



Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam Suatu Organisasi Intra dan Ekstra Kampus

Muhamad Rafly Islami¹

*Pendidikan Sejarah/ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Setia Budhi Rangkasbitung,
Lebak, Banten, Indonesia¹*

RIWAYAT ARTIKEL

Sejarah artikel:
Diterima 10 Desember 2023
Diterima dalam bentuk
revisi 27 Desember 2023
Diterima 27 Desember 2023

ABSTRAK

Regulasi diri merupakan sebuah proses yang berasal dari dalam diri individu yang dalam perilakunya selalu dikendalikan oleh dirinya sendiri. Regulasi diri 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 menjadi 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 Setia Budhi Rangkasbitung dengan subjek penelitian 9 mahasiswa. Teknik pengambilan data adalah dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menyatakan mahasiswa yang mengikuti organisasi memiliki tingkat regulasi yang baik.

Kata kunci:

Regulasi diri,
Mahasiswa, Organisasi

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 internal kampus. Keduanya memiliki dan tujuan kelebihan masing-masing dari setiap organisasi.

Dalam mencapai suatu cita-cita disebuah 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, 2018, hal. 285), bahwa manusia mempunyai kemampuan berpikir, dan dengan kemampuan itu mereka memanipulasi

¹ muhamaraflyislami@gmail.com

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 di kendalikan 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 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 atau pun tujuannya juga akan terbengkalai.

Melihat definisi diatas, 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 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 bahkan tujuan awal yang telah dibuat. Oleh karena itu, sering timbul masalah antara organisasi tersebut. Hubungan yang tidak baik antar anggota menjadi 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 bisa 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 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.

METODE

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 Setia Budi Rangkasbitung. Penelitian kualitatif ini dilaksanakan pada bulan September sampai bulan Oktober semester Genap tahun 2023/2024 Analisis dan pengumpulan data yang dilakukan yaitu dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

(Alfina, 2013) 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 SA sebelumnya belum membuat jadwal harian meskipun demikian Laporan Akhir PPLk SA sekarang ini tidak tertinggal terlalu jauh dari temantemannya karena SA sekarang sudah melaksanakan penulisan laporan Akhir. SA sekarang sudah memiliki jadwal harian kegiatan dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Kalau AH sebelumnya belum membuat jadwal harian dan tidak mau membuat jadwal harian, namun untuk laporannya sekarang tidak tertinggal terlalu jauh dari teman-temannya bahkan sekarang juga sudah ke sekolah untuk minta tanda tangan. AH tidak memiliki jadwal harian kegiatannya dan tetapi AH sudah menuliskan tujuan yang lebih rinci untuk dicapai ke depannya. AS sebenarnya sudah memiliki jadwal harian karena setiap kegiatan yang akan AS lakukan dituliskan di catatan-catatan kecil. Walaupun AS sudah memiliki catatan-catatan kecil seperti halnya jadwal harian, namun untuk laporannya sekarang ini tidak tertinggal terlalu jauh dari teman-temannya karena telah usai melakukan penulisannya. AS sudah memiliki jadwal harian kegiatannya yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Sekarang MN sudah memiliki jadwal harian kegiatannya yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Sedangkan BN belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak tertinggalkan. Walaupun BN hanya mengikuti dua organisasi saja, BN tetap harus memiliki regulasi diri yang baik sehingga kegiatannya tidak terbengkalai. SR sudah memiliki jadwal harian yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan. YM

belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak terbengkalai. Walaupun AI mengikuti beberapa organisasi, namun YM tetap harus memiliki regulasi diri yang baik sehingga kegiatannya tidak terbengkalai. YM sudah memiliki jadwal harian yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih terperinci. Sedangkan NN belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak terbengkalai. Sekarang NN 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, SD tetap harus memiliki regulasi diri yang baik. SD sudah memiliki jadwal harian yang jauh lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih rinci. Sedangkan AN belum memiliki jadwal harian, namun kegiatannya tidak terbengkalai. Walaupun AN hanya mengikuti organisasi HMI saja. Sekarang AN sudah memiliki jadwal harian yang lebih lengkap dan sudah menuliskan tujuan yang lebih rinci.

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, 2018).

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 dalamn organisasi tersebut. (Fadjar & Effendi, 1992).

SIMPULAN

Selanjutnya setelah diadakan penelitian, secara nyata individu mampu menuliskan tujuan atau cita- citanya baik jangka pendek maupun jangka panjang. Selain itu juga sudah bisa memamanajemen 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 terkait maupun variabel bebas dalam penelitian ini. Selain itu penelitian selanjutnya diharapkan mampu melakukan verifikasi terhadap keikutsertaan subjek terhadap organisasi kemahasiswaan yang diikuti. Karena hal tersebut memberikan pengaruh terhadap kondisi regulasi diri seseorang.

REFERENSI

Buku

- Alfina, Arini Dwi. 2013. *Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau dari Keikutsertaan dalam organisasi Kemahasiswaan*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan. Vol. 01, No. 02, Agustus 2013.
- Alwisol. 2018. *Psikologi Kepribadian Malang*: UMM Press.
- Langdridge, 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