

PENGATURAN DIRI DALAM BELAJAR (*SELF REGULATED LEARNING*) MAHASISWA DITINJAU DARI STRATEGI *EXPERIENTIAL LEARNING* DAN JENIS KELAMIN

Eva Latipah

Mahasiswa S3 Fakultas Psikologi UGM

e-mail: evalatipah@yahoo.co.id

ABSTRACT

This research aimed to examine correlation of self regulated learning with strategy of experiential learning and sex. The hypotheses were tested: (a) there's correlation of strategy of experiential learning with self regulated learning and sex.

Subjects of the research were a hundred and forty students of Primary School Education, Faculty Tarbiya and Education at State Institute Islamic University, Yogyakarta. Two instruments were administered in data gathering: self regulated learning scale, module of experiential learning strategy.

The product moment analysis and t-test were applied to analyze the data. The result indicated that (a) there was a positive and significant correlation between experiential learning strategy and self regulated learning ($r = 0.282, p = 0.000$), (b) there was a different and significant of self regulated learning between female and male students (female mean = 111.33 and male mean = 105.20, $p = 0.000$).

Penelitian ini bertujuan untuk menguji korelasi antara strategi pembelajaran eksperiensial (experiential learning) dengan penga-

turan diri dalam belajar (self regulated learning) dan jenis kelamin. Hipotesis yang diuji adalah: (a) ada korelasi antara strategi experiential learning dengan belajar berdasar regulasi diri, (b) ada perbedaan pengaturan diri dalam belajar antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan.

Subjek dari penelitian ini adalah 140 mahasiswa Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta. Dua instrumen digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data, yaitu skala pengaturan diri dalam belajar dan modul strategi pembelajaran eksperiensial.

Teknik analisis product moment dan uji-t digunakan untuk menganalisis data. Hasilnya menunjukkan bahwa (a) ada korelasi positif dan sangat signifikan antara strategi pembelajaran eksperiensial dan pengaturan diri dalam belajar ($r = 0,282$, $p = 0,000$) (b) ada perbedaan yang sangat signifikan antara pengaturan diri dalam belajar laki-laki dan perempuan (rerata perempuan = 111,33 dan rerata laki-laki = 105,29, $r = 0,000$).

Kata Kunci: *experiential learning strategy, sex, self regulated learning*

PENDAHULUAN

Motivasi belajar merupakan salah satu faktor yang menentukan seseorang dalam kesuksesan akademik dan non-akademik. Ini selaras dengan ajaran agama Islam bahwa 'segala perbuatan tergantung pada niatnya', karena niat oleh sejumlah ahli diidentikkan sebagai motivasi¹. Pengalaman peneliti selama mengajar psikologi, bahasan tentang motivasi selalu menjadi topik hal yang paling menarik bagi mahasiswa, ditunjukkan dengan selalu banyak pertanyaan terkait motivasi. Dalam sejumlah penelitian ditemukan bahwa motivasi merupakan faktor terbesar yang memberikan kontribusi terhadap kesuksesan akademik.² Namun demikian motivasi saja dipandang tidak cukup untuk membawa seseorang meraih kesuksesan akademik. Hasil penelitian Alsa menunjukkan bahwa seseorang dapat meraih kesuksesan dalam bidang akademik jika dia memiliki motivasi belajar yang tinggi,

1 Baharudin, 2007, *Paradigma Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), hlm. 27.

2 Latipah, 2009. Prestasi akademik dan Belajar berdasar Regulasi Diri. *Jurnal al Bidayah*, hlm. 97. Lihat juga Alsa, 2005. Program Belajar, Jenis Kelamin, Belajar Berdasar Regulasi Diri, dan Prestasi Matematika. *Disertasi* (Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM), hlm. 234.

kemudian disertai dengan penggunaan strategi-strategi belajar tertentu, seperti menggunakan strategi menghafal (*rehearsal*) untuk materi-materi yang sifatnya hafalan seperti menghafal rumus-rumus, menghafal ayat-ayat al-Qur'an, dan sebagainya. Di sisi lain menggunakan strategi pendalaman (*elaboration*) untuk memahami materi sejarah Nabi Muhammad SAW, dan sebagainya.

Tidak cukup memiliki motivasi dan strategi-strategi belajar, seseorang yang sukses akademik juga memiliki perencanaan, pengontrolan, dan evaluasi terhadap proses pembelajarannya.³ Dalam istilah psikologi, perencanaan, pengontrolan, dan evaluasi tersebut diistilahkan sebagai regulasi metakognitif. Ini artinya bahwa untuk meraih kesuksesan akademik, maka seseorang perlu memiliki perencanaan belajar yang baik yang dijabarkan dalam target-target, baik target jangka pendek maupun target jangka panjang. Selanjutnya perencanaan yang telah dibuat tersebut dikontrol dalam penerapannya. Pengontrolan dimaksudkan sebagai untuk mengendalikan laju kegiatan yang telah direncanakan. Akhirnya, hasil dari apa yang telah dikerjakan perlu dievaluasi. Evaluasi artinya seseorang meninjau kembali apa yang menjadi penyebab kesuksesan atau kegagalan dari hasil yang diperoleh. Dari evaluasi tersebut seseorang dapat mengetahui apa yang harus dikerjakannya (diperbaiki) dan apa yang harus dikurangi atau bahkan ditinggalkannya.

Terakhir, seseorang yang sukses secara akademik melakukan penataan terhadap lingkungan belajarnya. Menata lingkungan belajar artinya, seseorang mampu mengatasi hambatan yang dapat mengganggu kegiatan belajarnya. Misalnya, jika seseorang merasa terganggu jika kondisi lingkungan belajar berisik atau ramai, maka upaya yang dilakukannya (bisa jadi) adalah memohon kepada teman-teman sebagai sumber ramai untuk tidak ramai. Dalam perspektif psikologi, motivasi, strategi belajar kognitif, regulasi metakognitif, dan kelola sumber daya (lingkungan, waktu, dan meminta bantuan/*help seeking*) diistilahkan sebagai pengaturan diri dalam belajar (*self regulated learning*). Latipah (2012) mengungkapkan bahwa pengaturan diri dalam belajar bagi mahasiswa sangat dipentingkan karena kebanyakan mahasiswa sudah berpisah dari orang tuanya. Dalam kondisi demikian, tidak ada lagi intervensi dari orang tua terkait pembelajarannya, dan karenanya hanya diri mahasiswalah yang seharusnya mengatur diri dalam pembelajarannya.

3 Zimmerman, 1998. Construct Validation of Strategy Model of Student Self Regulated Learning. *Journal of Educational Psychology*. 80 (2), p. 284-290.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa sekalipun mahasiswa sangat tertarik dengan tema masalah motivasi dalam pembelajaran, namun hasil penelitian Latipah (2009) ditemukan bahwa mahasiswa pada program studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) memiliki motivasi belajar yang rendah. Ini terutama pada mata kuliah matematika dan pembelajarannya. Setelah dikroscek dengan mahasiswa, mereka mengaku bahwa rendahnya motivasi belajar mereka dalam bidang matematika dikarenakan matematika dipandang sebagai materi yang abstrak. Padahal sesungguhnya, matematika merupakan materi yang sangat mungkin dikonkritkan meskipun objek kajiannya bersifat abstrak.⁴

Jika motivasi belajar rendah, tentu akan berdampak pada rendahnya penggunaan strategi belajar, rendahnya regulasi metakognitif, dan rendahnya mahasiswa untuk menstruktur lingkungan yang dapat berdampak pada kesuksesan belajarnya. Singkat kata, mahasiswa memiliki tingkat pengaturan diri dalam belajar yang rendah. Jika pengaturan diri dalam belajarnya rendah, maka dapat diprediksi kemampuan akademik mereka pun akan cenderung rendah.

Di antara faktor yang dipandang menyebabkan rendahnya pengaturan diri dalam belajar mahasiswa adalah terkait dengan penggunaan strategi pembelajaran oleh dosen. Ini artinya dosen seyogianya memberikan ruang bagi mahasiswa untuk terlibat secara aktif dalam aktivitas pembelajaran. Terlibat secara aktif artinya dosen melibatkan mahasiswa untuk berpikir dengan cara memberikan kesempatan yang cukup besar untuk sesi bertanya (tanya jawab). Tidak sekedar terlibat secara aktif, mahasiswa perlu diajak untuk belajar membangun atau merumuskan sebuah konsep. Dalam merumuskan atau membangun konsep, dosen pun menggunakan cara yang deduktif, dimana mahasiswa diajak untuk mengonstruksi sendiri konsep-konsep yang telah dijelaskan melalui pembelajaran deduktif. Menurut Kolb⁵, mahasiswa juga seyogianya melakukan refleksi atas kegiatan pembelajarannya. Refleksi dimaksudkan sebagai meninjau atau memikirkan kembali, apakah pembelajaran dan perumusan konsep yang telah dilakukannya sudah sesuai atau belum. Untuk mengevaluasi betul tidaknya, akhirnya mahasiswa pun melakukan eksperimentasi aktif, yaitu mencoba mengaplikasikan dalam kehidupan nyatanya.

Proses sebagaimana diuraikan di atas, menurut Zimmerman sangat

4 Grouws & Cebulla, 2001. *Improving Students Achievement in Mathematics*. <http://www.ibe.unesco.org>. Diakses tanggal 4 Desember 2005.

5 Kolb, 1984. *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, New Jersey, p. 211.

memungkinkan untuk mampu meningkatkan kemampuan mengatur diri dalam pembelajaran bagi mahasiswa. Sebagaimana dikemukakannya bahwa siklus dalam membangun pengaturan diri dalam belajar meliputi: pemikiran ke depan, performansi atau pengontrolan kemauan, dan merefleksikan apa yang telah dilakukan.⁶ Strategi tersebut diidentifikasi Joyce sebagai strategi *experiential learning*.⁷ Atas hal tersebut maka strategi *experiential learning* dipandang berkaitan atau mampu meningkatkan kemampuan mengatur diri dalam belajar mahasiswa.

Secara umum, antara laki-laki dan perempuan memiliki prestasi yang sama dalam hal inteligensi. Hal tersebut diantaranya dikarenakan para penyusun tes menghilangkan hal yang menguntungkan suatu kelompok. Namun demikian para peneliti kadang menemukan perbedaan dalam hal kemampuan kognitif secara spesifik, seperti dalam hal kemampuan visual-spasial yaitu kemampuan untuk membayangkan dan memanipulasi secara mental gambar dua dan tiga dimensi. Bahkan sejumlah penelitian menemukan bahwa laki-laki secara umum memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengerjakan tugas-tugas visual-spasial dibanding perempuan. Di sisi lain perempuan memiliki kemampuan yang lebih dibanding laki-laki dalam hal kemampuan penguasaan kosa kata dan dapat mengidentifikasi kata-kata yang mereka perlukan untuk mengekspresikan pikiran mereka dengan lebih cepat. Adanya kemampuan kognitif yang berbeda antara laki-laki dan perempuan ini dipandang berdampak pula pada pengaturan diri dalam belajar antara laki-laki dan perempuan. Oleh karenanya, dalam penelitian ini akan dikaji apakah strategi *experiential learning* berkorelasi dengan pengaturan diri dalam belajar mahasiswa, dan apakah terdapat perbedaan pengaturan diri dalam belajar antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.

KAJIAN TEORI

Selfregulated learning diartikan sebagai tingkatan dimana seseorang secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar.⁸ Motivasi merupakan hal esensial dalam *self regulated learning*

6 Zimmerman, B. J., 1989. A Social Cognitive View of Self Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*. 81 (3), 329-339.

7 Joyce, B., Weil, M., Calhoun, E., 2009. *Models of Teaching* (Eight Edition). New Jersey: Allyn & Bacon, hal. 342.

8 Zimmerman dan Martinez-Pons, 2001. Students Differences in Self Regulated Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self Efficacy and Strategy Use. *Journal of Educational Psychology*. 82 (1), 51-59.

karena melalui motivasi seseorang mau mengambil tindakan dan tanggung jawab atas kegiatan belajar yang dilakukan.⁹ Byrnes mendefinisikan motivasi sebagai suatu konstruk yang digunakan untuk menjelaskan prakarsa, arahan, dan intensitas dari perilaku individual.¹⁰ Proses-proses regulasi diri (*self regulatory process*) yang dapat meningkatkan motivasi dalam *self regulated learning* meliputi efikasi diri (*self efficacy*), tujuan pribadi (*self goals*), nilai, dan atribusi. Efikasi diri (*self efficacy*) mengacu pada keyakinan (*belief*) pelajar bahwa dia dapat mengadakan beberapa kontrol pada suatu peristiwa yang mempengaruhi kehidupannya. Tujuan (*goals*) membimbing usaha seseorang untuk bertindak dalam arah tertentu dan berguna sebagai kriteria untuk evaluasi diri.

Orientasi tujuan meliputi orientasi tujuan belajar (*a learning goal orientation*) dan orientasi tujuan kinerja (*a performance goal orientation*). Individu dengan orientasi tujuan belajar (*a learning goal orientation*) ditandai dengan keyakinan bahwa kompetensi dapat dikembangkan, menilai kompetensi dalam kaitannya dengan kemampuan sebelumnya, dan memilih serta bertahan pada tuntutan tugas. Adapun individu dengan orientasi tujuan kinerja ditandai dengan keyakinan bahwa kompetensi itu tidak mudah diubah atau dikembangkan, mengevaluasi kompetensinya dalam kaitannya dengan kompetensi orang lain (menilai kompetensinya dengan membandingkan kompetensinya dengan kompetensi orang lain); dan memilih tugas yang mana dia bisa mengembangkan kompetensinya dan menghindari kegagalan. Seorang *self regulated learner* lebih berfokus pada orientasi tujuan belajar dan bukannya berorientasi tujuan kinerja.¹¹

Nilai (*value*) berkaitan dengan tujuan seseorang terhadap tugas yang dihadapinya dan keyakinannya mengenai pentingnya dan minat suatu tugas bagi dirinya. Nilai dalam hal ini dipandang sebagai alasan ('mengapa') dalam mengerjakan suatu tugas. Contoh bentuk butir pernyataan yang menunjukkan suatu nilai adalah 'memahami suatu pelajaran adalah sesuatu yang penting bagi saya'.¹²

Atribusi (*attribution*) merupakan cara seseorang memandang penyebab (*causes*) dari suatu hasil. Menurut Weiner atribusi dalam

9 Smith, 2001. Understanding Self Regulated Learning and Its Implications for Accounting Aducators and Research. *Issues in Accounting Education*. 16 (4), 663-667.

10 Byrnes, 1996. *Cognitive Development and Learning in Instructional Contexts*. Boston: Allyn & Bacon. P. 109.

11 Smith, 2001. Understanding Self Regulated Learning and Its Implications for Accounting Aducators and Research. *Issues in Accounting Education*. 16 (4), 663-667.

12 Pintrich, & De Groot, 1990. Motivational and Self Regulated Learning Component of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational Psychology*. 90 (4), 715-729.

konteks perilaku berprestasi dapat dipahami ketika individu mencoba menjelaskan suatu kegagalan atau kesuksesan, individu sering mengatribusikannya pada salah satu atau lebih dari empat penyebab yakni kemampuan (*ability*), usaha (*effort*), tingkat kesulitan tugas (*task difficulties*), atau keberuntungan (*lucky*).

Strategi *self regulated learning* meliputi latihan (*rehearsing*), perluasan materi (*elaborating*), model (*modelling*), dan pengaturan (*organizing*). Latihan (*rehearsal*) adalah proses mengulang-ulang informasi untuk membantu mengingat informasi. Perluasan materi (*elaborating*) merupakan tipe enkoding (pengkodean) informasi yang dilakukan dengan menghubungkan antara informasi yang baru dengan informasi yang telah disimpan dalam memori jangka panjang (*long term store*). Pengaturan (*organizing*), yang tidak jauh berbeda dengan elaborasi. Dalam pengaturan individu juga berusaha membuat struktur atas informasi yang dimilikinya dan biasanya ini dilakukan dengan menghubungkan-hubungkan pengetahuan dan informasi yang telah dimilikinya.¹³ Peniruan (*modelling*) merupakan istilah yang muncul dari teori belajar sosial (*social learning theories*) dimana menurut teori tersebut perilaku dan cara berpikir seseorang akan berubah melalui observasi dan interaksi dengan lingkungan sosial. Model adalah seseorang yang perilakunya merupakan stimulus untuk belajar, sedangkan pengamat adalah mahasiswa yang mengamati perilaku dari model untuk ditiru. Seorang dosen dalam konteks pembelajaran di kelas hendaknya menjadi model dalam belajar, berpikir, dan mengatur strategi bagi mahasiswa. Disamping itu, mahasiswa yang sebaya juga dapat secara efektif mendukung kegiatan belajar.

Seorang *self regulated learner* memiliki kesadaran terhadap hasil kinerjanya. Meichenbaum menyebut hal ini sebagai metakognisi, yakni kesadaran seseorang akan mesin kognitifnya sendiri dan bagaimana mesin tersebut bekerja.¹⁴ Ada dua hal yang perlu dicermati berkaitan dengan metakognisi yaitu pengetahuan dan regulasi metakognitif. Pengetahuan metakognisi menunjuk pada pengetahuan pelajar tentang kemampuan kognitif yang dimiliki. Pengetahuan metakognisi merupakan kognisi tingkat tinggi yang digunakan untuk memonitor dan meregulasi proses-

13 Anderson, *Learning and Memory: An Integrated Approach* (New York: John Willey & Sons, Inc, 1997). p. 204.

14 Meichenbaum, Burland, Gruson, & Cameron, 1985. Metacognitive Assessment. Dalam S. Yussen (Ed.). *The Growth of Reflection in Children* (Orlando, FL: Academic Press), hlm. 1-30..

proses kognitif seperti penalaran, pemahaman mengatasi masalah, belajar, dan sebagainya. Setiap mahasiswa memiliki kemampuan yang berbeda dalam hal pengetahuan dan keterampilan metakognitifnya, oleh karenanya mereka juga berbeda dalam hal seberapa baik dan seberapa cepat mereka belajar.¹⁵

Pengetahuan metakognisi terdiri dari tiga sub-pengetahuan yang memfasilitasi aspek refleksi metakognisi yakni: pengetahuan deklaratif (pengetahuan tentang diri sebagai seorang pelajar, faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan ingatan seseorang, serta keterampilan, strategi, dan sumber daya yang dibutuhkan untuk mengerjakan sebuah tugas (tahu apa yang akan dilakukan); pengetahuan prosedural (pengetahuan tentang bagaimana menggunakan strategi); dan pengetahuan kondisional (pengetahuan tentang kapan dan mengapa sebuah strategi digunakan). Pengetahuan metakognisi berkembang seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman seseorang, yang bersifat relatif stabil.¹⁶

Regulasi metakognitif berkaitan dengan mekanisme regulasi diri. Ini meliputi sejumlah sub-proses yang memfasilitasi aspek kontrol dalam belajar seperti perencanaan, pemantauan, dan penilaian yang digunakan mahasiswa dalam aktivitas belajar. *Planning* (perencanaan) berkaitan dengan memutuskan berapa banyak waktu yang diberikan untuk sebuah tugas, strategi mana yang akan digunakan, bagaimana memulainya, sumber daya apa yang akan digunakan, urutan apa yang akan diikuti, mana yang akan diberi perhatian sepintas dan mana yang perlu diberi perhatian penuh, dan sebagainya. *Monitoring* (pemantauan) merupakan *real-time awareness* tentang bagaimana saya bekerja; atau menanyakan kepada diri sendiri, apakah 'ini' masuk akal? apakah saya bekerja terlalu cepat?, dan sebagainya. *Evaluating* (evaluasi) yaitu membuat penilaian (*judgement*) tentang proses dan hasil berpikir dan belajar. Dalam hal ini pertanyaan-pertanyaan yang perlu dicermati meliputi: apakah saya harus mengubah strategi? Apakah saya perlu mencari bantuan atau menyerah saat ini juga?, dan sebagainya. Berbeda dengan sifat dari pengetahuan kognitif, sifat dari regulasi metakognitif kurang stabil, sangat tergantung pada karakteristik mahasiswa dan materi kuliah atau karakter tugas yang dihadapi.¹⁷

¹⁵ Woolfolk, *Educational Psychology Active Learning Edition-Tenth Edition*. (Boston: Allyn & Bacon, 2008), p. 335.

¹⁶ Alsa, Pengaruh Metode Belajar Jigsaw terhadap Keterampilan Hubungan Interpersonal dan Kerjasama Kelompok pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UGM. *Jurnal Psikologi*. (Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 2009), hlm. 90-98.

¹⁷ Alsa, 2005, op. cit. Hal 98.

Berkaitan dengan komponen lingkungan, seorang *self regulated learner* memiliki sensitivitas terhadap lingkungan sosial dan sumber daya (*resource*) yang terdapat di sekitarnya. Zimmerman menggunakan istilah '*resourcefulness*' yang mengacu pada kemampuan untuk mengontrol lingkungan fisik di sekitarnya dalam hal membatasi distraksi yang mengganggu kegiatan belajar, dan secara sukses mencari dan menggunakan referensi dan keahlian yang diperlukan untuk menguasai apa yang dipelajari. *Resourcefulness* ditandai dengan adanya keaktifan seseorang dalam mencari informasi, mengorganisir lingkungan, dan meminimalisir distraktor.¹⁸ Bentuk proses regulasi diri yang berkaitan dengan komponen lingkungan adalah menstruktur lingkungan (*environmental structuring*) dan mencari bantuan (*help seeking*). Menstruktur lingkungan berkaitan dengan menciptakan lingkungan belajar yang dapat mendukung terlaksananya kegiatan belajar secara optimal. Penciptaan lingkungan belajar tidak hanya dilakukan di sekolah saja, tetapi juga perlu dilakukan di rumah atau di tempat lain dimana di tempat itu kegiatan belajar dapat dilaksanakan.

Seorang *self regulated learner* tidak selalu menguasai materi secara sempurna. Apabila hal tersebut terjadi maka perlu mencari bantuan (*help seeking*) kepada orang lain dan sumber-sumber lainnya. Zimmerman mengidentifikasi beberapa pihak yang dapat dirujuk untuk mencari bantuan yakni teman sebaya, dosen, dan orang dewasa lainnya. Madden mengajukan bahwa selain manusia ada beberapa sumber yang dapat dirujuk ketika mahasiswa mengalami hambatan dalam belajar yakni internet dan perpustakaan.¹⁹ Ryan dan Pintrich membedakan perilaku mencari bantuan (*help seeking*) ini menjadi dua yakni *avoidance help seeking* dan *adaptive help seeking*. *Avoidance help seeking* terjadi ketika seseorang memerlukan bantuan tetapi mereka tidak mau mencari bantuan. Mereka hanya meniru pekerjaan orang lain tanpa memahami permasalahannya. *Adaptive help seeking* berkaitan dengan seseorang yang meminta bantuan atau petunjuk mengenai solusi dari suatu masalah seperti klarifikasi masalah.²⁰

Jenis kelamin (seks) diartikan sebagai perbedaan secara biologis

18 Zimmerman & Martinaz-Pons dalam Smith, *Introduction to Special Education: Teaching in an Age of Opportunity* (5th ed) (Boston: Allyn and Bacon, 2006). p. 321.

19 Madden, *FIRE-UP Your Learning: An Accelerated Learning Guide*. Diterjemahkan Suryana (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), hlm. 223.

20 Ryan & Pintrich, Should I Ask for Help? The Role of Motivation an Attitude in Math Class. *Journal of Educational Psychology*. (91 (2), 1999). p. 329-341.

antara perempuan dan laki-laki. Perbedaan dan fungsi biologis antara laki-laki dan perempuan tidak dapat dipertukarkan, dan fungsinyapun tetap untuk laki-laki dan perempuan pada segala ras yang ada di muka bumi. Jenis kelamin adalah perbedaan bentuk, sifat, dan fungsi biologi laki-laki dan perempuan yang menentukan perbedaan peran mereka dalam menyelenggarakan upaya meneruskan garis keturunan.

Dasar model pembelajaran eksperiensial adalah teori pembelajaran eksperiensial (*experiential learning theory*). Teori pembelajaran eksperiensial mendefinisikan belajar sebagai proses di mana pengetahuan diciptakan melalui transformasi pengalaman (*experience*). Pengetahuan merupakan hasil perpaduan antara memahami dan mentransformasi pengalaman.²¹ Belajar dari pengalaman mencakup keterkaitan antara berbuat dan berpikir.²² Jika mahasiswa terlibat aktif dalam proses belajar maka mahasiswa akan belajar jauh lebih baik. Dalam proses pembelajaran mahasiswa terlibat secara aktif, berpikir tentang apa yang dipelajari, dan kemudian bagaimana menerapkan apa yang telah dipelajari dalam situasi nyata.²³

Pembelajaran eksperiensial menekankan dua hal penting yakni memandang pembelajaran sebagai proses pembelajaran yang holistik dan menjadikan pengalaman sebagai peran sentral dalam proses belajar. Dua penekanan inilah yang membedakan pembelajaran eksperiensial dengan teori belajar lainnya. Istilah '*experiential*' digunakan untuk membedakan antara teori belajar kognitif yang cenderung menekankan kognisi lebih daripada afektif, dan teori belajar behavior yang menghilangkan peran pengalaman subjektif dalam proses belajar.²⁴

Dalam konteks pembelajaran eksperiensial, pengalaman mahasiswa direfleksikan secara mendalam dan dari sini muncul pemahaman baru atau proses belajar.²⁵ Pembelajaran eksperiensial juga memanfaatkan pengalaman baru dan reaksi mahasiswa terhadap pengalamannya untuk membangun pemahaman dan transfer pengetahuan, keterampilan serta

21 Kolb, *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. (New Jersey: Englewood Cliffs, 1984), p. 145.

22 Kolb & Kolb, *Bibliography of research on experiential learning theory and the Learning Style Inventory* (Department of Organizational Behavior, Weatherhead School of Management, Case Western Reserve University, Cleveland, OH., 1999), p. 223.

23 Marcus, dkk., Understanding Instructions. *Journal of Education Psychology*. 88, (1996), p. 49-63.

24 Kolb, *Op.Cit.*, hlm. 221.

25 Avramidis, dkk., Student Teachers' attitudes toward the inclusion of children with special education needs in the ordinary school. *Teaching and Teacher Education*. 16 (2000), hlm. 277-293.

sikap.²⁶

Pembelajaran eksperiensial diartikan sebagai tindakan untuk mencapai sesuatu berdasarkan pengalaman yang secara terus menerus mengalami perubahan guna meningkatkan keefektifan dari hasil belajar itu sendiri. Senada dengan itu pembelajaran eksperiensial didefinisikan sebagai rangkaian kejadian dengan satu atau lebih tujuan belajar yang telah diidentifikasi, yang mensyaratkan keterlibatan aktif dari para mahasiswa dalam satu atau beberapa poin rangkaian.²⁷

Model pembelajaran eksperiensial secara luas bertujuan untuk membangun, mengembangkan pemahaman, dan mencapai hasil belajar melalui transformasi pengalaman. Rumusan teori pembelajaran eksperiensial bertumpu pada filosofi pendidikan Dewey, metode riset Lewin, dan teori perkembangan kognitif Piaget. Ketiganya memiliki pandangan yang hampir sama tentang proses belajar yakni bahwa pengalaman merupakan sumber belajar yang dapat mengembangkan kemampuan mahasiswa.

Dalam konteks di kelas, tujuan model pembelajaran eksperiensial adalah untuk mempengaruhi mahasiswa melalui tiga cara yakni: (a) mengubah struktur kognitif mahasiswa, (b) mengubah sikap mahasiswa, dan (c) memperluas keterampilan mahasiswa yang telah dimiliki. Ketiga elemen tersebut saling berhubungan dan mempengaruhi secara keseluruhan, tidak terpisah-pisah. Jika salah satu elemen tidak ada maka kedua elemen lainnya tidak akan efektif.²⁸ Selaras dengan hal tersebut, model pembelajaran eksperiensial bertujuan untuk mengintegrasikan teori dan praktik pembelajaran agar mahasiswa memperoleh hasil belajar yang utuh.²⁹ Dengan menjadikan pengalaman sebagai sumber belajar, pembelajaran eksperiensial menekankan signifikansi pengalaman mahasiswa.

Dalam upaya mengubah aspek kognitif, sikap, dan memperluas keterampilan mahasiswa melalui pengalaman dilakukan dengan menempuh tahapan-tahapan dalam pembelajaran eksperiensial yang diistilahkan sebagai siklus strategi pembelajaran eksperiensial, yaitu:

26 O'Connor & Cordova, Learning: The Experiences of Adults Who Work Full-Time While Attending Graduate School Part-Time. *Journal of Education for Business*. 85 (2010), hlm. 359-368.

27 Walter & Marks, *Experiential Learning and Change: Theory Design and Practice* (New York: John Willey & Sons, 1981), hlm. 234.

28 Johnson & Johnson, *Joining Together: Group Theory and Group Skills*, (Needham Heights: Allyn & Bacon, 1991). hlm. 212.

29 Gibbons & Gray, An integrated and experience-based approach to social work education: The Newcastle model, *Social Work Education*. 22 (2002), hlm. 529-549.

tahap pengalaman nyata (*concrete experience*), tahap observasi refleksi (*reflective observation*), tahap konseptualisasi abstrak (*abstract conceptualization*), dan tahap implementasi/eksperimen (*experiment*).

Proses belajar dalam pembelajaran eksperiensial dimulai dari sebuah pengalaman konkret yang dialami seseorang. Pengalaman yang dimaksud adalah adanya kegiatan yang dilakukan mahasiswa dalam pembelajaran dan penggunaan pengalaman berupa pengetahuan atau informasi yang telah dimiliki sebelumnya. Pengalaman tersebut kemudian direfleksikan secara individu. Dalam proses refleksi seseorang akan berusaha memahami apa yang terjadi atau apa yang dialaminya. Refleksi ini menjadi dasar proses konseptualisasi atau proses pemahaman prinsip-prinsip yang mendasari pengalaman yang dialami serta prakiraan kemungkinan aplikasinya dalam situasi atau konteks yang lain (baru). Proses implementasi merupakan situasi dan konteks yang memungkinkan penerapan konsep yang sudah dikuasai. Kemungkinan belajar melalui pengalaman-pengalaman nyata kemudian direfleksikan dengan mengkaji ulang apa yang telah dilakukannya tersebut. Pengalaman yang telah direfleksikan kemudian diatur kembali sehingga membentuk pengertian-pengertian baru atau konsep-konsep abstrak yang akan menjadi petunjuk bagi terciptanya pengalaman atau perilaku-perilaku baru. Proses pengalaman dan refleksi dikategorikan sebagai proses penemuan (*finding out*), sedangkan proses konseptualisasi dan implementasi dikategorikan dalam proses penerapan (*taking action*).

Strategi *experiential learning* merupakan sebuah strategi yang menekankan pentingnya pengalaman sebagai sumber belajar. Pengalaman selanjutnya diolah melalui beberapa tahapan agar menjadi pengetahuan yang bermakna. Dalam mengolah pengalaman, mahasiswa melakukan beberapa tahapan dalam pembelajaran eksperiensial; dan di antara tahapan tersebut adalah tahap refleksi. Tahap refleksi memungkinkan mahasiswa untuk melihat kembali pada pengalaman belajar yang telah dilakukan. Berdasarkan hasil refleksi, mahasiswa diharapkan mampu mengambil nilai-nilai yang sangat bermanfaat baginya. Ketika mahasiswa mampu mengambil nilai-nilai yang bermanfaat tersebut, diharapkan mahasiswa mampu melakukan perubahan atas dirinya. Mampu melakukan perubahan berarti bahwa mahasiswa memiliki dorongan kuat (motivasi) untuk berubah. Perubahan tersebut tentunya perubahan ke arah yang lebih baik, sesuai dengan yang diharapkan.

Refleksi yang dilakukan mahasiswa dalam konteks pembelajaran di kelas, digunakan mahasiswa sebagai pijakan untuk mengevaluasi

kegiatan pembelajaran yang telah dilakukannya. Mahasiswa akan mengevaluasi pembelajarannya yang diawali dari, misalnya, nilai yang diperoleh. Berdasar nilai yang diperoleh mahasiswa akan kembali merefleksikan tentang seberapa jauh ia menguasai materi. Jika nilai yang diperoleh memuaskan atau sesuai harapan, mahasiswa akan mencoba melihat kembali apa yang telah dilakukannya selama ini, misalnya, apa target yang disusun dalam sebuah mata kuliah, strategi apa yang digunakan untuk menguasai materi tersebut, apa yang dia lakukan ketika dia merasa malas atau mengantuk, bagaimana dia mengatasi masalah seandainya menemui kesulitan dalam menguasai materi, dan seterusnya. Evaluasi yang dilakukan mahasiswa tersebut merupakan proses refleksi atas kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan dalam jangka waktu tertentu.

Adanya perbedaan antara laki-laki dan perempuan akan berdampak terhadap bagaimana pengaturan diri dalam belajarnya. Perempuan yang cenderung memiliki kemampuan motorik halus yang lebih baik pada masa pra-pubertas dan kemampuan verbal yang lebih baik pada masa setelah pubertas, tentu memiliki pola-pola tertentu dalam hal pengaturan diri dalam belajarnya. Demikian juga laki-laki yang memiliki kemampuan visual-spasial yang lebih baik dibanding perempuan akan memiliki pola pengaturan diri dalam belajar tertentu pula.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga, laki-laki dan perempuan, dan berusia antara 19-22 tahun. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara kluster (*cluster random sampling*) yakni dengan mengundi tiga dari sepuluh kelas yang ada. Dari tiga kelas yang terpilih kemudian diberikan skala pengaturan diri dalam belajar yang pembelajarannya menggunakan strategi *experiential learning*. Dengan demikian jumlah sampel penelitian ini adalah sekitar 140 orang mahasiswa.

Untuk memperoleh data yang diperlukan, dilakukan dengan menggunakan beberapa instrumen yaitu skala Pengaturan Diri dalam Belajar (S-PDDB), skala persepsi mahasiswa tentang penggunaan strategi *experiential learning* oleh dosen, dan jenis kelamin subjek penelitian dapat diketahui berdasar identitas subjek dalam skala *self regulated learning*.

Untuk menganalisis data yang diperoleh akan digunakan teknik analisis product moment dan teknik analisis uji-t.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hipotesis pertama menyatakan terdapat korelasi antara persepsi mahasiswa tentang penggunaan strategi *experiential learning* dengan *self regulated learning* mahasiswa, dimana semakin tinggi persepsi mahasiswa tentang penggunaan strategi *experiential learning* oleh dosen semakin tinggi pula *self regulated learning* mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah persepsi mahasiswa terhadap dosen dalam menggunakan strategi *experiential learning* semakin rendah pula *self regulated learning* mahasiswa. Berdasar hasil analisis diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,282, dan nilai signifikansi $p = 0,000$. Hal ini menunjukkan ada korelasi positif yang sangat signifikan antara persepsi mahasiswa tentang penggunaan strategi *experiential learning* dengan *self regulated learning* mahasiswa. Dengan demikian, hasil analisis data ini mendukung pernyataan hipotesis 1 dan diterima sebagai salah satu kesimpulan hipotesis penelitian.

Penekanan pembelajaran eksperiensial adalah memandang pembelajaran sebagai proses pembelajaran yang holistik dan menjadikan pengalaman sebagai peran sentral dalam proses belajar. Kondisi memungkinkan mahasiswa untuk dapat merefleksikan setiap proses pembelajaran yang telah dilakukannya. Hasil refleksi akan membimbing mahasiswa untuk mengatur pembelajarannya secara terencana. Jika mahasiswa dalam pembelajaran sebelumnya selalu mengandalkan 'ngepek' maka dengan hasil refleksinya akan menjadikan mahasiswa untuk berpikir bahwa 'ngepek' tidak akan mampu membuat dirinya paham terhadap materi yang sedang dipelajarinya.

Dalam konteks pembelajaran eksperiensial, pengalaman mahasiswa direfleksikan secara mendalam dan dari sini muncul pemahaman baru atau proses belajar.³⁰ Pembelajaran eksperiensial juga memanfaatkan pengalaman baru dan reaksi mahasiswa terhadap pengalamannya untuk membangun pemahaman dan transfer pengetahuan, keterampilan serta sikap.³¹ Proses-proses seperti ini memungkinkan dan sangat mendukung

³⁰ Avramidis, dkk., Student Teachers' attitudes toward the inclusion of children with special education needs in the ordinary school, *Teaching and Teacher Education*, 16 (2000), hlm. 277-293.

³¹ O'Connor & Cordova, Learning: The Experiences of Adults Who Work Full-Time While Attending Graduate School Part-Time, *Journal of Education for Business*, 85 (2010), hlm. 359-368.

mahasiswa untuk melakukan pengaturan diri dalam pembelajarannya.

Pembelajaran eksperiensial diartikan sebagai tindakan untuk mencapai sesuatu berdasarkan pengalaman yang secara terus menerus mengalami perubahan guna meningkatkan keefektifan dari hasil belajar itu sendiri. Senada dengan itu pembelajaran eksperiensial didefinisikan sebagai rangkaian kejadian dengan satu atau lebih tujuan belajar yang telah diidentifikasi, yang mensyaratkan keterlibatan aktif dari para mahasiswa dalam satu atau beberapa poin rangkaian.³² Hal ini sangat sesuai dengan prinsip pengaturan diri dalam belajar, bahwa untuk dapat mengatur sendiri pembelajarannya, maka tidak bisa dilakukan hanya seorang sendiri saja. Lebih dari itu, diperlukan kerjasama, kolaborasi antara satu orang dengan lainnya. Jika mahasiswa mengalami kesulitan, dengan bekerja sama, maka hal tersebut akan membantu mengatasi kesulitannya tersebut.

Dalam konteks di kelas, tujuan model pembelajaran eksperiensial adalah untuk mempengaruhi mahasiswa melalui tiga cara yakni: (a) mengubah struktur kognitif mahasiswa, (b) mengubah sikap mahasiswa, dan (c) memperluas keterampilan mahasiswa yang telah dimiliki. Ketiga elemen tersebut saling berhubungan dan mempengaruhi secara keseluruhan, tidak terpisah-pisah. Dalam upaya mengubah aspek kognitif, sikap, dan memperluas keterampilan mahasiswa melalui pengalaman dilakukan dengan menempuh tahapan-tahapan dalam pembelajaran eksperiensial yang diistilahkan sebagai siklus strategi pembelajaran eksperiensial, yaitu: tahap pengalaman nyata (*concrete experience*), tahap observasi refleksi (*reflective observation*), tahap konseptualisasi abstrak (*abstract conceptualization*), dan tahap implementasi/eksperimen (*experiment*). Ini sesuai dengan tahapan dalam pengaturan diri dalam belajar, yang sama-sama menekankan pentingnya proses refleksi.

Hipotesis kedua menyatakan terdapat perbedaan antara mahasiswa dan mahasiswi dalam hal pengaturan diri dalam belajar, di mana mahasiswi (perempuan) memiliki pengaturan diri dalam belajar yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa (laki-laki). Berdasar hasil analisis data diperoleh bahwa rerata pengaturan diri dalam belajar untuk perempuan sebesar 111,33 dan rerata pengaturan diri dalam belajar untuk laki-laki sebesar 105,20. Berdasar nilai rerata tersebut nampak bahwa rerata perempuan (111,33) lebih tinggi dibandingkan dengan rerata laki-

32 Walter & Marks, *Experiential Learning and Change: Theory Design and Practice* (New York: John Willey & Sons, 1981), hlm. 234.

laki (105,20). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa perempuan terbukti memiliki tingkat pengaturan diri dalam belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara penggunaan strategi *experiential learning* dengan *self regulated learning* mahasiswa. Diantara tahapan dalam menggunakan strategi *experiential learning* adalah adanya refleksi. Refleksi diperlukan untuk mengetahui capaian-capaian yang telah dimiliki. Dengan refleksi mahasiswa juga diharapkan akan mengetahui kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya. Kelebihan dan kelemahan yang dimaksud adalah, pada bagian mana dia telah menguasai materi kuliah dan pada bagian mana dia belum menguasai materi kuliah. Membiasakan mahasiswa melakukan refleksi atas proses pembelajarannya, akan mendukung mereka untuk memiliki pengaturan diri dalam belajar yang baik. Ini sebagaimana dikatakan Zimmerman (1989) bahwa pengaturan diri dalam belajar dilakukan dengan melalui tahapan, salah satunya, adalah tahapan refleksi.

Temuan penelitian menunjukkan juga bahwa perempuan (mahasiswi) memiliki tingkat pengaturan diri dalam belajar yang lebih baik dibandingkan dengan laki-laki (mahasiswa). Ini sesuai dengan pendapat para ahli dimana perempuan lebih mampu melakukan *delay* (penundaan tugas-tugas), perempuan juga memiliki tingkat dikeluarkan dari sekolah (*drop out*) yang lebih kecil dibanding laki-laki, perempuan lebih mudah diatur atau lebih tertib dibanding dengan laki-laki. Dampak lebih lanjut dari ketertiban ini adalah perempuan cenderung lebih menyukai kerapihan; sehingga perempuan akan menata lingkungan belajarnya sedemikian rupa agar pembelajarannya terasa lebih nyaman dan dapat maksimal. Jika ada permasalahan dalam belajar, perempuan cenderung lebih cepat untuk melakukan sesuatu, misal dengan bertanya atau *calling* ke teman untuk membahas permasalahan belajarnya tersebut. Demikian juga hasil wawancara dengan beberapa dosen di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan khususnya pada prodi PGMI ditemukan bahwa menurut para dosen, perempuan di kelasnya cenderung lebih mampu mengatur diri dalam belajarnya dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini ditunjukkan dalam aktivitas seperti: ketika akan berdiskusi, perempuan lebih cepat untuk menata kelompoknya. Pengaturan diri dalam belajar dalam sejumlah penelitian ditemukan berkorelasi positif sangat signifikan

dengan prestasi akademik.³³ Hal ini dikemukakan juga oleh para dosen bahwa yang berprestasi di kelasnya kebanyakan adalah perempuan.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasar uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat signifikan antara penggunaan strategi pembelajaran eksperiensial dengan pengaturan diri dalam belajar mahasiswa. Kesimpulan kedua adalah bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat pengaturan diri dalam belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Berdasar kesimpulan tersebut maka temuan penelitian ini merekomendasikan: bahwa mengingat peran penting pengaturan diri dalam belajar terhadap peningkatan prestasi akademik, maka para pendidik khususnya para dosen dianjurkan menggunakan strategi *experiential learning* dalam pembelajarannya. Mengapa? Hal ini dikarenakan strategi *experiential learning* sangat sesuai dengan karakteristik pembelajaran mahasiswa sebagai orang dewasa yakni yang mengarah pada pencapaian *self directed*.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A., 2005. Program Belajar, Jenis Kelamin, Belajar Berdasar Regulasi Diri, dan Prestasi Belajar Matematika pada Pelajar SMA Negeri di Yogyakarta. *Disertasi*. Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM.
- Baharudin, 2007. Paradigma Psikologi Islami. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cahyani, I., 2009. Peran Experiential Learning dalam Meningkatkan Motivasi Pembelajaran BIPA. *Tesis*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Darmiany, 2009. Penerapan pembelajaran eksperiensial dalam mengembangkan self regulated learning. *Disertasi*. Malang: Univeristas Negeri Malang.
- Gay, G., 2006. Connection between classroom management and culturally responsive teaching. Dalam C. Evertson & C. S. Weinstein (Eds)., *Handbook for Classroom management: research, practice, and contemporary issues*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

³³ Latipah, 2010. Self regulated learning dan prestasi akademik (Kajian meta analisis). *Jurnal Psikologi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM. Hal. 78-88.

- Grouws, Douglas, A. & Cebulla, Kristin, J., 2001. *Improving Students Achievement in Mathematics*. <http://www.ibe.unesco.org>. Diakses tanggal 10 Februari 2012.
- Halpern, D. F., & LaMay, M. L., 2000. The smarter sex: A critical review of sex differences in intelligence. *Educational Psychology Review*, 12.
- Joyce, B., Weil, M., Calhoun, E., 2009. *Models of Teaching* (Eight Edition). New Jersey: Allyn & Bacon.
- Kolb, D. A., 1984. *Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs, New Jersey.
- Kristiyani, T., 2010. Penerapan *Classroom Assessment Techniques* (CATs) dalam Perkuliahan untuk Meningkatkan *Self-Regulated Learning* (SRL) serta Prestasi Belajar Statistik II pada Mahasiswa Psikologi. *Laporan Penelitian*. Disampaikan dalam Konferensi Psikologi Eksperimen. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Latipah, Eva, 2012. *Pengantar Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Latipah, Eva, 2010. *Self Regulated Learning* dan Prestasi Akademik. *Jurnal Psikologi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Latipah, Eva, 2009. *Self Regulated Learning* dalam Meningkatkan Prestasi Belajar. *Jurnal al-Bidayah*. 1 (2).
- Ruseho Arjangga & Titin S., 2010. Efektivitas metode pembelajaran tutor teman sebaya terhadap belajar berdasar regulasi diri. *Laporan Penelitian*. Disampaikan sebagai Materi Paralel Session dalam Konferensi Psikologi Eksperimen. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Sunawan, 2003. Pengelolaan Diri dalam Belajar untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Matematika Pada Siswa Sekolah Menengah Umum (SMU). *Tesis*. Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM.
- Sungur S. & Tekkaya C., 2006. Effects of Problem-Based Learning and Traditional Instruction on Self-Regulated Learning. *The Journal of Educational Research*. 99 (5).
- Zimmerman, B. J., 1989. A Social Cognitive View of Self Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*. 81 (3).
- Zimmerman, B. J. & Martinez-Pons, M., 1998. Construct Validation of Strategy Model of Student Self Regulated Learning. *Journal of Educational Psychology*. 80 (2).