

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mahasiswa Yang Bekerja

1. Pengertian Mahasiswa

Defenisi mahasiswa menurut Kamus Lengkap Bahasa Indonesia (Kamisa, 1997), bahwa mahasiswa merupakan individu yang belajar di perguruan tinggi. Montgomery (dalam Papalia, dkk, 2007) menjelaskan bahwa perguruan tinggi atau universitas dapat menjadi sarana atau tempat untuk seorang individu dalam mengembangkan kemampuan intelektual, kepribadian, khususnya dalam melatih keterampilan verbal dan kuantitatif, berfikir kritis dan *moral reasoning*.

Menurut Djojodibroto (dalam Daulay, 2011) Mahasiswa merupakan satu golongan dari masyarakat yang mempunyai dua sifat, yaitu manusia muda dan calon intelektual, dan sebagai calon intelektual, mahasiswa harus mampu untuk berfikir kritis terhadap kenyataan sosial, sedangkan sebagai manusia muda, mahasiswa seringkali tidak mengukur resiko yang akan menimpa dirinya. Mahasiswa dalam perkembangannya berada pada kategori remaja akhir yang berada dalam rentang usia 18-21 tahun (Monks, dkk, 2001). Menurut (Papalia, dkk, 2007), usia ini berada dalam tahap perkembangan dari remaja atau *adolescence* menuju dewasa muda atau *young adulthood*. pada usia ini, perkembangan individu ditandai dengan pencarian identitas diri, adanya pengaruh dari lingkungan, serta sudah mulai membuat keputusan terhadap pemilihan pekerjaan atau karirnya.

Lebih jauh, menurut Ganda (dalam Daulay, 2011) mahasiswa adalah individu yang belajar dan menekuni disiplin ilmu yang ditempuhnya secara mantap, dimana didalam menjalani serangkaian kuliah itu sangat dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa itu sendiri, karena pada kenyataannya diantara mahasiswa ada yang sudah bekerja atau disibukkan oleh kegiatan organisasi kemahasiswaan.

2. Pengertian Bekerja

Menurut Anoraga (dalam Benedictus, 2010) mendefinisikan kerja itu sesungguhnya adalah sebuah kegiatan social. Selain itu, Hegel (dalam Anoraga,1992) mengatakan inti pekerjaan adalah batasan manusia. Pekerjaan memungkinkan orang dapat menyatakan diri secara obyektif ke dalam dunia ini, sehingga dia dan orang lain dapat memandang dan memahami keberadaan dirinya.

Bekerja juga merupakan perwujudan yang konkrit bagi misi manusia di dunia (Frankl dalam Astuti, 2005). Frankl juga berpandangan bahwa bekerja merupakan kontribusi manusia memberikan tenaga, pikiran, waktu, kreativitasnya bagi lingkungan sekitarnya terutama yang berkaitan secara langsung dalam pekerjaan yang digelutinya. Selain itu, UU RI Nomor 13 tahun 2003 Tentang Ketenaga Kerjaan pada Bab I ayat 3 (dalam Astuti, 2005) juga dijelaskan, pekerja adalah setiap orang yang bekerja dengan menerima upah atau imbalan dalam bentuk lain.

3. Pengertian Mahasiswa Yang Bekerja

Bekerja adalah suatu bentuk aktivitas yang mengandung 4 unsur, yaitu rasa kewajiban, pengeluaran energi, pengalaman mewujudkan atau menciptakan sesuatu, dan diterima atau disetujui oleh masyarakat menurut Powell (dalam Daulay, 2011). menjelang usia *adolescence* dan *young adulthood*, banyak para remaja yang sudah memikirkan tentang bagaimana mencari *part-time job*, mengembangkan kemampuannya dalam masalah personal, mengembangkan pendidikan, atau masuk dalam dunia pekerjaan, dan presentase remaja yang bekerja meningkat sampai pada usia 21 tahun (Powell, 1983). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja adalah individu yang menjalani aktivitas perkuliahannya sambil bekerja dalam suatu lembaga usaha baik bekerja secara *part-time* maupun secara *full-time*.

Alasan umum individu bekerja adalah karena uang (Anoraga, 2001). Jadi keinginan untuk mempertahankan hidup merupakan salah satu sebab terkuat yang dapat menjelaskan mengapa individu bekerja. Begitu pula halnya dengan mahasiswa yang bekerja. Menurut Motte dan Schwartz (2009) alasan utama mahasiswa bekerja adalah untuk mendapatkan sumber penghasilan. Selain itu Motte dan Schwartz (2009) mengemukakan alasan lain mahasiswa bekerja yaitu:

- a. Bekerja untuk membantu orang tua dalam membiayai kuliah Motte dan Schwartz (2009) menyatakan bahwa alasan ini banyak dikemukakan oleh mahasiswa yang berasal dari latar belakang ekonomi rendah yang hanya mendapatkan sedikit dukungan

finansial dari keluarganya sehingga tak mampu menutupi seluruh biaya perkuliahan.

- b. Bekerja untuk membayar aktivitas waktu luang, Alasan ini banyak dikemukakan oleh mahasiswa yang berasal dari latar belakang ekonomi menengah ke atas. Tujuan utama mereka bekerja adalah mendapatkan penghasilan tambahan untuk membayar segala aktivitas waktu luang mereka yang tidak berhubungan dengan biaya pendidikan.
- c. Bekerja sebagai suatu cara hidup mandiri, Alasan ini dikemukakan oleh mahasiswa yang bekerja untuk mendapatkan kemandirian ekonomis dan tidak ingin bergantung pada penghasilan orang tua meskipun orangtua masih mampu membiayai perkuliahan.
- d. Bekerja untuk mencari pengalaman, Mahasiswa bekerja untuk dapat merasakan langsung semua hal yang berhubungan dengan dunia kerja yang sesungguhnya. Dengan pengetahuan dan pengalaman langsung, mahasiswa akan lebih mudah memahami isi perkuliahan tersebut.

Maka dapat disimpulkan, dengan bekerja, mahasiswa juga mendapatkan gaji atau pendapatan dari tempat bekerjanya. Dari segi besarnya gaji yang diberikan, biasanya tempat bekerja dari mahasiswa sudah mempunyai standar khusus bagi pekerjaannya yang masih kuliah. Dan memang gaji yang diberikan lebih rendah dari pada pekerja yang telah menyandang gelar sarjana.

Ini wajar adanya, karena asumsinya, pekerja yang telah mempunyai gelar pasti mempunyai ilmu yang lebih tinggi dari pada mereka yang masih kuliah (Biecu, 2002).

B. *Self regulated learning*

1. Pengertian *Self regulated learning*

Self regulated learning adalah sebuah konsep mengenai bagaimana seseorang peserta didik menjadi *regulator* atau pengatur bagi belajarnya sendiri (Zimmerman & Martinez-Pons, dalam Schunk, dkk, 1998). Zimmerman (dalam, Woolfolk, 2004) mengatakan bahwa *self regulation* merupakan sebuah proses dimana seorang peserta didik mengaktifkan dan menopang kognisi, prilaku, dan perasaannya yang secara sistematis berorientasi pada pencapaian suatu tujuan. ketika tujuan tersebut meliputi pengetahuan maka yang dibicarakan adalah *self regulated learning*.

Santrock (dalam Komalasari 2005) mengatakan *self regulatory learning* menyangkut *selfgeneration* dan *self-monitoring* pada pemikiran, perasaan, dan perilaku untuk menjangkau tujuan. Pengaturan diri dalam belajar membuat para peserta didik memiliki kontrol dan mendorongnya untuk memperhatikan metode belajarnya.

Zimmerman (dalam Chen, 2002) menyatakan bahwa *Self regulated learner* adalah siswa yang secara metakognitif, motivasional dan *behavioral* merupakan peserta aktif dalam proses belajar mereka sendiri.

Sejalan dengan pendapat Zimmerman, Schunk (dalam Schunk & Zimmerman, 1998) menjelaskan *Self regulated learning* berlangsung bila peserta didik secara sistematis mengarahkan perilaku dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi tugas-tugas, melakukan proses dan mengintegrasikan pengetahuan, mengulang-ulang informasi untuk diingat serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positif tentang kemampuan belajar (*self efficacy*) dan mampu mengantisipasi hasil belajarnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *Self regulated learning* yaitu upaya yang dilakukan individu untuk mengatur diri dalam belajarnya dengan melibatkan kemampuan metakognitif, motivasional dan *behavioral* (perilaku) untuk mencapai tujuan.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning*

Menurut Cobb (2003) menyatakan bahwa *self regulated learning* dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah *self efficacy*, motivasi dan tujuan.

a. Self efficacy

Self efficacy merupakan penilaian individu terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, atau mengatasi hambatan dalam belajar (Bandura dalam Cobb, 2003). *Self efficacy* dapat mempengaruhi peserta didik dalam memilih suatu tugas, usaha, ketekunan, dan prestasi. Peserta didik yang memiliki *self efficacy*

yang tinggi akan meningkatkan penggunaan kognitif dan strategi *self regulated learning*. Peserta didik yang merasa mampu menguasai suatu keahlian atau melaksanakan suatu tugas akan lebih siap untuk berpartisipasi, bekerja keras, lebih ulet dalam menghadapi kesulitan, dan mencapai level yang lebih tinggi.

b. Motivasi

Menurut Cobb (2003) motivasi yang dimiliki peserta didik secara positif berhubungan dengan *self regulated learning*. Motivasi dibutuhkan peserta didik untuk melaksanakan strategi yang akan mempengaruhi proses belajar. Peserta didik cenderung akan lebih efisien mengatur waktunya dan efektif dalam belajar apabila memiliki motivasi belajar. Motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang (intrinsik) cenderung akan lebih memberikan hasil positif dalam proses belajar dan meraih prestasi yang baik. Motivasi ini akan lebih kuat dan lebih stabil/menetap bila dibandingkan dengan motivasi yang berasal dari luar diri (ekstrinsik). Walaupun demikian bukan berarti motivasi dari luar diri (ekstrinsik) tidak penting. Kedua jenis motivasi ini sangat berperan dalam proses belajar. Peserta didik kadang termotivasi belajar oleh keduanya, misalnya mereka mengharapkan pemenuhan kepuasan atas keingintahuannya dengan belajar giat, namun mereka juga mengharapkan penghargaan (*reward*) dari luar atas prestasi yang mereka capai.

c. Tujuan (*goals*)

Menurut Cobb (2003) *goal* merupakan penetapan tujuan apa yang hendak dicapai seseorang. *Goal* merupakan kriteria yang digunakan peserta didik untuk memonitor kemajuan mereka dalam belajar. *Goal* memiliki dua fungsi dalam *self regulated learning* yaitu menuntun peserta didik untuk memonitor dan mengatur usahanya dalam arah yang spesifik. Selain itu *goal* juga merupakan kriteria bagi peserta didik untuk mengevaluasi performansi mereka. Efek dari *goal* tergantung atas hasil (*outcomes*) yang diharapkan. Hasil ini dapat dikategorikan menjadi dua orientasi yaitu: orientasi pada pembelajaran (*learning*) dan orientasi pada penampilan (*performance*). (Meece dalam Cobb, 2003) menjelaskan bahwa orientasi pada pembelajaran (*learning goals*) fokus pada proses pencapaian kemampuan dan pemahaman betapapun sulitnya usaha yang harus dilakukan untuk mencapai *goal* tersebut. Sedangkan orientasi pada penampilan (*performance goal*) fokus pada pencapaian penampilan yang baik di pandangan orang lain atau penghindaran penilaian negatif dari lingkungan. Menurut Cobb (2003) *learning goals* menghasilkan prestasi akademik yang tinggi dan menunjukkan penggunaan strategi *self regulated learning* melalui proses informasi yang mendalam (*deep*).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* yaitu, *self efficacy*, motivasi dan tujuan (*goal*).

3. Aspek-aspek *self regulated learning*

Berdasarkan Schunk dan Zimmerman (1998) menyatakan bahwa *self regulated learning* mencakup 3 aspek antara lain metakognisi, motivasi dan perilaku.

1) Metakognisi

Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasi atau mengatur, mengintruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.

2) Motivasi

Motivasi dalam *Self regulated learning* merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada diri individu yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi dan otonomi yang dimiliki dalam aktivitas belajar. motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu.

3) Perilaku

Perilaku merupakan kegiatan individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajarnya.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan adaptasi *Self regulated learning* yang mencakup metakognisi, motivasi dan perilaku diperlukan hingga tercapainya hasil belajar optimal. Adaptasi disini maksudnya adalah kemampuan individu melakukan penyesuaian secara kognitif dalam merencanakan, memprogram dan mengatur kegiatan belajar

beserta strategi yang akan dilakukannya, dan manajemen motivasi dan perilaku yang diperlukannya untuk melakukan kegiatan belajar yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi pada saat aktivitas belajar berlangsung.

4. Strategi *Self Regulated Learning*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Boerkarts, Pintrich, & Zeidner, 2000) ditemukan empat belas strategi self-regulated learning sebagai berikut.

1) Evaluasi terhadap diri (self-evaluating)

Merupakan inisiatif peserta didik dalam melakukan evaluasi terhadap kualitas dan kemajuan pekerjaannya.

2) Mengatur dan mengubah materi pelajaran (organizing and transforming)

Peserta didik mengatur materi yang dipelajari dengan tujuan meningkatkan efektivitas proses belajar. Perilaku ini dapat bersifat covert dan overt.

3) Membuat rencana dan tujuan belajar (goal setting & planning)

Strategi ini merupakan pengaturan peserta didik terhadap tugas, waktu dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan tersebut.

4) Mencari informasi (seeking information)

Peserta didik memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi di luar sumber-sumber sosial ketika mengerjakan tugas.

5) Mencatat hal penting (keeping record & monitoring)

Peserta didik berusaha mencatat hal-hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari.

6) Mengatur lingkungan belajar (environmental structuring)

Peserta didik berusaha mengatur lingkungan belajar dengan cara tertentu sehingga membantu mereka untuk belajar dengan lebih baik.

7) Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (self consequating)

Peserta didik mengatur atau membayangkan reward dan punishment bila sukses atau gagal dalam mengerjakan tugas atau ujian.

8) Mengulang dan mengingat (rehearsing & memorizing)

Peserta didik berusaha mengingat bahan bacaan dengan perilaku overt dan covert.

9) Meminta bantuan teman sebaya (seek peer assistance)

Bila menghadapi masalah yang berhubungan dengan tugas yang sedang dikerjakan, peserta didik meminta bantuan teman sebaya.

10) Meminta bantuan guru/pengajar (seek teacher assistance)

Bertanya kepada guru di dalam atau pun di luar jam belajar dengan tujuan untuk dapat membantu menyelesaikan tugas dengan baik.

11) Meminta bantuan orang dewasa (seek adult assistance)

Meminta bantuan orang dewasa yang berada di dalam dan di luar lingkungan belajar bila ada yang tidak dimengerti yang berhubungan dengan pelajaran .

12) Mengulang tugas atau test sebelumnya (review test/work)

Pertanyaan-pertanyaan ujian terdahulu mengenai topik tertentu dan tugas yang telah dikerjakan dijadikan sumber infoemasi untuk belajar.

13) Mengulang catatan (review notes)

Sebelum mengikuti tujuan, peserta didik meninjau ulang catatan sehingga mengetahui topik apa saja yang akan di uji.

14) Mengulang buku pelajaran (review texts book)

Membaca buku merupakan sumber informasi yang dijadikan pendukung catatan sebagai sarana belajar.

5. Perkembangan *Self Regulated Learning*

Schunk dan Zimmerman (1998) menyatakan bahwa kondisi individu, sosial dan lingkungan yang membuat peserta didik memiliki kompetensi *self regulated learning* pada awalnya berkembang dari pengaruh sosial lalu kemudian beralih pada pengaruh diri sendiri. Schunk dan Zimmerman (1998) menyatakan bahwa kemampuan *self regulated learning* muncul dalam serangkaian tingkat kemampuan regulasi yang meliputi empat tingkat perkembangan yaitu tingkat pengamatan, persamaan, kontrol diri dan regulasi diri. Pada level perkembangan pengamatan dan peniruan,

kompetensi *self regulated learning* peserta didik berkembang dari pengaruh sosial yang meliputi guru, orang tua, pelatih dan teman sebaya. Selanjutnya pada level perkembangan kontrol diri dan pengaturan diri, peserta didik sudah mampu menerapkan strategi *self regulated learning* secara mandiri.

Sedangkan karakteristik *self regulated learners* menurut Winne dan Perry (dalam Santrock, 2001) diantaranya :

Mengatur tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasinya, memiliki strategi untuk mengatur emosinya, secara berkala memantau kemajuan yang mengarah pada tujuan, memperbaiki strategi yang didasarkan pada kemajuan yang telah dicapai, mengevaluasi hambatan yang timbul dan membuat penyesuaian yang diperlukan.

C. Self Efficacy

1. Pengertian *self efficacy*

Istilah *self efficacy* pertama kali diciptakan oleh Albert Bandura pada tahun 1977. Menurut Bandura *self efficacy* adalah keyakinan seorang individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Bandura (dalam Alwisol, 2009) mengemukakan bahwa *self efficacy* mengacu pada keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. Keyakinan akan seluruh kemampuan ini meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri,

kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi penuh tekanan. *self efficacy* itu akan berkembang berangsur-angsur secara terus menerus seiring meningkatnya kemampuan dan bertambahnya pengalaman-pengalaman yang berkaitan. Menurut Kurniawan (dalam Maryati, 2008). *self efficacy* merupakan panduan untuk tindakan yang telah dikonstruksikan dalam perjalanan pengalaman interaksi sepanjang hidup individu.

Self efficacy menurut Santrock (2007) adalah kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Lebih lanjut dijelaskan oleh Niu (2010) bahwa *self efficacy* merupakan hasil interaksi antara lingkungan eksternal, mekanisme penyesuaian diri serta kemampuan personal, pengalaman dan pendidikan. *Self efficacy* adalah faktor penting dalam menentukan kontrol diri dan perubahan perilaku dalam individu.

Berdasarkan persamaan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan atau kepercayaan individu mengenai kemampuan dirinya untuk mengorganisasi, melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, menghasilkan sesuatu dan mengimplementasi tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu. *Self efficacy* yakni keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Bandura (Santrock, 2007) mengatakan bahwa efikasi diri berpengaruh besar terhadap perilaku.

2. Dimensi *self efficacy*

Bandura (1997) mengemukakan bahwa *self-efficacy* individu dapat dilihat dari tiga dimensi, yaitu :

a. Tingkat (*level*)

Self-efficacy individu dalam mengerjakan suatu tugas berbeda dalam tingkat kesulitan tugas. Individu memiliki *self-efficacy* yang tinggi pada tugas yang mudah dan sederhana, atau juga pada tugas-tugas yang rumit dan membutuhkan kompetensi yang tinggi. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung memilih tugas yang tingkat kesukarannya sesuai dengan kemampuannya.

b. Keluasan (*generality*)

Dimensi ini berkaitan dengan penguasaan individu terhadap bidang atau tugas pekerjaan. Individu dapat menyatakan dirinya memiliki *self-efficacy* pada aktivitas yang luas, atau terbatas pada fungsi domain tertentu saja. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi akan mampu menguasai beberapa bidang sekaligus untuk menyelesaikan suatu tugas. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang rendah hanya menguasai sedikit bidang yang diperlukan dalam menyelesaikan suatu tugas.

c. Kekuatan (*strength*)

Dimensi yang ketiga ini lebih menekankan pada tingkat kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinannya. *Self-efficacy* menunjukkan bahwa tindakan yang dilakukan individu akan memberikan hasil yang sesuai dengan yang diharapkan individu. *Self-efficacy* menjadi

dasar dirinya melakukan usaha yang keras, bahkan ketika menemui hambatan sekalipun.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* mencakup dimensi tingkat (*level*), keluasan (*generality*) dan kekuatan (*strength*).

3. Sumber-Sumber *self efficacy*

Bandura (dalam Ishtifa, 2011) menjelaskan bahwa *self-efficacy* individu didasarkan pada empat hal, yaitu:

a. Pengalaman akan kesuksesan

Pengalaman akan kesuksesan adalah sumber yang paling besar pengaruhnya terhadap *self-efficacy* individu karena didasarkan pada pengalaman otentik. Pengalaman akan kesuksesan menyebabkan *self-efficacy* individu meningkat, sementara kegagalan yang berulang mengakibatkan menurunnya *self-efficacy*, khususnya jika kegagalan terjadi ketika *self-efficacy* individu belum benar-benar terbentuk secara kuat. Kegagalan juga dapat menurunkan *self-efficacy* individu jika kegagalan tersebut tidak merefleksikan kurangnya usaha atau pengaruh dari keadaan luar.

b. Pengalaman individu lain

Individu tidak bergantung pada pengalamannya sendiri tentang kegagalan dan kesuksesan sebagai sumber *self-efficacy* nya. *Self-efficacy* juga dipengaruhi oleh pengalaman individu lain. Pengamatan individu akan

keberhasilan individu lain dalam bidang tertentu akan meningkatkan *self-efficacy* individu tersebut pada bidang yang sama. Individu melakukan persuasi terhadap dirinya dengan mengatakan jika individu lain dapat melakukannya dengan sukses, maka individu tersebut juga memiliki kemampuan untuk melakukannya dengan baik. Pengamatan individu terhadap kegagalan yang dialami individu lain meskipun telah melakukan banyak usaha menurunkan penilaian individu terhadap kemampuannya sendiri dan mengurangi usaha individu untuk mencapai kesuksesan. Ada dua keadaan yang memungkinkan *self-efficacy* individu mudah dipengaruhi oleh pengalaman individu lain, yaitu kurangnya pemahaman individu tentang kemampuan orang lain dan kurangnya pemahaman individu akan kemampuannya sendiri.

c. Persuasi verbal

Persuasi verbal dipergunakan untuk meyakinkan individu bahwa individu memiliki kemampuan yang memungkinkan individu untuk meraih apa yang diinginkan.

d. Keadaan fisiologis

Penilaian individu akan kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas sebagian dipengaruhi oleh keadaan fisiologis. Gejolak emosi dan keadaan fisiologis yang dialami individu memberikan suatu isyarat terjadinya suatu hal yang tidak diinginkan sehingga situasi yang menekan cenderung dihindari. Informasi dari keadaan fisik seperti jantung berdebar,

keringat dingin, dan gemetar menjadi isyarat bagi individu bahwa situasi yang dihadapinya berada di atas kemampuannya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* bersumber pada pengalaman akan kesuksesan, pengalaman individu lain, persuasi verbal, dan keadaan fisiologis individu.

4. Proses-proses *self efficacy*

Bandura (dalam Rachmawati, 2011) menguraikan proses psikologis *self-efficacy* dalam mempengaruhi fungsi manusia. Proses tersebut dapat dijelaskan melalui cara-cara dibawah ini :

a. Proses kognitif

Dalam melakukan tugas akademiknya, individu menetapkan tujuan dan sasaran perilaku sehingga individu dapat merumuskan tindakan yang tepat untuk mencapai tujuan tersebut. Penetapan sasaran pribadi tersebut dipengaruhi oleh penilaian individu akan kemampuan kognitifnya.

Fungsi kognitif memungkinkan individu untuk memprediksi kejadian-kejadian sehari-hari yang akan berakibat pada masa depan. Asumsi yang timbul pada aspek kognitif ini adalah semakin efektif kemampuan individu dalam analisis dan dalam berlatih mengungkapkan ide-ide atau gagasan-gagasan pribadi, maka akan mendukung individu bertindak dengan tepat untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Individu akan meramalkan kejadian dan mengembangkan cara untuk mengontrol kejadian yang

mempengaruhi hidupnya. Keahlian ini membutuhkan proses kognitif yang efektif dari berbagai macam informasi.

b. Proses motivasi

Motivasi individu timbul melalui pemikiran optimis dari dalam dirinya untuk mewujudkan tujuan yang diharapkan. Individu berusaha memotivasi diri dengan menetapkan keyakinan pada tindakan yang akan dilakukan, merencanakan tindakan yang akan direalisasikan. Terdapat beberapa macam motivasi kognitif yang dibangun dari beberapa teori yaitu atribusi penyebab yang berasal dari teori atribusi dan pengharapan akan hasil yang terbentuk dari teori nilai-pengharapan.

Self-efficacy mempengaruhi atribusi penyebab, dimana individu yang memiliki *self-efficacy* akademik yang tinggi menilai kegagalannya dalam mengerjakan tugas akademik disebabkan oleh kurangnya usaha, sedangkan individu dengan *self-efficacy* yang rendah menilai kegagalannya disebabkan oleh kurangnya kemampuan.

Teori nilai-pengharapan memandang bahwa motivasi diatur oleh pengharapan akan hasil (*outcome expectation*) dan nilai hasil (*outcome value*) tersebut. *Outcome expectation* merupakan suatu perkiraan bahwa perilaku atau tindakan tertentu akan menyebabkan akibat yang khusus bagi individu. Hal tersebut mengandung keyakinan tentang sejauhmana perilaku tertentu akan menimbulkan konsekuensi tertentu. *Outcome value* adalah nilai yang mempunyai arti dari konsekuensi-konsekuensi yang terjadi bila

suatu perilaku dilakukan. Individu harus memiliki outcome value yang tinggi untuk mendukung *outcome expectation*.

c. Proses afeksi

Afeksi terjadi secara alami dalam diri individu dan berperan dalam menentukan intensitas pengalaman emosional. Afeksi ditujukan dengan mengontrol kecemasan dan perasaan depresif yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan.

Proses afeksi berkaitan dengan kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Kepercayaan individu terhadap kemampuannya mempengaruhi tingkat stres dan depresi yang dialami ketika menghadapi tugas yang sulit atau bersifat mengancam. Individu yang yakin dirinya mampu mengontrol ancaman tidak akan membangkitkan pola pikir yang mengganggu. Individu yang tidak percaya akan kemampuannya yang dimiliki akan mengalami kecemasan karena tidak mampu mengelola ancaman tersebut.

d. Proses seleksi

Proses seleksi berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Ketidakmampuan individu dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat individu tidak percaya diri, bingung, dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah atau situasi sulit. *Self-efficacy* dapat membentuk hidup individu melalui pemilihan tipe aktivitas dan lingkungan. Individu akan mampu melaksanakan aktivitas

yang menantang dan memilih situasi yang diyakini mampu menangani. Individu akan memelihara kompetensi, minat, hubungan sosial atas pilihan yang ditentukan.

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa proses-proses dalam *Self-efficacy* meliputi proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi, dan proses seleksi.

D. Hubungan Antara *Self efficacy* dan *Self regulated learning*

Secara umum *self efficacy* merupakan penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku-prilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Orang lebih mungkin terlibat dalam perilaku tertentu ketika mereka yakin bahwa mereka mampu menjalankan perilaku tersebut dengan sukses yaitu, ketika mereka memiliki *self efficacy* yang tinggi. Para peneliti telah menemukan bahwa *self efficacy* dan prestasi akan meningkat jika peserta didik menentukan tujuan jangka pendek yang spesifik dan menantang .

Dalam rangka mencapai suatu tujuan kita juga mesti memiliki regulasi diri (*self-regulatory*), yang terdiri dari penciptaan pemikiran sendiri , perasaan sendiri dan perilaku sendiri.

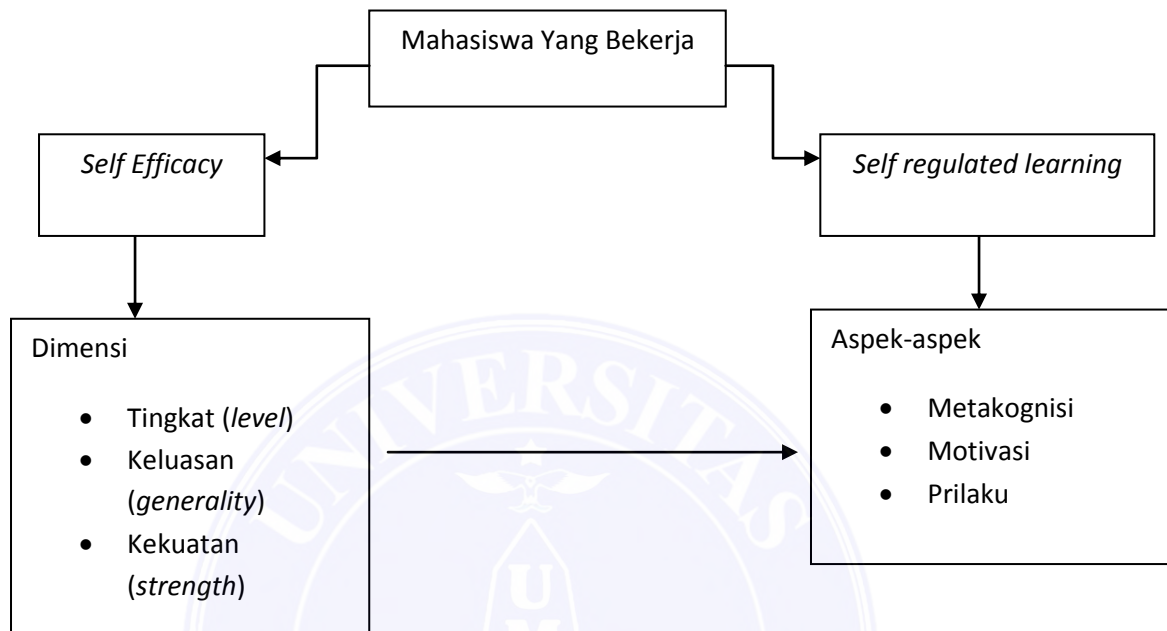
Self-regulated learning merupakan proses dimana peserta didik mengaktifkan pikirannya, perasaan dan tindakan yang diharapkan dapat mencapai tujuan khusus pendidikan (Zimmerman, Bonner & Kovach, 2003). Selain itu, Schunk & Zimmermann (1998) menegaskan bahwa

peserta didik yang bisa dikatakan sebagai *self-regulated learners* adalah yang secara metakognisi, motivasional dan *behavioral* aktif ikut serta dalam proses belajar. Peserta didik dengan sendirinya memulai usaha belajar secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian

Penelitian Zimmerman dan Martinez-Pons (1990) menunjukkan bahwa *self-efficacy* dan *self-regulated learning* sangat berkorelasi. Secara ringkas, hubungan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* menunjukkan bahwa individu dengan *self-efficacy* rendah tidak menggunakan strategi *self-regulated learning* sebanyak individu dengan *self-efficacy* tinggi.

Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi untuk suatu topik tertentu percaya pada kemampuan sendiri untuk menyelesaikan tugas, menemukan jawaban yang benar, mencapai tujuan, dan sering lebih unggul dari teman-temannya. Ketika individu memiliki atau memelihara *self-efficacy* dalam pelajaran atau keterampilan tertentu, proses regulasi diri tercipta dan dipelihara (Pajares & Schunk, 2001).

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Dari uraian di atas maka hipotesa dalam penelitian ini adalah “ada hubungan yang positif antara *Self efficacy* dengan *Self regulated learning*”. Dimana semakin tinggi *Self efficacy* yang dimiliki mahasiswa yang bekerja maka semakin tinggi *Self regulated learning* nya. Sebaliknya semakin rendah *Self efficacy* yang dimiliki mahasiswa yang bekerja maka semakin rendah *Self regulated learning* nya.