
ARTIKEL PENELITIAN

PERBEDAAN *SELF-REGULATED LEARNING* DITINJAU DARI VALENSI *ACHIEVEMENT EMOTIONS* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENERJAKAN SKRIPSI

NADIA RATU ANISSA & PRIMATIA YOGI WULANDARI

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan *self-regulated learning* ditinjau dari valensi *achievement emotions* pada mahasiswa yang sedang skripsi. Pengerjaan skripsi yang bersifat mandiri membuat *self-regulated learning* memiliki peran penting dalam menyelesaikan skripsi. Penelitian ini dilakukan pada 124 mahasiswa berusia 20-24 tahun yang sedang mengerjakan skripsi, dipilih dengan metode *non-random sampling* dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data penelitian adalah survei menggunakan modifikasi skala *Learning-related Achievement Emotion Questionnaire* milik Pekrun (2005) dan *Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)* yang diciptakan oleh Pintrich, dkk (1991), namun telah dimodifikasi oleh Boyer & Usinger (2012). Reliabilitas emosi positif *Learning-related AEQ* adalah 0,931; emosi negatif *Learning-related AEQ* adalah 0,953; dan *MSLQ* adalah 0,957. Analisis data dilakukan dengan teknik uji komparasi *Mann-Whitney Test* dan menunjukkan adanya perbedaan *self-regulated learning* ditinjau dari valensi *achievement emotions* pada mahasiswa yang sedang skripsi dengan taraf signifikansi 0,000 ($p \text{ Sig.} < 0,05$).

Kata kunci: *achievement emotions, mahasiswa, self-regulated learning, skripsi*

ABSTRACT

This study aimed to determine whether there are differences in self-regulated learning in terms of valence achievement emotions in students who are thesis. Self-regulated learning has an important role in completing the thesis. This study was conducted on 124 students aged 20-24 years who are working on thesis, selected by non-random sampling method and using purposive sampling technique. The research data were using modified Pekrun's Learning-related Achievement Emotion Questionnaire (2005) and Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ) created by Pintrich, et al. (1991), but modified by Boyer & Usinger (2012). The reliability of positive emotion of Learning-related AEQ is 0.931; negative emotions Learning-related AEQ is 0.953; and MSLQ is 0.957. The data were analyzed by Mann-Whitney Test and showed the existence of self-regulated learning differences from the valence of achievement emotions in the students who were working on thesis with significance level 0,000 ($p \text{ Sig.} < 0,05$).

Key words: *achievement emotions, self-regulated learning, thesis, undergraduate student*

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: primatia.yogi@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Dalam perencanaan karir, dibutuhkan gelar pendidikan yang tinggi. Salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana adalah dengan menyelesaikan tugas akhir dalam bentuk skripsi. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah dalam bidang ilmu tertentu yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana (S1)(Airlangga, 2009). Skripsi menuntut mahasiswa untuk menyusun tugas yang tidak terstruktur menjadi sistematis dan dikemas menjadi sesuatu yang menarik untuk dibaca (Todd*, Bannister, & Clegg, 2004). Sebelum menyusun skripsi, mahasiswa diminta untuk menyusun proposal skripsi. Hal ini dilakukan agar dosen pembimbing dapat mengevaluasi tema skripsi, penguasaan masalah penelitian, dan kesiapan mahasiswa dalam melakukan penelitian(Airlangga, 2009). Mahasiswa harus menempuh lebih dari 110 sks untuk dapat mengambil mata kuliah skripsi. Dengan persyaratan yang sedemikian rupa, seharusnya mahasiswa cukup siap dalam mengerjakan skripsi. Dalam pengerjaan skripsi, mahasiswa seringkali mengalami hambatan. Beberapa hambatan yang paling sering dirasakan mahasiswa, seperti kesulitan menentukan judul, malas dan kurangnya motivasi, susah membagi waktu, kelelahan bekerja, dan tidak konsentrasi (Etika & Hasibuan, 2016).

Beberapa tuntutan diatas jika tidak dihadapi dengan baik akan menimbulkan berbagai hambatan. Adanya hambatan-hambatan tersebut dapat menyebabkan fenomena maupun dampak-dampak yang dirasakan mahasiswa yang diperoleh dari penelitian-penelitian di berbagai universitas. Salah satu contohnya, menurut data Kemahasiswaan Fakultas Psikologi UNAIR, hanya terdapat 75 mahasiswa dari 268 mahasiswa angkatan 2010, 2011, dan 2013 yang berhasil mengumpulkan skripsi tepat waktu. Selain itu, peneliti juga melakukan *pre-eliminary study* pada 176 mahasiswa UNAIR dan mahasiswa lintas universitas lainnya yang sedang mengerjakan skripsi. Hasilnya menunjukkan bahwa 41,5% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki *self-regulated learning* cenderung tinggi, dan sisanya 58,5% memiliki *self-regulated learning* cenderung rendah. Hal ini sangat disayangkan karena pengerjaan skripsi yang bersifat mandiri menambah peran penting *self-regulated learning* pada mahasiswa untuk secara aktif mencari topik permasalahan, mencari data-data pendukung, menentukan konstruk yang digunakan, mencari referensi, mengambil dan mengolah data hingga kesiapan untuk diuji hasilnya.

Self regulated-learning merupakan kemampuan pelajar secara aktif dan konstruktif menetapkan tujuan, memonitor, mengontrol, dan meregulasi area kognisi, afeksi-motivasi, dan perilaku yang sejalan dengan tujuan serta sesuai dengan konteksnya. Resnick dan Klopfer (1989 dalam Lindner & Harris, 1992), *self regulated learning* merupakan kemampuan yang mendasari semua bentuk kesuksesan proses pembelajaran. Sejalan dengan teori diatas, penelitian Siregar (2017) menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki pengaruh negatif yang signifikan pada prokrastinasi penyusunan skripsi dimana merupakan salah satu hambatan yang paling sering dirasakan oleh mahasiswa. Selain itu, kemandirian belajar yang memiliki konsep serupa dengan *self-regulated learning*, memiliki pengaruh dalam meningkatkan kesiapan menghadapi skripsi sebesar 16,4%(Karimah & Andayani, 2015). Artinya, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* akan lebih siap dalam mengerjakan skripsi.

Menurut Zimmerman (1989), ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*, yaitu faktor pribadi, perilaku, dan lingkungan. Ketiga faktor saling mempengaruhi. Faktor pribadi yang mendukung akan memudahkan pelajar dalam berperilaku dan beradaptasi lingkungan yang optimal untuk belajar(Zimmerman, 1989). Hal ini menunjukkan bahwa faktor pribadi merupakan modal yang penting untuk memudahkan pelajar dalam mencapai tujuannya. Peneliti akan berfokus pada faktor pribadi khususnya pada afeksi atau emosi sebagai variabel X. Schutz & Pekrun (2007) menjelaskan terdapat 2 alasan penting mengapa emosi penting dalam pendidikan. Salah satunya karena emosi

dapat mempengaruhi ketertarikan, keterikatan, dan pencapaian akademik dimana hal tersebut sangat penting dalam mengerjakan skripsi. Selain itu, emosi juga merupakan pusat kesehatan dan kesejahteraan psikologis, menyiratkan bahwa mereka harus dianggap sebagai hasil pendidikan yang penting dalam diri mereka, terlepas dari relevansi fungsionalnya.

Emosi dalam pendidikan seringkali disebut *achievement emotions*. *Achievement emotions* adalah emosi yang dirasakan pelajar terkait kegiatan yang dilakukan dalam mencapai prestasi (*activity-related*) maupun hasil prestasi itu sendiri (*outcome-related*) (Schutz & Pekrun, 2007). *Achievement emotions* diklasifikasikan berdasarkan valensi (emosi positif dan emosi negatif) serta berdasarkan aktivasi (*activating* dan *deactivating*). Oleh karena itu, Pekrun, Goetz, Titz, dan Perry (2002) membagi emosi yang ada dalam *achievement emotions* menjadi empat yaitu *positive activating emotion* (seperti *enjoyment, pride, hope*); *positive deactivating emotion* (seperti *relief* dan *relaxation*); *negative activating emotion* (seperti *anxiety, anger, shame*); dan *negative deactivating emotion* (seperti *boredom* dan *hopelessness*).

Achievement emotions memiliki peran penting dalam penggunaan strategi *self-regulated learning* (Pekrun, 2002; Artino & Jones, 2012; Marchand & Gutierrez, 2012; dalam Zheng & Li, 2016). Sejalan dengan argumen diatas Pekrun, 2006 (dalam Artino & Jones, 2012) menemukan bahwa emosi yang dirasakan pelajar memiliki pengaruh pada performa belajar, melalui strategi belajar dan usaha yang dikeluarkan pelajar dimana hal tersebut merupakan hal yang penting dalam mengerjakan skripsi.

Berbagai emosi yang dialami mahasiswa memiliki dampak yang beragam dalam penggunaan strategi *self-regulated learning*. Menurut penelitian yang dilakukan Pekrun, dkk (2002), emosi positif, dapat memicu pelajar lebih fleksibel dan mengembangkan strategi belajar kreatif, seperti elaborasi, organisasi, evaluasi kritis, dan pemantauan metakognitif. Sebaliknya, emosi negatif yang dirasakan pelajar dapat menurunkan motivasi serta menimbulkan pemikiran-pemikiran yang tidak relevan dengan tugas (*irrelevant thinking*). Penelitian di Indonesia yang telah dilakukan Panjaitan & Cahyadi (2016) menunjukkan bahwa semua emosi positif memiliki korelasi positif dengan *self-regulated learning*.

Disisi lain, Pekrun, dkk (2002) juga menyatakan bahwa tidak semua emosi positif menguntungkan pelajar dan tidak semua emosi negatif merugikan pelajar, sehingga ia memunculkan satu dimensi baru yaitu *achievement emotions* berdasarkan aktivasinya. Meskipun demikian, data *pre-eliminary* studi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa kecemasan yang seharusnya termasuk *negative activating emotion* justru menyebabkan mahasiswa terhambat dalam menjalin kontak dengan dosen pembimbing. Hal ini menyebabkan pengerjaan skripsi menjadi terkendala, dengan kata lain emosi negatif tetaplah tidak menguntungkan bagi pelajar. Uraian diatas menunjukkan bahwa perlu diadakan penelitian lebih lanjut terkait perbedaan emosi positif dan negatif yang dirasakan oleh mahasiswa terhadap *self-regulated learning*. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan *self-regulated learning* ditinjau dari valensi *achievement emotions* untuk menjelaskan fenomena tersebut.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan *self regulated learning* antara mahasiswa dengan *positive achievement emotion* dan mahasiswa dengan *negative achievement emotion*. Adapun hipotesis nol (H_0) dalam penelitian ini adalah Tidak ada perbedaan *self-regulated learning* antara mahasiswa dengan *positive achievement emotion* dan mahasiswa dengan *negative achievement emotion*; sedangkan hipotesis (H_a) dalam penelitian ini adalah Ada perbedaan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang memiliki *positive achievement emotion* dan mahasiswa yang memiliki *negative achievement emotion*.

METODE

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu valensi *achievement emotions* sebagai variabel bebas dan *self-regulated learning* sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan pada 124 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Metode pengambilan *sampling* menggunakan *non-probability sampling* dimana tidak semua anggota memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian (Neuman, 2006). Adapun teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa yang berusia 20-24 tahun.

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini berupa kuesioner. Pengukuran *achievement emotions* dilakukan dengan menggunakan *Learning-related Achievement Emotion Questionnaire* milik Pekrun, Goetz, & Perry (2005) dan pengukuran *self-regulated learning* dilakukan dengan menggunakan *Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ)* yang diciptakan oleh Pintrich, (1991), namun telah dimodifikasi oleh Boyer & Usinger (2012). Kedua alat ukur ini dimodifikasi penulis agar sesuai dengan konteks penelitian, yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dalam melakukan modifikasi alat ukur, peneliti melakukan prosedur *back translate* dimana aitem yang berbahasa Inggris diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia lalu diterjemahkan kembali ke bahasa Inggris. Kemudian, penulis menggunakan validitas isi atau *content validity* dengan menggunakan bantuan *professional judgement* untuk mengecek kembali aitem hasil terjemahan agar sesuai dengan konten yang diukur.

Setelah dilakukan uji coba, alat ukur emosi positif *Learning-related AEQ* terdiri dari 18 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,931; emosi negatif *Learning-related AEQ* terdiri dari 17 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,953; dan MSLQ terdiri dari 44 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,957. Analisis data dilakukan dengan teknik uji komparasi *Mann-Whitney Test* menggunakan *software IBM SPSS Statistics 22.0 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Deskriptif & Kategorisasi Subjek

Hasil analisis deskriptif data dapat dilihat dari tabel dibawah ini. Variabel emosi positif memiliki nilai minimum 51 dan nilai maksimum 108 dengan rata-rata 82,01. Disisi lain, variabel emosi negatif memiliki nilai minimum 39 dan nilai maksimum 168 dengan rata-rata 100,28. Adapun nilai minimum variabel *self-regulated learning* memiliki nilai minimum 113 dan nilai maksimum 220 dengan rata-rata 169,15.

Tabel 1 Hasil Analisis Deskriptif

	N	Min.	Maks.	Mean	SD	Skewness	Kurtosis
Emosi Positif	124	51	108	82,01	14,835	-,276	-1,061
Emosi Negatif	124	39	168	100,28	35,519	,006	-1,271
SRL	124	113	220	169,15	23,264	,018	-,610

Nilai *skewness* menunjukkan nilai kesimetrisan distribusi data (Pallant, 2011). Nilai *skewness* variabel emosi positif menunjukkan angka -0,276, dimana nilai *skewness* yang negatif menunjukkan distribusi data cenderung berkerumunan di sisi kiri (Pallant, 2011). Sedangkan nilai *skewness* variabel emosi negatif menunjukkan angka 0,006, dimana nilai *skewness* menunjukkan angka positif dan mendekati 0, sehingga kecondongan kurva cenderung simetris. Adapun nilai *skewness* variabel *self-regulated learning* menunjukkan angka 0,018, dimana nilai *skewness* yang positif menunjukkan distribusi data sedikit cenderung berkerumunan di sisi kanan (Pallant, 2011).

Nilai kurtosis memberikan informasi mengenai puncak distribusi dari data penelitian (Pallant, 2011). Nilai kurtosis variabel emosi positif dan emosi negatif cenderung berbentuk runcing dengan angka -1,061 dan -1,271 yang cukup jauh dari 0. Adapun nilai *kurtosis* variabel *self-regulated learning* menunjukkan angka -0,610, sehingga kurva sedikit runcing karena angka tidak cukup jauh dari 0.

Berdasarkan data yang ada, peneliti juga melakukan kategorisasi subjek. Dari 124 subjek dalam penelitian ini terdapat 64 subjek yang memiliki dominan emosi positif dan 60 subjek dengan dominan emosi negatif dalam mengerjakan skripsi. Dalam proses pengelompokan valensi emosi mahasiswa (emosi positif dan emosi negatif), peneliti menggunakan pedoman menurut Azwar (1999) dengan standar penentuan kategorisasi kelompok berikut ini:

Tabel 2 Standar Penentuan Kategorisasi Kelompok Dominan Emosi Positif atau Emosi Negatif

Kategori	Standar Penentuan
Dominan emosi positif	$Z_{positif} \geq 0,5$ dan $Z_{negatif} \leq 0$
Dominan emosi negatif	$Z_{negatif} \geq 0,5$ dan $Z_{positif} \leq 0$

Jika ditinjau dari tingkat *self-regulated learning* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, terdapat 19 subjek dengan prosentase 15,3% memiliki *self-regulated learning* yang tergolong rendah, 69 subjek dengan prosentase 55,6% tergolong sedang, dan 36 subjek dengan prosentase 29% tergolong tinggi.

Analisis uji asumsi

Peneliti melakukan uji normalitas dan uji homogenitas dalam penelitian ini. Berikut merupakan tabel hasil uji normalitas:

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas			
	Kolmogorov-Smirnov^a		
	Statistic	df	Sig.
<i>Self-regulated Learning</i>	.065	124	.200*

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel di atas, variabel *self-regulated learning* memiliki taraf signifikansi sebesar 0,200. Hal ini menunjukkan bahwa taraf signifikansi variabel lebih besardaripada 0,05; sehingga data tergolong berdistribusi normal. Adapun tabel hasil uji homogenitas sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Uji Homogenitas			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
0.036	1	122	.851

Hasil analisis homogenitas pada penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,851. Angka signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05; sehingga menunjukkan bahwa data tergolong homogen.

Analisis Uji Hipotesis

Berikut merupakan hasil dari uji perbedaan yang dilakukan menggunakan *Mann-Whitney Test* menggunakan program *IBM SPSS 22.0 for Windows*.

Tabel 5 Hasil Uji Perbedaan dengan *Mann-Whitney Test*

	Valensi AE	N	Mean Rank	Sum of Rank
SRL	Dominan Emosi Positif	64	88.47	5662.00
	Dominan Emosi Negatif	60	34.80	2088.00

Test Statistics^a	
	SRL
Mann-Whitney U	258.000
Wilcoxon W	2088.000
Z	-8.312

Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
a. Grouping Variable: ValensiAE	

Tabel diatas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000; dimana taraf signifikansi $<0,05$. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel *self-regulated learning* ditinjau dari valensi *achievement emotion* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu juga dijelaskan bahwa hasil rata-rata *self-regulated learning* pada mahasiswa dengan dominan emosi positif sebesar 88,47 dan pada mahasiswa dengan dominan emosi negatif sebesar 34,80. Berdasarkan hasil tersebut dapat menunjukkan bahwa mahasiswa dengan dominan emosi positif saat mengerjakan skripsi memiliki skor rata-rata *self-regulated learning* yang lebih tinggi daripada mahasiswa dengan dominan emosi negatif. Hal ini juga didukung dengan analisis tambahan dengan tabel berikut:

Tabel 6 Gambaran Subjek Berdasarkan Kategorisasi *Self-regulated Learning* ditinjau dari dominansi valensi *Achievement Emotion*

Kategori SRL	Dominan Emosi Positif	Dominan Emosi Negatif
Tinggi	19 (29,7%)	0(0%)
Sedang	44 (68,7%)	25(41,7%)
Rendah	1 (1,6%)	35 (58,3%)
Total	64 (100%)	60(100%)

Tabel diatas menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki dominan emosi positif, diantaranya terdapat 19 orang yang memiliki *self-regulated learning* tinggi, 44 orang memiliki *self-regulated learning* sedang, dan hanya 1 orang yang memiliki *self-regulated learning* rendah. Sedangkan, jika dilihat dari mahasiswa yang memiliki dominan emosi negatif, diantaranya terdapat 35 orang yang memiliki *self-regulated learning* rendah, 25 orang yang memiliki *self-regulated learning* sedang, dan tidak ada mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi.

Dengan begitu, dapat dilihat dari tabel diatas bahwa kebanyakan subjek dengan dominan emosi positif memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang hingga tinggi. Sebaliknya, subjek

dengan dominan emosi negatif kebanyakan memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang hingga rendah.

DISKUSI

Emosi yang berkaitan dengan pembelajaran akademis dan prestasi pelajar disebut *achievement emotions* (Schutz & Pekrun, 2007). Jika ditinjau dari valensinya, *achievement emotions* dibagi menjadi dua, yaitu emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif yang dimaksud adalah emosi yang menyenangkan, seperti perasaan menikmati (*enjoyment*), berharap (*hope*), bangga (*pride*), dan lega (*relief*) (Schutz & Pekrun, 2007). Disisi lain, emosi negatif yang dimaksud adalah emosi yang tidak menyenangkan, seperti perasaan marah (*anger*), cemas (*anxiety*), malu (*shame*), bosan (*boredom*), sedih (*sadness*), dan putus asa (*hopelessness*) (Schutz & Pekrun, 2007).

Pada umumnya berbagai emosi memiliki dampak yang berbeda-beda pula (Schutz & Pekrun, 2007). Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan *self-regulated learning* antara mahasiswa yang memiliki *positive achievement emotion* dan mahasiswa yang memiliki *negative achievement emotion*. Setelah melakukan analisis statistik, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan dominan emosi positif dalam mengerjakan skripsi memiliki skor rata-rata *self-regulated learning* lebih tinggi daripada mahasiswa dengan dominan emosi negatif dengan perbandingan 88,47 dan 34,80. Lebih lengkapnya, analisis data tambahan pada penelitian ini juga menemukan bahwa sebanyak 98,4% dari 64 mahasiswa dengan dominan emosi positif memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang hingga tinggi. Disisi lain, sebanyak 58,3% dari 60 mahasiswa dengan dominan emosi negatif memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah dan 41,7% mahasiswa lainnya memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang. Dari data diatas menunjukkan bahwa kebanyakan mahasiswa dengan dominan emosi positif memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang hingga tinggi, sedangkan sebagian besar mahasiswa dengan dominan emosi negatif memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah.

Dalam dinamikanya, Pekrun, (2002) menjelaskan bahwa emosi bertindak sebagai reaksi persiapan dan penguatan atas suatu peristiwa atau keadaan penting. Secara umum, reaksi

yang dimaksud memunculkan motivasi dan energi fisiologis, memfokuskan perhatian dan membangun pemikiran, serta memicu keinginan dan niat untuk bertindak. Hal ini dapat mengimplikasikan bahwa emosi dapat mempengaruhi pikiran, motivasi, dan perilaku pelajar dimana ketiga aspek tersebut merupakan beberapa area dalam *self-regulated learning*.

Emosi positif dapat mengarahkan fokus pada tugas yang sedang dikerjakan, dan membangun pemikiran-pemikiran yang telah diketahuinya. Emosi positif (*enjoyment*) juga dapat meningkatkan *flow* pelajar sebelum belajar, seperti keterlibatan yang mendalam saat melakukan kegiatan belajar (Pekrun, Emotions and learning. International Academy of Education/International Bureau of Education, 2014). Selain itu, emosi positif memiliki hubungan positif dengan strategi metakognitif, elaborasi, organisasi, dan berpikir kritis (Pekrun, Goetz, Titz, & Perry, 2002). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan dominan emosi positif memiliki cara berpikir yang kreatif dan fleksibel dalam merencanakan strategi belajarnya dan lebih sering melakukan elaborasi, organisasi, dan berpikir kritis dalam rangka membangun pemahaman yang menyeluruh dalam memahami suatu materi.

Sebaliknya, emosi negatif mengalihkan fokus perhatian dari tugas, dan memproses informasi secara tidak mendalam. Ketika mahasiswa dengan dominan emosi negatif merasa cemas apabila akan gagal, ia akan cenderung berpikir tentang kegagalan yang mungkin terjadi konsekuensi yang didapatkan apabila gagal (Pekrun, Emotions and learning. International Academy of Education/International Bureau of Education, 2014). Hal ini yang membuat fokus perhatiannya teralihkan, sehingga secara tidak langsung menghalangi pelajar dalam berpikir fleksibel dan kreatif serta pemahaman materi tidak secara menyeluruh.

Disisi lain, Pekrun, dkk (2002) juga mengatakan bahwa tidak semua emosi positif menguntungkan pelajar dan tidak semua emosi negatif merugikan pelajar. Contohnya, seperti emosi yang mendorong niat dan tujuan secara spesifik juga dapat difasilitasi oleh emosi dirasakan terkait dengan pembentukan informasi *self-related* dan *task-related* pelajar. Pelajar dapat fokus pada *positive self-efficacy* saat merasakan emosi positif maupun emosi negatif (Olafson & Ferraro, 2001, dalam Pekrun, dkk 2002). Dengan begitu, *negative activating emotions* dapat berperan dalam belajar. *Negative activating emotions* dapat mengganggu

prestasi belajar dengan berkurangnya motivasi serta timbulnya *irrelevant thinking*, namun emosi tersebut juga bisa menguntungkan prestasi belajar apabila emosi negatif dapat menjadi penguat *extrinsic motivation*. Lebih tepatnya, dalam kondisi tertentu emosi negatif justru dapat mendorong motivasi seseorang untuk mengatasi kejadian yang tidak menyenangkan, seperti rasa cemas (*anxiety*) dan malu (*shame*) dapat meningkatkan usaha untuk mengatasi hambatan dan mencapai keberhasilan (Bandura & Cervone, 1983, dalam Pekrun, dkk, 2002). Hal ini juga didukung oleh temuan empiris yang dilakukan Pekrun dan koleganya (2002) bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara rasa cemas (*anxiety*) dan marah (*anger*) dengan latihan.

Begitu pula dengan *positive deactivating emotions*. Emosi positif bermanfaat bagi pelajar dengan memperkuat motivasi jangka panjang untuk terus berusaha ataupun sebagai pengalaman menyenangkan, namun juga dapat merugikan performa jarak dekat (Pekrun, Goetz, Titz, & Perry, 2002). Contohnya, seperti emosi lega (*relief*) terjadi ketika emosi negatif yang dirasakan pelajar berhenti. Hal ini memungkinkan berkurangnya usaha pelajar dalam mengantisipasi tantangan berikutnya karena tantangan sebelumnya telah berhasil.

Penelitian yang dilakukan di Indonesia juga memiliki keunikan tersendiri. Semua emosi *positive activating* (*enjoyment*, *pride*, dan *hope*) maupun *positive deactivating* (*relief*) memiliki korelasi positif yang signifikan dengan *self-regulated learning*. Berbeda dengan emosi negatif, *negative deactivating emotion* memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan *self-regulated learning*, namun *negative deactivating emotion* memiliki korelasi yang beragam. Rasa cemas (*anxiety*) dan malu (*shame*) tidak memiliki korelasi signifikan dengan *self-regulated learning*, namun rasa marah (*anger*) memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan *self-regulated learning* dengan $r=-0,106$. Selain itu, penelitian deskriptif terkait *achievement emotion* pada mahasiswa yang sedang skripsi juga dilakukan oleh Susanto & Wiyono (2015). Mereka meneliti tentang gambaran setiap emosi mahasiswa Universitas Diponegoro di setiap fakultas. Oleh karena itu sebaiknya penelitian selanjutnya dapat dilakukan di populasi yang spesifik pada universitas atau suatu instansi tertentu agar menjadi bahan evaluasi untuk instansi

tersebut yang diharapkan dapat mengatasi kendala-kendala yang terjadi pada mahasiswa saat mengerjakan skripsi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan penulis dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif dapat diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *self-regulated learning* ditinjau dari valensi emosi positif dan negatif pada *achievement emotions* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil tersebut dapat menunjukkan bahwa mahasiswa dengan dominan emosi positif saat mengerjakan skripsi memiliki skor rata-rata *self-regulated learning* yang lebih tinggi daripada mahasiswa dengan dominan emosi negatif.

Terdapat beberapa saran yang ditujukan untuk mahasiswa, dosen pembimbing, dan penelitian selanjutnya. Saran untuk mahasiswa diharapkan untuk terus mengembangkan emosi positif dan tidak memperbesar emosi negatif selama mengerjakan skripsi. Memilih topik penelitian sesuai dengan minat, mengingat kembali pengalaman keberhasilan dan pengalaman yang menyenangkan selama proses belajar dapat membantu mengembangkan emosi positif mahasiswa. Jadikan emosi negatif sebagai pembelajaran untuk bangkit dan kembali fokus pada tujuan awal serta peluang keberhasilan. Jika masih dirasa kurang, cari penguatan lain yang dapat mendorong emosi positif mahasiswa, seperti menghubungi orang-orang yang telah berhasil mengerjakan skripsi atau menghubungi orang-orang yang dapat menenangkan mahasiswa secara batin.

Selain itu, dosen pembimbing dan pihak lain yang terlibat hendaknya menciptakan iklim yang mendorong munculnya emosi positif atau emosi negatif yang bermanfaat dalam mengerjakan skripsi. Emosi positif dan negatif yang seimbang dapat mendorong mahasiswa untuk lebih baik lagi dalam mengerjakan skripsi (Pekrun, Emotions and learning. International Academy of Education/International Bureau of Education, 2014). Selain itu, menceritakan pengalaman dan peluang keberhasilan dapat membuat mahasiswa untuk terus semangat dalam mengerjakan skripsi.

Bagi penelitian selanjutnya, peneliti dapat melakukan penelitian pada populasi tertentu dengan menggunakan probability sampling karena data terkait jumlah populasi dapat dicari. Selain itu, peneliti juga dapat meneliti emosi-emosi achievement emotions yang lebih spesifik lagi. Hal ini dilakukan agar mendapatkan gambaran lebih jelas terkait peran tiap-tiap emosi dalam mempengaruhi self-regulated learning mahasiswa yang sedang skripsi.

PUSTAKA ACUAN

- Airlangga, T. U. (2009). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surabaya: Unit Penelitian dan Publikasi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Artino, J. A., & Jones, I. K. (2012). Exploring the complex relations between achievement emotions and self-regulated learning behaviors in online learning. *The Internet and Higher Education*.
- Azwar, S. (1999). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka pelajar.
- Boyer, N., & Usinger, P. (2012). *Tracking pathways to success: Identifying learning success factors across course delivery formats*.
- Etika, N., & Hasibuan, W. F. (2016). *Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi*.
- Karimah, N. M., & Andayani, B. (2015). *Hubungan Kemandirian Belajar Dan Sikap Terhadap Skripsi Dengan Kesiapan Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Gadjah Mada*. Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada.
- Lindner, R. W., & Harris, B. (1992). *Self-Regulated Learning and Academic Achievement in College Students*.
- Neuman, W. L. (2006). Social research methods. In *Qualitative and quantitative approach*. Boston: Allyn and Bacon.
- Pallant, J. (2011). *SPSS Survival Manual 4th edition: A step by step guide to data analysis using SPSS version 18*. Berkshire: Open University Press.
- Panjaitan, L. K., & Cahyadi, S. (2016). Hubungan achievement emotions dan self-regulation mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.
- Pekrun, R. (2014). *Emotions and learning. International Academy of Education/International Bureau of Education*.
- Pekrun, R., Goetz, T., & Perry, R. P. (2005). *Achievement emotions questionnaire (AEQ)*. Munich: Unpublished Manuscript, University of Munich.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., & Perry, R. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement. *A program of qualitative and quantitative research. Educational psychologist*.
- Schutz, P. A., & Pekrun, R. E. (2007). *Emotion in education*. Elsevier Academic Press.
- Siregar, S. K. (2017). *Pengaruh Self Regulated Learning Dan Self Efficacy Terhadap Prokrastinasi Penyusunan Skripsi Mahasiswa Pada Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta*. Doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta.

- Susanto, H., & Wiyono, S. (2015). *Studi Deskriptif Mengenai Achievement Emotion Pada Mahasiswa UNPAD yang Sedang Menyusun Skripsi*.
- Todd*, M., Bannister, P., & Clegg, S. (2004). *Independent inquiry and the undergraduate dissertation: perceptions and experiences of final-year social science students. Assessment & Evaluation in Higher Education*.
- Zheng, L., & Li, X. (2016). The Effects of Motivation, Academic Emotions, and Self-Regulated Learning Strategies on Academic Achievements in Technology Enhanced Learning Environment.
- Zimmerman, B. J. (1989). *A social cognitive view of self-regulated academic learning. Journal of educational psychology*.