

REGULASI DIRI MAHASISWA DITINJAU DARI KEIKUTSERTAAN DALAM SUATU ORGANISASI

Yuli Setiyawati

SMK Taman Karya Madya Pertambangan Kebumen

e-mail: yulisetiyawati@gmail.com

Abstract. *Self-regulation is a process that originates from within an individual whose behavior is always controlled by himself. This self regulation will arise when someone feels the behavior experienced is not in accordance with the goals that have been determined by themselves from the beginning. With the existence of organizational activities that are not required to make a difference in student activities with each other. This research was conducted to see the differences in the level of self-regulation of students in terms of participation in an organization. This research was conducted at the University of PGRI Semarang with 9 research subjects. The data collection technique is by interview, observation and documentation. The results of the study state that students who follow organizations have a good level of self-regulation.*

Keywords: self regulation, students, organizations

Abstrak. Regulasi diri merupakan sebuah proses yang berasal dari dalam diri individu yang dalam perilakunya selalu dikendalikan oleh dirinya sendiri. Regulasi diri ini akan muncul ketika seseorang merasakan perilaku yang dialami tidak sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan sendiri sejak awal. Dengan adanya kegiatan organisasi yang tidak diwajibkan menjadikan perbedaan kegiatan mahasiswa yang satu dengan yang lainnya. Penelitian ini dilakukan untuk melihat perbedaan tingkat regulasi diri mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam suatu organisasi. Penelitian ini dilakukan di Universitas PGRI Semarang dengan subjek penelitian 9 mahasiswa. Teknik pengambilan data adalah dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menyatakan mahasiswa yang mengikuti organisasi memiliki tingkat regulasi diri yang baik.

Kata kunci: regulasi diri, mahasiswa, organisasi

A. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah seorang individu yang menuntut ilmu di perguruan tinggi sehingga tidak terlepas dari aktivitas belajar dan aktivitas berorganisasi. Organisasi merupakan ladang bagi mahasiswa untuk memperoleh pengalaman yang lebih banyak. Pada dasarnya organisasi yang ada seperti organisasi eksternal kampus dan organisasi internal kampus. Keduanya memiliki dan tujuan kelebihan masing-masing dari setiap organisasi.

Dalam mencapai suatu cita-cita di sebuah organisasi, mahasiswa harus mempunyai regulasi diri yang baik. Regulasi yang ada dalam diri seorang mahasiswa hendaknya harus mampu mengendalikan diri dari faktor eksternal dan faktor internal, agar mampu terhindar dari pengaruh-pengaruh negatif yang dapat mengakibatkan kegagalan dalam mencapai suatu cita-cita. Seperti yang dikemukakan oleh Alwisol (2009: 285), bahwa manusia mempunyai kemampuan berfikir, dan dengan kemampuan itu mereka memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan

manusia serta mampu mengatur sebagian dari tingkahlakunya sendiri.

Regulasi diri merupakan sebuah proses yang berasal dari dalam diri seseorang yang dalam perilakunya selalu dikendalikan oleh dirinya sendiri. Regulasi diri ini akan muncul ketika seseorang merasakan perilaku yang dialami tidak sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan sendiri sejak awal. Hal ini sama ketika seorang mahasiswa yang mengikuti organisasi, yang didalamnya sudah menentukan tujuan akhir, mengatur kondisi emosional, menginstruksi diri sendiri, mengatur diri, melakukan evaluasi diri, dan menerima hasil dari tujuan yang hendak dicapai. Ketika beberapa hal tersebut di atas terpenuhi dengan baik, maka mahasiswa yang mengikuti organisasi akan mampu melaksanakan tugas-tugasnya dengan baik dan mampu menciptakan situasi organisasi yang saling menjaga dan menghargai. Hal tersebut akan berbeda hal dengan mahasiswa yang tidak bisa menentukan tujuan akhirnya, tidak bisa mengatur kondisi emosional dan tidak mampu mengatur

dirinya, maka tugas-tugas ataupun tujuannya juga akan terbengkalai.

Melihat definisi di atas, maka idealnya mahasiswa yang mengikuti sebuah organisasi adalah individu yang perilakunya sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan, mampu mengendalikan setiap perilaku yang dimiliki, mengawasi perilaku, serta mencegah perilaku yang tidak sesuai dengan tujuan yang telah dibuat sendiri. Selain itu juga dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari akan mencapai tujuan yang optimal, karena individu memiliki emosional yang baik pula, sehingga mampu menguasai kondisi dirinya.

Namun pada kenyataannya kondisi di atas tidak sesuai dengan keadaan yang ada di lapangan. Regulasi diri mahasiswa yang mengikuti organisasi dianggap hanya membutuhkan kemampuan kognitif saja. Anggapan yang keliru itu muncul karena mahasiswa yang mengikuti organisasi tidak paham tentang regulasi diri. Sehingga individu tidak memiliki tujuan yang sesuai dengan keinginan yang dimiliki sendiri bahkan tujuan awal yang telah dibuat. Oleh karena itu, sering timbul masalah

antara anggota organisasi tersebut. Hubungan yang tidak baik antar anggota menjadikan organisasi tidak solid dan menjadikan kerjasama yang rendah, terutama ketika ada kegiatan besar yang dilaksanakan dan perlu kesolidan semua pihak. Selain itu apa saja yang telah direncanakan dalam suatu kegiatan pada akhirnya tidak sesuai dengan kenyataan di lapangan. Masing-masing anggota belum juga pernah mengevaluasi dirinya sendiri terkait kondisi yang tidak sesuai tersebut. Selain itu juga menjadikan antar anggota kurang optimal dalam melaksanakan tugas, yang bisa merugikan diri sendiri. Seperti halnya karena terkait dengan organisasi, individu tidak bisa mengelola waktu dengan baik sehingga tidak masuk kuliah, menjadikan semangat pada dirinya menurun serta motivasi berprestasi yang menurun. Hasil tersebut diperoleh dari wawancara mahasiswa yang mengikuti organisasi.

Secara garis besar terdapat dua tipe mahasiswa, yaitu mahasiswa yang mengikuti organisasi dan tidak mengikuti organisasi. Di mana tentunya keduanya memiliki pola kegiatan yang berbeda dalam

berkuliah. Hal inilah yang menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan tingkatan regulasi pada diri mahasiswa jika ditinjau dari keikutsertaannya dalam mengikuti sebuah organisasi. Sehingga dengan demikian kita akan melihat bagaimana regulasi diri yang dimiliki oleh para mahasiswa jika ditinjau dari keikutsertaannya dalam mengikuti sebuah organisasi selama berkuliah.

B. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Langdrige (2007) pengertian metode kualitatif adalah metode yang fokus pada deskripsi naturalistik atau interpretasi dari fenomena dalam pemaknaan pengalaman manusia. Sedangkan menurut Sukmadinata (2011: 6) penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok.

Tempat penelitian yaitu di Universitas PGRI Semarang. Penelitian

kualitatif ini dilaksanakan pada bulan November sampai bulan Juli semester Genap tahun 2016/2017. Analisis dan pengumpulan data yang dilakukan yaitu dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi.

C. HASIL PENELITIAN

Alfiana (2013: 245) mengatakan bahwa regulasi diri adalah kemampuan seseorang mengontrol diri dalam mencapai tujuan, sehingga mahasiswa meregulasi diri demi tercapai tujuan dalam berkuliah. Adanya kegiatan organisasi yang tidak diwajibkan menjadikan perbedaan kegiatan mahasiswa yang satu dengan yang lain sehingga bisa mencapai tujuan kuliah dan tujuan berorganisasi.

Hasil penelitian yang diperoleh dapat dijelaskan bahwa NN sebelumnya belum membuat jadwal harian meskipun demikian skripsi NN sekarang ini tidak tertinggal terlalu jauh dari temantemannya karena NN sekarang sudah melaksanakan penelitian skripsi. NN sekarang sudah memiliki jadwal harian kegiatan dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Kalau LW sebelumnya

belum membuat jadwal harian dan tidak mau membuat jadwal harian, namun untuk skripsi sekarang tidak tertinggal terlalu jauh dari teman-temannya bahkan sekarang juga sudah melakukan penelitian di sekolah. LW tidak memiliki jadwal harian kegiatannya dan tetapi LW sudah menuliskan tujuan yang lebih rinci untuk dicapai ke depannya. RM sebenarnya sudah memiliki jadwal harian karena setiap kegiatan yang akan RM lakukan dituliskan di catatan-catatan kecil. Walaupun RM sudah memiliki catatan-catatan kecil seperti halnya jadwal harian, namun untuk skripsi sekarang ini tidak tertinggal terlalu jauh dari teman-temannya karena telah usai melakukan penelitian. RM sudah memiliki jadwal harian kegiatannya yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Sedangkan KH belum memiliki jadwal harian, namun untuk skripsi sekarang ini tidak tertinggal terlalu jauh. Sekarang KH sudah memiliki jadwal harian kegiatannya yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Sedangkan SR belum

memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak tertinggal. Walaupun SR hanya mengikuti dua organisasi saja, SR tetap harus memiliki regulasi diri yang baik sehingga kegiatannya tidak terbengkalai. SR sudah memiliki jadwal harian yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan. AI belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak terbengkalai. Walaupun AI mengikuti beberapa organisasi, namun AI tetap harus memiliki regulasi diri yang baik sehingga kegiatannya tidak terbengkalai. AI sudah memiliki jadwal harian yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Sedangkan BS belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak terbengkalai. Sekarang BS sudah memiliki jadwal harian yang lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang terperinci. RS belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak tertinggal. Walaupun RS mengikuti beberapa organisasi saja, RS tetap harus memiliki regulasi diri yang baik. RS sudah memiliki jadwal harian yang jauh lebih lengkap dan sudah

menuliskan tujuan yang lebih rinci. Sedangkan AW belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak terbengkalai. Walaupun AW hanya mengikuti organisasi KAMMI saja. Sekarang AW sudah memiliki jadwal harian yang lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih rinci.

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan regulasi diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi dan tidak mengikuti organisasi. Dalam penelitian ini disebutkan bahwa regulasi diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengikuti organisasi.

Hasil penelitian tersebut dikarenakan perbedaan jenis kegiatan maupun organisasi yang diikuti menjadikan regulasi diri seseorang berbeda. Selain itu interaksi yang dilakukan setiap individu pasti berbeda juga. Pada dasarnya ke dua kondisi yang berbeda tersebut mampu mempengaruhi faktor eksternal dan

faktor internal dalam diri seorang individu, di mana pada dasarnya kondisi regulasi diri seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling berhubungan (Alwisol, 2009). Tentunya mahasiswa yang ikut dan tidak ikut dalam suatu organisasi memiliki faktor internal serta eksternal yang berbeda juga. Salah satu hal yang menjadi perbedaan adalah adanya tugas serta tanggung jawab yang dimiliki. Kedua hal tersebut harus mereka jalankan, sebagai seorang mahasiswa dan sebagai seorang anggota organisasi yang keduanya memiliki tanggungjawab yang berbeda pula. Akhirnya hal tersebut mempengaruhi perbedaan regulasi diri individu.

Secara umum tujuan mahasiswa yang berkuliah adalah untuk mencapai suatu kesuksesan. Di mana kesuksesan dalam berkuliah tidak hanya ditandai dengan hasil akademik yang baik saja, namun juga dinilai dengan kemampuan bersosialnya. Hal inilah yang diperlukan oleh mahasiswa yang mengikuti organisasi dan memerlukan regulasi yang baik. Karena pada dasarnya regulasi diri adalah alat

pengendali diri untuk mengontrol atau mengatur perilaku menuju tujuan yang ingin dicapai. Pentingnya regulasi selama proses perkuliahan dapat diaplikasikan ke dalam beberapa hal, diantaranya sebagai perumusan target nilai yang akan dicapai, merencanakan jadwal belajar, membagi waktu untuk belajar dan bermain, serta menyiapkan diri dalam menghadapi ulangan (Susanto, 2006).

Dalam menjalankan fungsi-fungsi akademik mahasiswa di perguruan tinggi akan berusaha memberikan kondisi yang maksimal mahasiswa untuk melaksanakan tugas akademiknya dengan baik. Sehingga, selain kegiatan perkuliahan perguruan tinggi juga mengadakan kegiatan UKM diluar jam perkuliahan. Biasanya kegiatan ini didasarkan pada minat atau keinginan mahasiswa. Kegiatan ini bersifat tidak wajib, sehingga terdapat mahasiswa yang tidak berkecimpung di dalam organisasi tersebut. (Fadjar & Effendi, 1992).

E. PENUTUP

Selanjutnya setelah diadakan penelitian, secara nyata individu

mampu menuliskan tujuan atau cita-citanya baik jangka pendek maupun jangka panjang. Selain itu juga sudah bisa manajemen waktu dan diri dengan baik, terkait memang kendalanya adalah waktu dan diri sendiri.

Adapun implikasi dari penelitian ini adalah sebagai adalah bagi universitas diharapkan mampu dijadikan salah satu pertimbangan bagi instansi terkait. Di mana hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa terdapat perbedaan regulasi diri pada mahasiswa yang mengikuti organisasi dan tidak mengikuti organisasi. Mengingat pentingnya regulasi diri untuk kesuksesan mahasiswa dalam berkuliah, diharapkan instansi lebih mampu untuk menghidupkan motivasi berprestasi pada mahasiswa. Sedangkan implikasi penelitian ini terhadap mahasiswa adalah mahasiswa diharapkan lebih mampu untuk melakukannya, di mana salah satu metode untuk meregulasi diri adalah bergabung dengan salah satu organisasi, baik itu yang berada di dalam atau di luar kampus.

Sedangkan bagi peneliti selanjutnya agar memperbanyak

referensi yang akan digunakan, baik itu mengenai variabel terikat maupun variabel bebas dalam penelitian ini. Selain itu peneliti selanjutnya diharapkan mampu melakukan verifikasi terhadap keikutsertaan subjek terhadap organisasi kemahasiswaan yang diikuti. Karena hal tersebut memberikan pengaruh terhadap kondisi regulasi diri seseorang.

F. DAFTAR RUJUKAN

Alfiana, Arini Dwi. 2013. Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. Vol. 01, No. 02, Agustus 2013.

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.

Langdrige, D. 2007. *Phenomonological Psychology. Theory, Research and Method*. London: Pearson Education Limited.

Rachmah, Dwi Nur. 2015. Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak. *Jurnal Psikologi*. Vol. 42. No 1. April 2015.

Sukmadinata, Nana Syaodih. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.