yang biasa disebut responden.⁵⁹

Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* menurut Sugiyono adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁶⁰ Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 335.

⁵⁹ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), hlm. 4.

⁶⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 68.

sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini.

Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 3 mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Mahasiswa semester aktif angkatan 2016 dan 2017.
- b. Memiliki IPK di atas 3,50.
- c. Usia bekerja minimal 6 bulan.

Dari 21 mahasiswa Saintek angkatan 2016 dan 2017 yang bekerja, hanya terdapat tiga mahasiswa yang memenuhi kriteria yaitu:

- a. Siti Fauziah, mahasiswa program studi Pendidikan Kimia semester 7.
- b. Seto Rahardyanto, mahasiswa program studi Teknik Informatika semester semester 5.
- c. Erni Yuliana, mahasiswa program studi Pendidikan Matematika semester 7.

3. Obyek Penelitian

Obyek penelitian permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian dan penelitian.⁶¹ Adapun yang menjadi obyek dalam penelitian ini adalah strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja, studi pada tiga mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka penulis tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.⁶² Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

a. Wawancara

Wawancara merupakan percakapan dengan tujuan tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yakni pewawancara (yang mengajukan pertanyaan) dan terwawancara yang

⁶¹ Koentjaraningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), hlm. 221.

⁶² Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 308.

memberikan jawaban.⁶³ Metode wawancara didasarkan pada dua alasan, pertama dengan wawancara penulis dapat menggali tidak hanya apa yang diketahui dan dialami subjek penelitian, namun juga hal yang tersembunyi dari dalam diri subyek. Kedua yaitu pertanyaan yang diajukan kepada informan dapat mencakup hal-hal yang bersifat lintas waktu.

Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara terstruktur, yaitu wawancara yang pewawancara menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan.⁶⁴

Teknik wawancara difokuskan untuk menggali dan memperoleh data-data primer yang dibutuhkan dalam penelitian ini yakni cara yang dilakukan mahasiswa dalam proses mengevaluasi diri, langkah-langkah dalam mengatur belajar, cara penetapan tujuan dan perencanaan, hal apa saja yang dilakukan dalam pencarian informasi, pemantauan kemajuan diri, teknik dan konsep belajar yang dimiliki, konsekuensi diri yang

⁶³Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), hlm. 187.

⁶⁴Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), hlm. 190.

diterapkan, pengulangan dan mengingat materi, pencarian dukungan social yang dilakukan, dan cara review catatan. Wawancara dilakukan dengan 3 mahasiswa Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga yang bekerja dan memiliki kriteria yang telah disebutkan dalam subyek penelitian.

b. Observasi

Observasi didefinisikan sebagai pengamatan dan pencatatan yang dilaksanakan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada suatu obyek penelitian. Pada penelitian ini, penulis menggunakan observasi langsung, yakni observer berada bersama dengan subyek yang diteliti sehingga dapat melakukan pengamatan dan pencatatan di tempat terjadinya peristiwa.⁶⁵ Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-partisipan, yakni penulis tidak turut ambil bagian dalam kegiatan yang diteliti. Yang menjadi sasaran observasi yaitu kegiatan mahasiswa dalam mengevaluasi diri, upaya pencarian informasi, pengaturan lingkungan belajar yang nyaman, pengulangan catatan

⁶⁵Amirul Hadi dan Haryono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 1998), hlm. 129.

sebelum ujian, dan upaya mahasiswa dalam pencarian dukungan sosial.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan cara menghimpun dan menganalisis dokumen-dokumen, baik berupa dokumen tertulis, gambar, maupun elektronik.⁶⁶ Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data-data yang berSiti Fauziaht dokumentatif yang dapat menambah informasi penelitian. Metode dokumentasi ini juga digunakan untuk mengetahui aktivitas-aktivitas subyek yang berhubungan dengan regulasi diri dalam belajarnya. Data yang dicari melalui dokumentasi berdasarkan aspek strategi regulasi diri dalam belajar yaitu evaluasi diri dilihat dari perkembangan IP, model pengaturan belajar seperti lingkungan belajar dan teknik belajar, bentuk-bentuk catatan yang dimiliki, metode mahasiswa dalam mencari informasi baik melalui literatur maupun teman sebaya, dan melihat catatan review materi dan soal ujian yang dilakukan mahasiswa.

⁶⁶ Nana Syaodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hlm. 221.

5. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi sehingga mudah di pahami oleh diri sendiri maupun orang lain.⁶⁷ Dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan data.

Tekhnik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif model Miles dan Michael Huberman yang terdiri dari:⁶⁸

a. Reduksi Data

Mereduksi data yakni merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah penulis dalam pengelompokan penelitian hasil penelitian agar tersusun dengan bahasa maupun kalimat yang baik dan tersusun secara sistematis. Adapun data-data yang penulis reduksi dengan penelitian antara lain

⁶⁷ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 88.

⁶⁸ *Ibid*, hlm. 89.

hasil wawancara dan observasi.

b. Penyajian Data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, flowchart dan sejenisnya. Adapun data-data yang penulis sajikan adalah strategi *self regulated learning* yang digunakan mahasiswa Fakultas Saintek UIN Sunan Kalijaga yang juga bekerja.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah jika tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat untuk mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat penulis ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang

kredibel.⁶⁹ Penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengumpulkan seluruh data mengenai strategi regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja.

Sedangkan verifikasi dimaksudkan untuk menghasilkan kesimpulan yang valid. Oleh karena itu, sebelum dilakukan penarikan kesimpulan, terlebih dahulu data mengenai strategi regulasi diri dalam belajar yang telah didapat melalui metode observasi, wawancara dan dokumentasi kemudian ditelaah dan ditinjau kembali dengan cara membandingkan data-data yang telah diperoleh dengan teori-teori yang ada. Kemudian, data-data yang didapatkan selama penelitian tersebut dicari pola, tema, model, hubungan dan persamaannya untuk diambil sebuah kesimpulan. Kesimpulan yang didapatkan pada penelitian kualitatif tersebut merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada.

6. Uji Keabsahan Data

Pemeriksaan terhadap keabsahan data pada dasarnya, selain digunakan untuk menyanggah balik yang dituduhkan kepada penelitian kualitatif yang

⁶⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 341.

mengatakan tidak ilmiah, juga merupakan sebagai unsur yang tidak terpisahkan dari tubuh pengetahuan penelitian kualitatif.⁷⁰

Pengujian keabsahan data dalam penelitian kualitatif ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan memanfaatkan berbagai sumber di luar data sebagai bahan perbandingan. Kemudian dilakukan *cross check* agar hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan.⁷¹ Dalam penelitian ini, penulis menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Penulis melakukan triangulasi melalui pengkonfirmasi antara hasil wawancara dengan data observasi dan dokumentasi. Penulis juga melakukan konfirmasi hasil wawancara kepada sumber lain yang memiliki informasi mengenai data yang dicari.

⁷⁰ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996), hlm. 320.

⁷¹ *Ibid*, hlm. 294.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pembahasan pada BAB III, maka dapat penulis menyimpulkan bahwa terdapat 10 strategi regulasi diri dalam belajar yang digunakan mahasiswa bekerja yaitu strategi mengatur dan mengubah, evaluasi diri, menetapkan tujuan dan perencanaan, pembuatan catatan dan memantau kemajuan diri, pencarian informasi, mengatur lingkungan belajar, mengulang dan mengingat, mencari dukungan sosial, dan memeriksa dan mengulang catatan atau tes. Dua subyek yaitu Siti Fauziah dan Erni Yuliana menerapkan kesepuluh strategi regulasi diri dalam belajar, sedangkan Seto Rahardyanto hanya menggunakan 8 dari 10 strategi yang dikemukakan Zimmerman.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat diberikan beberapa saran kepada pihak yang berkepentingan pada penelitian ini :

1. Untuk Mahasiswa Bekerja

Mahasiswa sebaiknya membuat evaluasi terhadap hasil belajarnya sendiri agar mengetahui kelemahannya serta mencari cara yang lebih efektif dan perlu mencari lingkungan sosial yang dapat

meningkatkan motivasi belajar serta dapat dijadikan model pengaturan belajar yang efektif.

2. Untuk Subyek

Berdasarkan hasil penelitian saran untuk subjek, subjek diharapkan membuat catatan yang lebih sistematis dan rinci serta memeriksa, mengulang catatan atau tes sebelumnya. Memperbanyak interaksi dengan lingkungan sosial yang memiliki daya saing tinggi sehingga meningkatkan motivasi belajar.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Peneliti-peneliti lain diharapkan dapat lebih memperdalam lagi hasil temuan di lapangan, karena masih sedikit penelitian *self-regulated learning* pada mahasiswa yang bekerja dan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai sumber referensi. Lebih jauh, peneliti selanjutnya dapat lebih menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi mahasiswa bekerja dapat melakukan regulasi diri dalam belajar dengan baik.

C. Kata Penutup

Alhamdulillah rabbil' alamin penulis panjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmad dan karunia-Nya berupa kemudahan, kelancaran, dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-

baiknya sesuai dengan kemampuan penulis, walaupun jauh dari kata sempurna. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan dalam penyusunan skripsi ini. Hal ini disebabkan karena keterbatasan pengetahuan penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini.

Dalam hal ini, penulis tidak lupa menghaturkan banyak terima kasih kepada ketiga subyek serta pihak terkait yang telah membantu penulis selama melakukan penelitian.

Harapan peneliti adalah semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri, khususnya dapat memberikan wawasan keilmuan bagi penulis. Di samping itu, semoga juga bermanfaat bagi perkembangan ilmu dalam bidang bimbingan dan konseling islam. Akhir kata penulis hanya bisa mengucapkan semoga segala rahmad-Nya tetap tercurahkan kepada semua makhluk-Nya. Amin Amin Yarobbal Alamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Abd. Abi Muh. Bin Yazid, *Sunan Ibnu Majah*. Kairo: Darul Hadits, 1998, No.220
- Anoraga, *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 1992.
- As'ad, *Psikologi Industri, edisi ke 3*. Yogyakarta: Liberti, 1995.
- Ataha, C, Utibe dan Munundar, Utami. *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat*, Jakarta: Rineka Cipta, 2009, hlm. 46.
- Barry Zimmerman, *A Sosial Cognitive of Self –Regulated Academic Learning*, Journal of Psychology. No.3 Vol. 81 Washington American Psychological Association, 1989
- C, Ginting, *Kiat Belajar di Perguruan Tinggi (edisi kedua)*. Jakarta: Grasindo, 2003.
- Dahar, Ratna Wilis, *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Erlangga, 2011.
- Damayanti, Nidya, *Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta: Araska, 2012), hlm. 13
- Darling-Hammond, *Constructing 21st-Century Teacher Education*. Journal of Teacher Education, No. 3 Vol. 57 American Association of Colleges for Teacher Education: 2006.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka, 2002.

- Dewi Purwanti, *Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Prodi BKI UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, skripsi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016
- Djamarah, S.B, *Bahasa sukses belajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002
- Fatimah, Siti, Siti Suminarti Fasikhah, *Self-Regulated Learning (SRL) dalam meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa*, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol.01 No.01, 2013
- Flippo, *Manajemen Personali. Edisi 6. Jilid 2*. Jakarta: Erlangga, 1997
- Ginting, *Kiat Belajar di Perguruan Tinggi (edisi kedua)*, Jakarta: PT Grasindo, 2003.
- Hadi, Sutrisno, *Metodologi Research II*, Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fak.Psikologi UGM, 2000 .
- Hamalik, Omar, *Manajemen Belajar di Perguruan Tinggi*, Bandung: Sinar Baru Agensindo, 2003.
- Hammond, Darling, *Constructing 21st-century teacher education*, *Journal of Teacher Education*, No. 3 Vol. 57 *American Association of Colleges for Teacher Education*: 2006.
- Hamruni, *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: Insan Madani, 2011.

- Haryono, Amirul Hadi, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Bandung: Pustaka Setia, 1998.
- Hernacki, M, DePorter, B. *Quantum Learning. Edisi Revisi*. Bandung: Kaifa, 2000.
- Hilda, Taba, *Curriculum Development: Theory and Partice*. New York: Harcourt, Brace Word, 1980.
- Ibrahim, H.Bachtiar. *Rencana Dan Estimate Real Of Cost, Cetakan ke-2*. Jakarta : Bumi Aksara, 1993.
- J, Mezirow, *Perspective Transformation, Journal of Adult Education Quarterly*, Vol. 28 No.(2), 1997.
- Kerlin, B.A, *Cognitive Engagemant Style: Self Regulated Learning and Cooperative Learning*, 1990.
- Khoiratunnisaa, Nur Sarah, *Manajemen Diri pada Mahasiswa Beprestasi yang Bekerja (studi Kasus pada Satu Mahasiswi D3 Bahasa Inggris Universitas Gadjah Mada)*, Skripsi: Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016.
- Koentjaraningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, Jakarta: Rineka Cipta, 1993
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemahnya*, Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleena

- M. Fakry, Gaffar, *Perencanaan Pendidikan: Teori dan Metodologi*. Jakarta: PPLPTK Dirjen Dikti Depdikbud, 1987.
- Moleong, Lexy J, *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1996.
- Mursyidawati, Anita, *Hubungan antara Regulasi Diri dalam Belajar dengan Perilaku Mencari Bantuan Akademik dalam Pelajaran Metematika pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Semarang*, eprints.undip.ac.id/24781/1/JURNAL_ANITA.pdf, 2014
- Nadjib Ainun ,*Emha Hidup Itu Harus Pintar Ngegas Dan Ngerem*. Jakarta: Mizan Publika, 2006.
- Pierce GR., Sarason, I.G., & Saraosn, B.R, *General and Relationship Based Perceptions of Social Support: Are Two Construct Better Than One?*, (*Journal of Personality and Social Psychology*, 1991) V0. 61, N0. 6.
- Pintrich, P.R & De Groot, E.V, *Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance*.*Journal of Educational Psychology*, 82 (1), 1990.
- Priyo Darmanto dan Pujo Wiyoto, *Kamus Inggris-Indonesia Indonesia-Inggris*. Surabaya: Arkola, 2015.

- Purwanto, Ngalim, *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis*. Bandung: Remaja Rosda karya, 2011.
- Puspanegara, Muhammad Aryputra, *Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Self Regulated Learning Pada Siswa MTsN Paron, Ngawi, Jawa Timur*, skripsi: Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015
- Puspitasari, Yuli, *Self Regulated Learning dalam Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di STAIYO Wonosari*, Tesis: Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga. Yogyakarta: 2019
- Robert, P. & Saar, E, *Learning and Working: The Impact of the 'Double Status Position' on the Labour Market Entry Process of Graduates in CEE Countries*, European Sociological Review, 28(6), 2012
- Ruscue, G., Morgan, C.J., & Peebles, C. (1996) Student who work. Kentucky: Libra Publisher, inc. (On-line). Available FTP: <http://scholar.lib.vt.edu/ejournals/JVER/v25n4/stone.html>. Tanggal akses 8 Desember 2019
- Sahala dan Stewart M. Evans, Hutabarat, , *Pengantar Oseanografi*. (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1986), hlm. 93.
- Sardiman A. M, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers, 2011.

- Sarwono, W Sarlito, *Perbedaan Antara Pemimpin Dan Aktivistis Dalam Gerakan Protes Mahasiswa*, Jakarta: Bulan bintang, 1978.
- Spitzer, T.M., *Predictor of college success : A comparison of traditional and contradiotional age students*. NASPA Journal, Vol. 38, 2000.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2007
- Sukarna. *Dasar-Dasar Manajemen*. Bandung: Mandar Maju., 2011.
- Sukmadinata, Nana Syaodih, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004.
- Susantoro, A.A. *Sejarah Pers Mahasiswa Indonesia*, (Jakarta: 1990), hlm. 15.
- Susilo, Martoyo, *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: BPFE, 2000.
- Sutrisno Hadi, *Metodologi Research II*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fak. Psikologi UGM, 1993), hlm. 124.
- Wielers, R, Van der Meer, P, *The Increased Labour Market Participation of Dutch Students*. *Journal of Work, Employment and Society*, 15, 2001.
- Erni,Ike, *Hubungan Antara Trait Kepribadian Neuroticsm & Self Regulated Learning pada Siswa Pondok*

Pesantren "X" di Yogyakarta, skripsi Siti Fauziah, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014

Zimmerman, *Acquiring Writing Revision Skill, Shifting from Process Goals to Outcome Self Regulatory Goals*, *Journal of Educational Psychology* Vol 91 No 2, hlm. 241-250.