

HUBUNGAN ANTARA SELF-REGULATED LEARNING DENGAN OPTIMISME MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI JAKARTA

Yuliani Konde Sapa, Yuli Azmi Rozali
Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul
Jalan Arjuna Utara No 9, Kebon Jeruk – Jakarta Barat 11510
yannysapa@gmail.com

Abstract

Students need a positive thought in completing the thesis, namely optimism. Apart from being a student, he also needs self-regulated learning as an ability to adjust himself in the learning process, where with the existence of self-regulated learning, students can regulate themselves in overcoming any obstacles that exist in completing a thesis. **Purpose:** The purpose of this study was to see the relationship between self-regulated learning and the optimism of students working on their thesis in Jakarta. **Methods:** Non-experimental correlational quantitative research. The sampling technique was non-probability sampling with purposive sampling, and a sample size of 100 students of the 2016/2017 academic year who were working on their thesis in Jakarta. The self-regulated learning consists of 39 valid items with a reliability coefficient of 0.959. The optimism scale consists of 17 valid items and a reliability coefficient of 0.924. **Results:** The result of the calculation using the product moment shows that there is no relationship between self-regulated learning and optimism among students who are working on their thesis in Jakarta (sig $p = 0.308$ and $r = -0.103$). More students who are working on their thesis have low self-regulated learning (53%) and high optimism (52%). The results of the cross tabulation test showed that students with a mother's role in decision making, had experience as a stepping stone, who agreed and disagreed, argued that everything that happened was God's will, had more high optimism. The unique finding in this study is that students who agree and disagree with everything that happens by God's will have high optimism.

Keywords: Self-regulated learning, Optimism, Students

Abstrak

Mahasiswa membutuhkan sebuah pemikiran positif dalam menyelesaikan skripsi yaitu dengan optimisme. Selain seorang mahasiswa juga membutuhkan *self-regulated learning* sebagai suatu kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam proses belajar, dimana dengan adanya *self-regulated learning* mahasiswa dapat meregulasi dirinya dalam mengatasi setiap hambatan yang ada dalam menyelesaikan skripsi. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. **Metode:** Penelitian kuantitatif korelasional *non-experimental*. Teknik pengambilan sampel *non probability sampling* dengan *purposive sampling*, dan jumlah sampel 100 orang mahasiswa tahun ajaran 2016/2017 yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Skala *self-regulated learning* terdiri dari 39 item valid dengan koefisien reliabilitas 0,959. Skala optimisme terdiri dari 17 item valid dan koefisien reliabilitas 0,924. **Hasil:** Hasil perhitungan dengan *product moment* menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta (sig $p = 0,308$ dan $r = -0,103$). Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih banyak yang memiliki *self-regulated learning* rendah (53%) dan optimisme tinggi (52%). Hasil uji tabulasi silang memperlihatkan mahasiswa dengan peran ibu dalam pengambilan keputusan, mempunyai pengalaman sebagai batu loncatan, yang setuju dan tidak setuju berpendapat semua yang terjadi atas kehendak Tuhan, lebih banyak memiliki optimisme yang tinggi. Temuan unik dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang setuju dan tidak setuju dengan semua yang terjadi atas kehendak Tuhan sama-sama memiliki optimisme yang tinggi.

Kata kunci: *Self-regulated learning*, Optimisme, Mahasiswa

Pendahuluan

Pendidikan di Indonesia terbagi menjadi 3 yaitu pendidikan formal, nonformal, dan informal (Undang-Undang Republik Indonesia, 2020). Dalam pendidikan formal tingkat tertinggi dalam

mengenyam pendidikan terdapat di perguruan tinggi. Seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi disebut mahasiswa. Menurut Hartaji (2012) mahasiswa adalah seseorang yang sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah

tinggi, institut dan universitas. Sebagai seorang mahasiswa memiliki tugas dan tanggung jawab untuk menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dan mendapatkan gelar sarjana adalah dengan menyelesaikan Tugas Akhir atau Skripsi. Skripsi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah sebuah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademis.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia (2020) nomor 60 tentang pendidikan tinggi di Indonesia, lamanya seseorang menempuh pendidikan pada perguruan tinggi dengan gelar sarjana yaitu selama 4 tahun. Hal ini menjadi patokan dasar mahasiswa dalam menempuh pendidikannya dalam meraih gelar sarjana (S1). Dalam proses pengerjaan skripsi tentu memiliki banyak hambatan yang tentu berdampak salah satunya pada kelulusan tepat waktu mahasiswa. Hal tersebut diatas didukung dengan data Pusat Data dan Informasi Ilmu Pengetahuan (PPDiikti), Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (2020) dimana kelulusan mahasiswa di DKI Jakarta pada tahun 2019 berjumlah 178.222 mahasiswa dari total keseluruhan mahasiswa berjumlah 1.292.571 mahasiswa. Data ini menunjukkan jumlah kelulusan mahasiswa di Jakarta dikategorikan rendah dengan presentasi kelulusan sebesar 0,13%. Sehingga dari data tersebut dapat diduga bahwa mahasiswa dalam tugas dan tanggung jawabnya dalam menyelesaikan skripsi mengalami hambatan yang berdampak pada rendahnya kelulusan tepat waktu.

Dalam proses pengerjaan skripsi tidak jarang para mahasiswa mengalami hambatan yang berdampak pada proses penyelesaian skripsi. Menurut Hariyadi (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa kendala yang dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi adalah adanya mahasiswa yang mengutamakan organisasi, bekerja sambil kuliah, dan rendahnya tanggung jawab akademis. Sehingga tidak jarang mahasiswa melarikan diri dari tugas dan tanggung jawabnya untuk menyelesaikan skripsi. Selain itu menurut Minar (2008) faktor-faktor penyebab timbulnya hambatan dalam belajar terdiri dari dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah hal-hal atau keadaan-keadaan yang muncul dari dalam diri individu itu sendiri sedangkan faktor eksternal adalah hal-hal atau keadaan - keadaan yang datang dari luar individu. Setiap hal yang muncul baik dari dalam diri sendiri maupun dari luar diri yang bersifat menghambat perkembangan dan membuat kesulitan baik buat diri sendiri maupun orang lain merupakan faktor-faktor penghambat. Sehingga dapat diduga faktor internal

penghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi adalah karena adanya mahasiswa yang merasa malas, kurang adanya tanggung jawab dalam menjalani tugasnya sebagai seorang mahasiswa, mental yang tidak kuat saat menjalani proses penyelesaian skripsi, dan kurang adanya pemahaman yang baik mengenai variabel dan metodologi penelitian yang dilakukan.

Selain itu dengan adanya pandemi yang terjadi di Indonesia sekarang ini membuat hambatan dalam proses penyelesaian skripsi bertambah seperti proses bimbingan yang terhambat dalam. Tidak terasa pandemi yang berlangsung di Indonesia dari awal tahun 2020 sampai awal tahun 2021 ini menyebabkan gaya hidup masyarakat Indonesia mengalami perubahan, di mana kegiatan yang biasanya dilakukan dengan bertatap muka diubah menjadi kegiatan berbasis *online*. Hal ini pun berdampak pada sistem pendidikan di Indonesia dimana kegiatan belajar mengajar yang biasanya dilakukan dengan tatap muka diubah menjadi kegiatan belajar mengajar berbasis *online* dimana didalamnya termasuk bimbingan skripsi bagi mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menjadi salah satu solusi yang dapat diterapkan agar proses bimbingan skripsi tetap berjalan di tengah pandemi yang sedang berlangsung.

Menurut survey pengamat sosial Aditya (2020) yang dilakukan penulis kepada 50 orang mahasiswa yang melakukan bimbingan *online* diketahui bahwa bimbingan *online* menurut sebagian mahasiswa dapat membantu mereka dalam proses penyelesaian skripsi karena dapat menghemat biaya print dan transportasi, dapat dilakukan kapan dan di mana saja, dan dapat menghindari aktifitas di luar rumah di tengah pandemi yang sedang berlangsung. Dilain sisi ada sebagian mahasiswa yang merasa bimbingan *online* kurang efektif karena bimbingan yang dilakukan menggunakan email membuat mahasiswa sulit memahami masukan (*feedback*) yang diberikan dan juga bimbingan *online* menggunakan *video call* yang terkadang mengalami gangguan pada sinyal sehingga mahasiswa tidak dapat mendengarkan penjelasan yang diberikan Dosen saat proses bimbingan berlangsung. Adapun beberapa mahasiswa juga mengaku sering meninggalkan bimbingan karena merasa proses bimbingan yang tidak efektif dan kesulitan memahami penelitian skripsinya memilih meninggalkan tugas dan tanggung jawabnya untuk menyelesaikan skripsi.

Selain itu berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki semangat dalam menyelesaikan skripsi di tengah pandemi

dikategorikan sedikit karena banyaknya mahasiswa yang jarang mengikuti bimbingan dan hanya sedikit mahasiswa yang tetap melakukan bimbingan di tengah pandemi dan sedang menuju sidang akhir skripsi. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan *online* dirasakan tidak efektif untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu di tengah pandemi. Sebagian mahasiswa menjadi patah semangat, hilangnya kepercayaan diri, dan diduga mahasiswa tidak memiliki optimisme untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu di tengah pandemi yang sedang berlangsung.

Peterson dan Steen (dalam Mustofa 2018) mengatakan bahwa optimisme adalah sebuah jalan yang memiliki hubungan dengan suasana hati positif dan semangat yang baik, kegigihan dan keefektifan memecahkan masalah, kesuksesan dalam berbagai bidang, ketenaran, kesehatan, dan bahkan untuk kehidupan yang panjang serta kebebasan dari trauma. Selain itu Seligman (2006) mengatakan bahwa optimisme adalah suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi, nasib, atau orang lain. Dengan kata lain optimisme adalah suatu pemikiran positif dalam diri seseorang yang dalam menyikapi berbagai kejadian yang terjadi dalam hidupnya dinilai sebagai sebuah hal positif yang ditandai dengan adanya *permanence* yaitu dimana individu melihat peristiwa buruk yang terjadi sebagai peristiwa yang bersifat sementara (*temporary*) atau menetap (*permanence*), *pervasiveness* berkaitan dengan ruang lingkup suatu peristiwa yang meliputi *universal* (menyeluruh) dan spesifik (khusus), dan juga ada *personalization* yaitu bagaimana seorang individu menjelaskan masalah yang berkaitan dengan sumber dari penyebab kejadian tersebut meliputi internal dan eksternal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa A diduga mahasiswa memandang sebuah peristiwa yang terjadi berlangsung lama dan berdampak pada proses penyelesaian skripsinya (*permanence*), sedangkan mahasiswa B mengatakan sumber permasalahan dalam proses penyelesaian skripsi disebabkan oleh faktor eksternal seperti kesulitan mencari bacaan, kesulitan melakukan penelitian dan lain sebagainya (*personalization*). Berbeda dengan mahasiswa X dan Y yang memandang sebuah peristiwa baik secara universal atau menyeluruh walaupun dengan kejadian buruk yang terjadi, mereka dapat melihat hal buruk secara spesifik dari kejadian itu, bahwa hal buruk terjadi diakibatkan oleh sebab-sebab khusus dan tidak akan meluas kepada hal-hal yang lain yang ditandai dengan adanya aspek *permanence* dan

personalization. Selain itu menurut Seligman (2006) individu yang memiliki optimisme dapat dilihat melalui caranya menjelaskan peristiwa yang terjadi maupun belum terjadi yaitu gaya penjelasan atau *explanatory style*. Sehingga dari hasil wawancara diduga mahasiswa A dan B memiliki optimisme yang rendah sedangkan mahasiswa X dan Y memiliki optimisme yang tinggi.

Seligman (2006) mengatakan bahwa karakteristik dari orang yang memiliki optimisme rendah adalah mempercayai peristiwa buruk akan selalu terjadi yang terjadi dalam hidup mereka akan berakhir dalam waktu yang sangat lama serta akan merusak semua yang mereka lakukan dan menganggap bahwa hal itu merupakan kesalahan dari diri mereka. Sedangkan seorang optimisme yang dihadapkan pada pukulan masalah dunia yang sama besarnya akan berpikir dengan cara yang berlawanan, yaitu sebagai ketidakberuntungan saja. Sehingga ketika seorang mahasiswa menghadapi hambatan dalam menyelesaikan skripsi dan memiliki optimisme tinggi mahasiswa tersebut akan berpikir masalah yang terjadi hanya bersifat sementara, berusaha untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi, bergerak maju, dan berpikir positif tentang masalah yang terjadi sebagai sebuah tantangan bukan sebuah halangan. Sedangkan bagi mahasiswa yang memiliki optimisme yang rendah akan berpikir sebaliknya mereka cenderung putus asa, menyalahkan diri sendiri, tidak bergerak maju, dan berpikir negatif tentang permasalahan yang menimpa mereka. Selain itu mahasiswa juga membutuhkan kemampuan untuk mengontrol diri mereka dalam mencapai tujuannya yaitu untuk menyelesaikan skripsi berupa manajemen diri yang dapat membantu mahasiswa dalam mencapai tujuan mereka yaitu untuk menyelesaikan skripsi.

Seligman (2006) mengatakan bahwa kontrol pribadi adalah sebuah kemampuan untuk merubah sesuatu dengan satu tindakan sukarela, hal ini merupakan lawan dari ketidakberdayaan. Kemampuan mengontrol diri dalam menyelesaikan masalah baik kontrol emosi maupun kontrol kognitif merupakan salah satu indikator dalam *self-regulated learning* yang meliputi pemilihan dan penggunaan strategi pengendalian pikiran dan strategi kontrol emosi, yang praktis berhubungan dengan pengaturan waktu dan usaha, dan kontrol terhadap macam-macam tugas akademik, dan kontrol terhadap suasana dan struktur kelas (Mukhid, 2016). Menurut Zimmerman (2004) *self-regulated learning* merupakan kemampuan belajar untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral. Dimana dengan adanya *self-regulated learning* mahasiswa dapat memonitor diri mereka

untuk mengatur kognitif, emosional, perilaku yang akan digunakan untuk mencapai tujuan mereka dalam menyelesaikan skripsi.

Sumarno (dalam Rozali, 2014) penelitiannya menyatakan bahwa yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi cenderung belajar lebih baik, mampu memantau, mengevaluasi, dan mengatur belajarnya secara efektif dan menghemat waktu belajar secara efisien sehingga dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik. Hasil penelitian dari Rozali (2014) mengatakan bahwa tidak adanya hubungan antara *self determination* dengan *self regulation* tetapi adanya hubungan antara *self regulation* dengan *task* (tugas), dimana mahasiswa yang memiliki *self regulation* yang tinggi cenderung belajar dengan baik, memantau, mengevaluasi, belajar secara efektif, dan menghemat waktu dalam menyelesaikan tugas sedangkan mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang rendah biasanya tidak dapat mengatur waktu belajar mereka secara efisien, meremehkan tugas dan tanggung jawab mereka dalam belajar, tidak mampu mengatur, memantau dan mengevaluasi hasil belajar. Sehingga peneliti menduga mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi akan menggerakkan diri mereka secara kognitif, motivasional, dan perilaku untuk mencapai tujuannya dalam belajar yaitu untuk menyelesaikan skripsi sedangkan mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang rendah akan berperilaku sebaliknya dimana tidak dapat mengatur diri mereka secara kognitif, motivasional, dan perilaku untuk mengerjakan tugas mereka sebagai seorang mahasiswa yaitu untuk menyelesaikan skripsi.

Dengan adanya kemampuan optimisme yang tinggi mahasiswa dapat memandang setiap hambatan yang terjadi dalam proses penyelesaian skripsi sebagai sebuah tantangan dan peristiwa baik sehingga akan menggerakkan dirinya untuk melewati tantangan tersebut, maupun mahasiswa yang memiliki optimisme yang tinggi akan memandang setiap permasalahan yang ada dalam proses penyelesaian skripsi sebagai suatu peristiwa yang bersifat sementara dan dapat menggerakkan dirinya untuk kembali memantapkan diri dalam mencapai tujuannya dengan mengontrol dirinya dimana dengan adanya *self-regulated learning* yang tinggi dari seorang mahasiswa diduga dapat membantu mahasiswa dengan berbagai aspek secara metakognisi, motivasi dan juga perilaku dalam proses pengerjaan skripsi meski terdapat berbagai hambatan belajar dari lingkungan seperti adanya bimbingan *online* yang berdampak pada rendahnya kelulusan tepat. Sebaliknya mahasiswa dengan optimisme yang rendah dalam mengerjakan skripsi merasa frustrasi dan berpikir hambatan yang ada

merupakan faktor eksternal yang berakibat ke dalam proses mengerjakan skripsi dengan menilai hambatan yang ada bersifat *permanence* sehingga terbentuk *self-regulated learning* yang rendah pula dimana mahasiswa tidak dapat meregulasi dirinya dengan berbagai aspek seperti metakognisi, perilaku dan motivasi dalam menyikapi hambatan yang terjadi karena adanya bimbingan *online*. Sehingga peneliti menduga mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi diduga memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang tinggi dalam proses pengerjaan skripsi sedangkan mahasiswa yang memiliki optimisme rendah diduga memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang rendah dalam proses penyelesaian skripsi. Oleh karena itu berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, penulis ingin melakukan penelitian mengenai Hubungan Antara Self Regulated Learning dengan Optimisme Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Jakarta.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *self regulated learning* dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di Jakarta.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *non-eksperimental*. Pada penelitian ini akan mengukur *self-regulated learning* dan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta.

Populasi dalam penelitian ini adalah adalah sebanyak 237.050 mahasiswa tahun ajaran 2016/2017 yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Sampel dari penelitian ini adalah 100 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling* dengan menggunakan metode *purposive sampling*.

Instrumen penelitian dalam penelitian ini menggunakan model skala Likert. Alat ukur *self-regulated learning* dalam penelitian ini mengacu pada skala milik Wolters (2003), yang diadaptasi dan dimodifikasi dengan validitas alat ukur 39 aitem valid dengan rentang validitas ($r = 0,308-0,793$) dan didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* ($\alpha = 0,959$). Alat ukur optimisme dalam penelitian ini mengacu pada skala milik Seligman (2006), yang diadaptasi dan dimodifikasi dengan validitas alat ukur 17 aitem valid dengan rentang validitas ($r = 0,356-0,790$) dan didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* ($\alpha = 0,924$).

Penelitian ini menggunakan tipe validitas

konstruk (*construct validity*) dengan teknik korelasi *Pearson product moment* dengan koefisien korelasi $\geq 0,30$. Reliabilitas alat ukur pada penelitian ini akan diuji dengan teknik *internal consistency* dengan rumus *Alpha Cronbach* (α). Alat ukur dikatakan reliabel jika $\alpha \geq 0,70$ (Sugiyono, 2017).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu frekuensi untuk melihat gambaran yang menyeluruh mengenai sampel penelitian berupa jenis kelamin, usia, dan semester. Kemudian, uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan menggunakan alat bantu uji statistik. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normalitas hasil sebaran adalah dengan nilai signifikansi distribusi $p > 0,05$ maka sebaran tersebut dikatakan normal. Untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara *Self Regulation* dengan optimisme, peneliti menggunakan teknik korelasi *pearson product moment* yang merupakan pengukuran parametrik untuk mengukur kekuatan hubungan linear atau dua variabel digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan (Sarwono, 2012). Kemudian dilakukan teknik *crosstabulation* untuk mengetahui gambaran tinggi rendahnya *Self Regulation* dan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau berdasarkan hubungan dengan data pendukung.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Umum Responden Penelitian

1. Jenis Kelamin

Diketahui bahwa responden dengan jumlah tertinggi merupakan mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 56 responden dengan persentase 56% dan responden dengan jumlah terendah merupakan mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 44 responden dengan persentase 44%.

2. Usia

Diketahui bahwa mayoritas responden peneliti adalah mahasiswa berusia 22 tahun sebanyak 46 responden dengan persentase 46%, responden mahasiswa berusia 21 tahun sebanyak 28 responden dengan persentase 28%, responden mahasiswa 23 tahun sebanyak 18 responden dengan persentase 18%, responden mahasiswa berusia 24 tahun sebanyak 6 responden dengan persentase 6%, dan mahasiswa berusia 25 tahun sebanyak 2 responden persentase 2%.

3. Perguruan Tinggi

Diketahui bahwa berdasarkan perguruan tinggi, mayoritas responden peneliti adalah

mahasiswa perguruan tinggi swasta dengan responden sebanyak 91 responden dengan persentase 91% dan mahasiswa perguruan tinggi negeri dengan responden sebanyak 9 responden dengan persentase 9%.

4. Semester

Diketahui bahwa berdasarkan semester mayoritas responden peneliti adalah mahasiswa semester 8 sebanyak 81 dengan persentase 81 dan mahasiswa semester 9 sebanyak 19 responden dengan persentase 19%.

Uji Validitas dan Reliabilitas

Pada skala *self-regulated learning*, diketahui jumlah aitem yang gugur sebanyak 20 aitem karena nilai (r) $< 0,30$ yaitu aitem nomor 1, 8, 11, 14, 16, 17, 25, 26, 27, 28, 35, 38, 41, 43, 44, 52, 53, 54, 57, dan 58. Dari total 59 yang valid untuk dijadikan alat ukur sebanyak 39 aitem dengan rentang validitas 0,308-0,793.

Pada skala optimisme, diketahui jumlah aitem yang gugur sebanyak 12 aitem karena nilai (r) $< 0,30$ yaitu aitem 2, 5, 9, 12, 15, 17, 18, 22, 26 dan 27. Dari total 27 aitem dengan rentang validitas 0,356-0,790.

Pada alat ukur *self-regulated learning* sebelum pengguguran aitem memperoleh nilai *Alpha Cronbach* (α) = 0,938 namun setelah melakukan eliminasi pada aitem yang gugur maka didapatkan nilai *Alpha Cronbach* (α) = 0,959 yang artinya reliabel. Dan pada alat ukur optimisme sebelum pengguguran aitem memperoleh nilai *Alpha Cronbach* (α) = 0,889 namun setelah melakukan eliminasi pada aitem yang gugur maka didapatkan nilai *Alpha Cronbach* (α) = 0,924.

Uji Normalitas

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas

	<i>Self-Regulated Learning</i>	Optimisme
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,073	0,083

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada kedua alat ukur dalam penelitian ini berdistribusi normal (sig. $p > 0,05$). Sehingga dapat digunakan untuk teknik *product moment* dalam melihat hubungan antara *self-regulated learning* dan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta.

Korelasi

Tabel 2

Korelasi Self-Regulated Learning dan Optimisme

	<i>Self-Regulated Learning</i>	Optimisme
Pearson Correlation	-0,103	-0,103
Sig. (2-tailed)	0,308	0,308

Berdasarkan tabel 2 diketahui nilai sig. sebesar 0,308 yang artinya tidak memiliki hubungan antara variabel *self-regulated learning* dengan optimisme. Nilai korelasi yang diperoleh sebesar -0,103 yang artinya korelasi negatif dan sangat lemah antara *self-regulated learning* dengan optimisme. Nilai r^2 yang diperoleh sebesar 0,0106 yang artinya *self-regulated learning* berkontribusi sebesar 1,06% terhadap optimisme mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di Jakarta. Didukung oleh nilai korelasi dengan r^2 , jadi hipotesa penelitian ini bahwa ada hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme ditolak.

Kategorisasi

Tabel 3

Kategorisasi Self-Regulated Learning

Kategorisasi	Frekuensi	Persen
Tinggi	47	47%
Rendah	53	53%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa skor *self-regulated learning* yang dikategorikan tinggi memiliki skor total lebih besar atau sama dengan *mean* 101,76 dan skor *self-regulated learning* yang dikategorikan rendah memiliki skor total lebih kecil dari *mean* 101,76. Hasil dari kategorisasi *self-regulated learning* diketahui bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta memiliki *self-regulated learning* rendah.

Tabel 4

Kategorisasi Optimisme

Kategorisasi	Frekuensi	Persen
Tinggi	52	52%
Rendah	48	48%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 4 diketahui skor optimisme yang dikategorikan tinggi memiliki skor total lebih besar atau sama dengan *mean* 56,45 dan skor total optimisme yang dikategorikan rendah memiliki skor total lebih kecil dari *mean* 56,45. Hasil dari kategorisasi optimisme diketahui bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta memiliki optimisme yang tinggi.

Tabulasi Silang Optimisme Berdasarkan Data Penunjang

1. *Crosstab* Optimisme berdasarkan peran ibu dalam pengambilan keputusan

Tabel 5

Optimisme Berdasarkan Peran Ibu dalam Pengambilan Keputusan

Ibu berperan dalam pengambilan keputusan	Optimisme		Total
	Tinggi	Rendah	
Ya	39	28	67
Tidak	13	20	33
Total	52	48	100

Berdasarkan tabel 5 dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi berdasarkan peran ibu dalam pengambilan keputusan lebih banyak memiliki optimisme tinggi, sedangkan mahasiswa yang tidak setuju dengan peran ibu dalam pengambilan keputusan lebih banyak memiliki optimisme yang rendah.

2. *Crosstab* Optimisme pengalaman menjadi batu loncatan

Tabel 6

Optimisme berdasarkan pengalaman sebagai batu loncatan

pengalaman sebagai batu loncatan	Optimisme		Total
	Tinggi	Rendah	
Ya	51	45	96
Tidak	1	3	4
Total	52	48	100

Berdasarkan tabel 6 dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang menyetujui pengalaman krisis sebagai batu loncatan lebih banyak memiliki optimisme yang tinggi, sedangkan mahasiswa yang tidak menyetujui pengalaman sebagai batu loncatan lebih banyak memiliki optimisme yang rendah.

3. *Crosstab* optimisme berdasarkan dengan percaya semua yang terjadi atas kehendak Tuhan

Tabel 7

Optimisme Berdasarkan Percaya Semua yang Terjadi atas Kehendak Tuhan

Saya percaya Semua yang Terjadi atas Kehendak Tuhan	Optimisme		Total
	Tinggi	Rendah	
Ya	48	46	94
Tidak	4	2	6
Total	52	48	100

Berdasarkan tabel 7 dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang setuju dan tidak setuju semua yang terjadi atas kehendak Tuhan sama-sama memiliki optimisme yang tinggi.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan metode korelasional *pearson product moment* diperoleh nilai signifikan (p) = 0,308 dan ($p < 0,05$)

yang artinya tidak terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme sehingga hipotesis pada penelitian ini ditolak. Bila dilihat dari koefisien korelasi (r) sebesar -0,103 yang artinya koefisien korelasi antara *self-regulated learning* dan optimisme yaitu sangat lemah dengan nilai (r^2) sebesar 1,06% dimana *self-regulated learning* sangat kecil pengaruhnya terhadap optimisme sebesar 1,06% saja. Sehingga semakin rendah *self-regulated learning* tidak berdampak pada tingginya optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta. Artinya mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi maupun rendah akan memiliki tingkat optimisme yang sama dalam mengerjakan skripsi. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian milik Supriyanto (2015) dimana penelitiannya mengenai hubungan antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik pada mahasiswa menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik, dimana adanya faktor lain yang mempengaruhi yaitu faktor internal dan eksternal. Selain itu Prayitno (2017) dalam penelitiannya mengenai hubungan antara optimisme masa depan dan motivasi berprestasi terhadap prestasi belajar mahasiswa mata ajar bahasa Inggris juga menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara optimisme dan motivasi berprestasi terhadap prestasi belajar dimana terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi belajar mahasiswa selain motivasi dan optimisme, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa dalam mengerjakan skripsi masih ada faktor lain yang sifatnya faktor eksternal yang bisa berkontribusi terhadap tinggi rendahnya optimisme. misalnya: metode bimbingan, dosen pembimbing, fasilitas pendukung, dll.

Seperti diketahui, selama pandemi ini mahasiswa skripsi hanya bisa melakukan bimbingan dengan metode *online* yang dirasakan oleh mahasiswa tidak efektif, mahasiswa kurang memahami masukan (*feedback*) dari dosen, ditambah dengan fasilitas yang kurang memadai seperti tidak tersedianya wifi dan kuota yang terbatas yang sering kali membuat mahasiswa frustrasi dan tidak memiliki keyakinan atau optimisme rendah untuk bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu. Dengan demikian meskipun mahasiswa memiliki *self-regulated learning* yang tinggi mereka tetap tidak memiliki keyakinan bahwa akan dapat mengatasi hambatan yang terjadi selama penyelesaian skripsi di tengah masa pandemi ini.

Optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih banyak tinggi (52%). Seligman (2006) mendefinisikan optimisme sebagai suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi

semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi, nasib, atau orang lain. Mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi dapat menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya untuk mengerjakan skripsi dengan keyakinan dalam diri seperti terlihat pada hasil wawancara dengan beberapa orang mahasiswa yang mengatakan meskipun memiliki hambatan di tengah bimbingan *online* mereka tetap memandang sebuah peristiwa secara menyeluruh (*universal*) dan ditandai sebagai sebuah peristiwa baik untuk tetap bersemangat dan terus berusaha untuk mengatasi hambatan dalam mengerjakan skripsi, dan melihat suatu peristiwa buruk yang sementara terjadi secara spesifik yang tidak akan meluas ke hal lain yang sementara dikerjakan yang dimana ditandai dengan adanya aspek *permanence* dan *pervasiveness* dalam diri mahasiswa. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Thanoesyah (2016) yang menyatakan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki optimisme yang tinggi dalam proses penulisan skripsi yang dapat membuat mahasiswa mampu untuk bersikap seperti mempercayai penyebab baik bersifat menetap (*permanence*), memberikan penjelasan yang spesifik ketika menghadapi peristiwa buruk (*pervasiveness*), dan meyakini suatu peristiwa disebabkan oleh faktor dalam diri (*personalization*).

Hasil penelitian menunjukkan *self-regulated learning* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih banyak yang rendah (53%). Selain itu *self-regulated learning* menurut Zimmerman (2004) merupakan suatu kemampuan belajar untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara *motivasional* dan secara *behavioral*. Namun demikian hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan *self-regulated learning* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih banyak yang rendah. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah faktor lingkungan seperti adanya pandemi yang terjadi dan proses bimbingan yang dilakukan secara *online* membuat mahasiswa mengalami kesulitan seperti fasilitas yang kurang memadai yang dapat menunjang mahasiswa dalam mengerjakan skripsi seperti tersedianya wifi atau kuota internet serta jaringan yang sering bermasalah dalam proses bimbingan, dan adanya faktor dalam diri (*pearson*) dimana mahasiswa tidak memahami masukan (*feedback*) yang diberikan pembimbing melalui email dan membuat proses pengerjaan skripsi menjadi tidak berkembang maju sehingga terbentuk *self-regulated learning* mahasiswa yang rendah dalam mengerjakan skripsi. Hal ini didukung oleh hasil penelitian milik Prayitno (2017) dimana penelitiannya juga menyatakan bahwa perbedaan

dari setiap individu dapat menciptakan perbedaan kapasitas *self-regulated learning* antara satu siswa dengan siswa yang lain, dimana perbedaan kapasitas ini dapat menciptakan *self-regulated learning* yang tinggi maupun rendah pada masing-masing orang dalam proses belajarnya.

Selanjutnya berdasarkan data hasil tabulasi silang responden dengan peran ibu dalam pengambilan keputusan lebih banyak berasal dari mahasiswa yang menyetujui adanya peran ibu dalam pengambilan keputusan dimana mahasiswa dengan optimisme tinggi sebanyak 39 orang. Seligman (2006) gaya yang menjelaskan berkembang dari masa kanak-kanak dimana gaya memberi penjelasan dapat memberi konsekuensi pada pikiran anak-anak. Dimana pemikiran ibu dapat mempengaruhi pola pikir anak hingga dewasa. Seligman (2006) juga menyatakan gaya penjelasan sangat berpengaruh terhadap kehidupan orang dewasa karena selain membantu seseorang untuk mencapai tujuan dapat juga menghambat orang lain mencapai tujuannya dimana gaya seseorang memberi penjelasan akan mempengaruhi anggapan orang lain tentang dirinya. Sehingga individu yang menyetujui adanya peran ibu dalam pengambilan keputusan yang baik dapat menyebabkan optimisme yang tinggi.

Berdasarkan data hasil tabulasi silang pengalaman menjadi batu loncatan diketahui mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi lebih banyak berasal dari mahasiswa yang setuju dengan adanya pengalaman sebagai batu loncatan dengan optimisme tinggi sebanyak 51 orang. Seligman (2006) menyatakan jika pengalaman buruk yang dilalui dan pengalaman buruk tersebut tidak mengalami perubahan dan tetap buruk, maka dari sinilah seseorang mulai belajar pesimis. Akan tetapi jika seseorang dapat menjadikan pengalaman buruknya sebagai patokan untuk bergerak maju dalam menghadapi masalah dimasa sekarang dan masa mendatang, dapat berdampak baik pada kegiatan yang dilakukan orang tersebut salah satunya adalah memiliki optimisme tinggi dalam mengatasi hambatan dalam mengerjakan skripsi.

Berdasarkan data hasil tabulasi silang semua yang terjadi atas kehendak Tuhan diketahui mahasiswa yang setuju semua yang terjadi atas kehendak Tuhan dan tidak setuju semua yang terjadi atas kehendak Tuhan sama-sama memiliki optimisme yang tinggi. Seligman (2006) menyatakan perbedaan antara masing-masing keyakinan dapat membuat tingkat optimisme seseorang berbeda-beda.

Temuan dalam penelitian ini, berdasarkan jumlah tertinggi, hasil tabulasi silang diketahui mahasiswa dengan peran ibu dalam pengambilan keputusan lebih banyak memiliki optimisme tinggi,

mahasiswa dengan pengalaman sebagai batu loncatan lebih banyak memiliki optimisme tinggi, dan mahasiswa dengan semua yang terjadi atas kehendak Tuhan baik yang setuju dan tidak setuju sama-sama memiliki optimisme yang tinggi.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Jakarta (sig p 0,308 dan $r = -0,103$) sehingga, hipotesis pada penelitian ini ditolak yaitu tidak terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan optimisme. Dimana semakin rendah *self-regulated learning* mahasiswa tidak berdampak pada optimisme mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* berkontribusi sebesar 1,06% terhadap optimisme mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di Jakarta. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih banyak yang memiliki *self-regulated learning* rendah (53%) dan optimisme tinggi (52%). Hasil uji tabulasi silang memperlihatkan mahasiswa dengan peran ibu dalam pengambilan keputusan, mempunyai pengalaman sebagai batu loncatan, yang setuju dan tidak setuju berpendapat semua yang terjadi atas kehendak Tuhan, lebih banyak memiliki optimisme yang tinggi. Temuan unik dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang setuju dan tidak setuju dengan semua yang terjadi atas kehendak Tuhan sama-sama memiliki optimisme yang tinggi.

Daftar Pustaka

- Aditya, R. (2020, 16 Juni). Survey Cepat, Mahasiswa Skripsi Di Masa Pandemi. *Pengamat Sosial*. Retrieved from website: https://pengamat.sosial//mahasiswaskripsi/erapandemi_6
- Hariyadi, S. (2017). Identifikasi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa S1 Psikologi Di Semarang. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1).
- Hartaji, D. A. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua. *Jurnal Psikologi*, 5(7).
- Minar, S. (2008). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Mukhid, T. (2016). Hubungan Antara Self-Regulated Learning Dengan Kepribadian Pada Siswa SMK Yudibina. *Jurnal Psikologi*, 8(9).

- Mustofa, R. (2018). *Identifikasi Optimisme Pada Mahasiswa Tuna Rungu Di Balikpapan* (Skripsi). Universitas Kenca Mulya
- Pusat Data dan Informasi Ilmu Pengetahuan (PPDikti), Teknologi, Dan Pendidikan Tinggi. (2020, 13 Maret). *Kementrian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi*. Retrieved from websie:<https://pddikti.kemdikbud.go.id/asset/data/publikasi/Statistik Pendidikan Tinggi Indonesia 2018.pdf>
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 1999 Tentang Pendidikan Tinggi. (2020, 16 Juli). *KMP.Ipb.Ac.Id*. Retrieved from website: www.kmp.ipb.ac.id
- Prayitno. (2017). Hubungan Antara Optimisme dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Mata Ajar Bahasa Inggris Prodi DIII Keperawatan Tahun Ajaran 2016-2017. *Jurnal Keperawatan* 51(3).
- Rozali, Y. A. (2014). Hubungan Self Regulation Dengan Self Determination (Studi Akhir Pada Mahasiswa Akhir Semester Genap 2013/2014, $IPK \leq 2,75$). *Jurnal Psikologi* 16(7).
- Sarwono, J. (2012). *Metode Riset Skripsi: Pendekatan Kuantitatif (Menggunakan Prosedur SPSS)*. Jakarta: PT Elax Media Komputindo.
- Seligman, M. E. (2006). *Learned Optimism: How To Change Your Mind and Your Life*. New York: Pocket Books.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Supriyanto. (2015). *Hubungan Antara Self-Regulated Learning dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Perkembangan Jaya* (Skripsi). Universitas Perkembangan Jaya
- Thanoesyah, R. (2016). *Konsep Diri dan Optimisme Mahasiswa Dalam Penulisan Skripsi* (Skripsi). Universitas Negeri Padang
- Undang-Undang Republik Indonesia. (2020, 16 Agustus). *UUD Pendidikan*. Retrieved from website: <http://www.jdih.kemenkeu.go.id/fullText/2012/12TAHUN2012UU.H>
- Wolters, K. (2003). *Understanding Procrastination from a Self-Regulated Learning Perspective*. New York: Star Book.
- Zimmerman, J. (2004). *Self-Regulated Learning: From Teaching to Self- Reflective Practice*. New York: Guilford Press.