

Hubungan Antara Regulasi Diri dan Prestasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Agama Islam di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung

Eva Soraya Zulfa
STIT At Taqwa Ciparay Bandung
evasoraya1423@gmail.com

Atep Komusudin
STIT At Taqwa Ciparay Bandung
E-mail: atepkomus@gmail.com

Siti Nurhasanah
STIT At Taqwa Ciparay Bandung
E-mail: sinarsitinurhasanah@gmail.com

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara regulasi diri dan prestasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Agama Islam di STIT At-Taqwa Ciparay, Bandung. Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengelola pikiran, perasaan, dan tindakan guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Mahasiswa yang mampu mengatur diri mereka sendiri diharapkan dapat mencapai prestasi akademik yang lebih baik, terutama dalam konteks perkuliahan di mana mereka seringkali harus membagi waktu antara aktivitas akademik dan non-akademik seperti bekerja atau mengajar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data meliputi angket, wawancara, observasi, dan analisis dokumentasi. Populasi penelitian ini adalah 250 mahasiswa yang aktif dalam program studi Pendidikan Agama Islam, dengan sampel berjumlah 50 mahasiswa yang dipilih secara acak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara tingkat regulasi diri dan prestasi akademik mahasiswa, dengan koefisien korelasi sebesar 0,528. Artinya, mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri yang lebih baik cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih tinggi. Hasil ini memberikan wawasan penting tentang peran regulasi diri

dalam keberhasilan akademik dan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pembelajaran yang lebih efektif.

KEY WORDS: Regulasi Diri, Prestasi Akademik, Mahasiswa, Pendidikan Agama Islam

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between self-regulation and academic achievement among Islamic Education students at STIT At-Taqwa Ciparay, Bandung. Self-regulation refers to the ability of individuals to manage their thoughts, emotions, and actions to achieve predetermined goals. Students who can effectively regulate themselves are expected to attain better academic performance, especially in a university context where they often need to balance academic and non-academic activities, such as working or teaching. This research employs a quantitative method with a correlational design. Data collection techniques include questionnaires, interviews, observations, and document analysis. The study's population consists of 250 active Islamic Education students, with a sample of 50 students selected randomly. The results indicate a significant positive correlation between self-regulation and academic achievement, with a correlation coefficient of 0.528. This means that students with higher self-regulation tend to achieve better academic performance. These findings offer valuable insights into the role of self-regulation in academic success and may serve as a foundation for the development of more effective learning programs.

KEY WORDS: *Self-Regulation, Academic Achievement, Students, Islamic Education*

INTRODUCTION

Perguruan tinggi memiliki tanggung jawab besar dalam menciptakan sumber daya manusia yang kompeten, yang tidak hanya unggul dalam pengetahuan akademik, tetapi juga mampu beradaptasi dengan tantangan dunia kerja. Dalam konteks ini, prestasi akademik menjadi indikator penting dari keberhasilan pendidikan, di mana mahasiswa diharapkan mampu menguasai keterampilan dan pengetahuan secara komprehensif. Bagi mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung, tantangan ini semakin kompleks. Selain menghadapi tuntutan akademik, banyak mahasiswa yang juga bekerja atau mengajar, sehingga mereka harus mengatur waktu dengan sangat baik. Kondisi ini menciptakan beban yang lebih besar, dan secara alami, kemampuan untuk mengatur diri sendiri menjadi krusial dalam menentukan keberhasilan akademik.

Regulasi diri menjadi kunci dalam menghadapi tantangan ini. Zimmerman (2002) menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan proses yang melibatkan kemampuan individu untuk mengendalikan perilaku mereka, dengan tujuan mengoptimalkan hasil belajar. Pada mahasiswa yang menghadapi beban ganda seperti bekerja atau mengajar, regulasi diri menjadi lebih penting karena mereka harus mampu memprioritaskan tugas akademik, menyeimbangkan waktu, dan mengelola tekanan eksternal yang seringkali mengganggu fokus akademik (Zimmerman, 2002).

Kegagalan dalam regulasi diri dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademik, yang pada gilirannya mempengaruhi tujuan jangka panjang mahasiswa dalam menyelesaikan pendidikan mereka dengan baik (Baumeister, 2018).

Penelitian mengenai regulasi diri dan prestasi akademik telah dilakukan di berbagai konteks pendidikan. Zimmerman (2002) menjadi salah satu tokoh kunci yang mengembangkan konsep regulasi diri dalam konteks pendidikan, dengan menekankan pada pentingnya peran kognitif, motivasional, dan perilaku dalam proses belajar. Menurutnya, mahasiswa yang mampu mengatur diri sendiri dalam hal perencanaan belajar, pemantauan kemajuan, serta evaluasi terhadap strategi belajar yang digunakan cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik. Ini karena regulasi diri memungkinkan individu untuk mengidentifikasi hambatan dalam belajar dan segera menyesuaikan strategi mereka untuk mengatasi hambatan tersebut.

Penelitian oleh Novrianti (2018) juga mendukung temuan ini, di mana regulasi diri terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar intrinsik mahasiswa. Dalam penelitian tersebut, mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang baik menunjukkan kemampuan untuk tetap termotivasi meskipun dihadapkan pada tugas-tugas yang sulit atau situasi yang penuh tekanan. Motivasi intrinsik ini memungkinkan mahasiswa untuk terus berusaha keras, karena mereka memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya pendidikan untuk pencapaian tujuan hidup mereka.

Baumeister (2018) dalam penelitiannya menekankan pada konsep *delayed gratification*, atau kemampuan untuk menunda kepuasan, sebagai salah satu aspek penting dari regulasi diri. Mahasiswa yang mampu menunda kepuasan jangka pendek demi pencapaian tujuan jangka panjang, seperti menyelesaikan tugas akademik sebelum mengambil waktu untuk bersantai, menunjukkan tingkat prestasi akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak mampu mengendalikan keinginan jangka pendek mereka.

Meskipun banyak penelitian telah mengkaji hubungan antara regulasi diri dan prestasi akademik, sebagian besar studi tersebut berfokus pada mahasiswa secara umum, tanpa memperhitungkan kondisi khusus yang dialami oleh mahasiswa yang memiliki tanggung jawab eksternal, seperti bekerja atau mengajar. Oleh karena itu, penelitian ini menitikberatkan pada bagaimana regulasi diri memengaruhi prestasi akademik mahasiswa PAI yang menghadapi beban ganda, yang merupakan konteks yang belum banyak dikaji secara mendalam.

Kebaruan ilmiah dari artikel ini terletak pada fokus penelitian terhadap mahasiswa PAI yang tidak hanya berperan sebagai mahasiswa, tetapi juga sebagai pekerja atau pengajar. Penelitian sebelumnya lebih sering mengkaji regulasi diri dalam konteks mahasiswa penuh waktu yang hanya fokus pada perkuliahan, sementara penelitian ini menawarkan perspektif baru tentang bagaimana regulasi diri dapat membantu mahasiswa yang memiliki peran ganda. Hal ini memberikan wawasan baru tentang kemampuan manajemen diri dalam konteks mahasiswa yang harus menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan non-akademik secara simultan. Dengan demikian, artikel ini menyajikan kontribusi ilmiah baru dengan menunjukkan bagaimana regulasi diri berperan dalam meningkatkan prestasi akademik di bawah tekanan situasi yang kompleks. Selain itu, penelitian ini memberikan pandangan baru dalam memahami regulasi diri sebagai strategi adaptif

yang dapat digunakan oleh mahasiswa dengan beban nonakademik yang lebih besar. Regulasi diri menjadi alat yang penting dalam mendukung performa akademik mahasiswa yang menghadapi tantangan ganda, sesuatu yang belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya.

Berdasarkan teori regulasi diri dan hasil penelitian terdahulu, permasalahan penelitian ini difokuskan pada apakah terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dan prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Agama Islam di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung yang juga bekerja atau mengajar. Hipotesis penelitian yang diajukan adalah bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa, semakin tinggi prestasi akademik yang dicapai. Hipotesis ini diangkat berdasarkan asumsi bahwa regulasi diri membantu mahasiswa dalam mengelola waktu, menetapkan prioritas, dan menjaga motivasi mereka dalam menghadapi beban akademik dan non-akademik.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji dan menganalisis hubungan antara regulasi diri dan prestasi akademik mahasiswa PAI di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung, khususnya mahasiswa yang juga memiliki tanggung jawab di luar perkuliahan, seperti bekerja atau mengajar. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan mengenai pentingnya regulasi diri dalam membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan dan mencapai prestasi akademik yang lebih baik.

RESEARCH METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang dikenal dengan karakteristik objektif, sistematis, dan terstruktur. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk menguji hipotesis melalui pengukuran numerik dan analisis statistik. Metode kuantitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada hubungan antara dua variabel, yaitu regulasi diri (self-regulation) dan prestasi akademik. Dalam penelitian ini, digunakan metode korelasional untuk mengidentifikasi kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel tersebut. (Arikunto, 2016)

RESULTS AND DISCUSSION

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara regulasi diri dan prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari kuesioner dan dokumen nilai akademik (IPK), ditemukan bahwa rata-rata tingkat regulasi diri mahasiswa berada pada kategori cukup baik dengan skor rata-rata 60 dari 100. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa PAI di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung memiliki kemampuan yang memadai dalam mengatur dan mengontrol diri mereka dalam proses belajar, namun masih ada ruang untuk peningkatan. Kemampuan regulasi diri yang terukur dalam kategori ini mencakup aspek-aspek seperti perencanaan studi, manajemen waktu, pemantauan diri, serta pengaturan motivasi dalam menyelesaikan tugas akademik dan non-akademik mereka.

Sementara itu, rata-rata IPK mahasiswa yang dijadikan sampel penelitian berada pada angka 3,65, yang dikategorikan sebagai sangat baik. Ini adalah indikasi bahwa mayoritas mahasiswa mampu mengatasi beban akademik mereka dengan baik,

meskipun banyak di antara mereka yang juga memiliki tanggung jawab eksternal seperti bekerja atau mengajar. Data ini memberikan konteks penting bahwa meskipun memiliki peran ganda, mahasiswa tetap mampu mencapai hasil akademik yang sangat memuaskan. Fakta ini mungkin dipengaruhi oleh kemampuan regulasi diri mereka, meskipun ada faktor lain seperti dukungan sosial dan motivasi intrinsik yang juga memainkan peran penting. Temuan utama yang menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi diri dan prestasi akademik (dengan koefisien korelasi Pearson sebesar 0,528) menguatkan teori self-regulated learning yang dikemukakan oleh Zimmerman (2002). Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang lebih baik dalam mengelola waktu, menetapkan tujuan belajar, dan memonitor kemajuan mereka cenderung mendapatkan nilai yang lebih tinggi.

Penelitian ini juga memperkuat hasil penelitian Novrianti (2018), yang menemukan bahwa regulasi diri meningkatkan motivasi belajar intrinsik, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik. Temuan ini mendukung argumen bahwa regulasi diri membantu mahasiswa mempertahankan fokus dan konsistensi belajar, meskipun mereka dihadapkan pada berbagai tekanan eksternal. Temuan ini mendukung hipotesis awal bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri mahasiswa, semakin baik prestasi akademik yang dicapai. Hubungan positif yang signifikan yang ditemukan melalui analisis korelasi Pearson menunjukkan bahwa regulasi diri memainkan peran penting dalam pencapaian akademik. Dengan kata lain, mahasiswa yang lebih baik dalam mengatur diri dan mengelola tantangan yang mereka hadapi, baik akademik maupun non-akademik, cenderung mencapai IPK yang lebih tinggi.

Berdasarkan temuan ini, rekomendasi ilmiah yang dapat diajukan adalah pentingnya institusi pendidikan tinggi, khususnya STIT At-Taqwa Ciparay, untuk mengembangkan program pelatihan regulasi diri bagi mahasiswa. Program ini dapat mencakup pengembangan keterampilan manajemen waktu, penetapan tujuan, pemantauan diri, dan strategi untuk meningkatkan motivasi intrinsik. Tujuannya adalah untuk membantu mahasiswa yang memiliki beban ganda dalam mengelola tugas akademik dan non-akademik secara lebih efektif. Selain itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi peran dukungan sosial dan lingkungan akademik dalam memperkuat regulasi diri mahasiswa, terutama bagi mereka yang memiliki tanggung jawab eksternal yang signifikan.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi diri dan prestasi akademik mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) di STIT At-Taqwa Ciparay Bandung. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri mahasiswa, semakin baik prestasi akademik yang dicapai. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa regulasi diri berperan penting dalam membantu mahasiswa mengelola waktu, menetapkan tujuan belajar, memonitor perkembangan, serta menjaga motivasi, yang semuanya berdampak pada capaian akademik mereka. Temuan ini memberikan gambaran bahwa mahasiswa yang memiliki keterampilan regulasi diri yang baik mampu menghadapi berbagai tantangan, baik akademik

maupun non-akademik, secara lebih efektif. Mereka lebih mampu menyeimbangkan tanggung jawab akademik dengan pekerjaan atau aktivitas di luar kampus, yang menjadi salah satu konteks unik dalam penelitian ini. Dalam hal ini, regulasi diri tidak hanya berfungsi sebagai alat pengaturan kognitif, tetapi juga sebagai strategi adaptasi dalam menghadapi beban akademik dan eksternal.

Implikasi ilmiah dari penelitian ini adalah bahwa regulasi diri merupakan faktor penting yang perlu diperkuat dalam konteks pendidikan tinggi, terutama bagi mahasiswa yang memiliki tanggung jawab ganda. Pengembangan program-program pelatihan untuk meningkatkan kemampuan regulasi diri, seperti manajemen waktu, penetapan tujuan, dan strategi belajar yang efektif, sangat disarankan untuk membantu mahasiswa mencapai prestasi akademik yang lebih baik.

Ke depan, penelitian lanjutan dapat difokuskan pada pengaruh faktor-faktor eksternal seperti dukungan sosial, lingkungan belajar, dan tekanan kerja terhadap kemampuan regulasi diri mahasiswa. Penelitian tersebut juga dapat mengeksplorasi intervensi pendidikan yang secara spesifik bertujuan untuk meningkatkan keterampilan regulasi diri dan dampaknya terhadap keberhasilan akademik, terutama dalam konteks mahasiswa yang menghadapi tanggung jawab di luar kampus.

BIBLIOGRAPHY

- Anesti, Yola. 2023. Hubungan regulasi diri dengan prestasi akademik mahasiswa jurusan pendidikan ekonomi UIN SUSKA Riau. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
- Arikunto, Suharsimi. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation and the executive function: The self as controlling agent. *Social Psychology: Handbook of Basic Principles*, 516–539. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1976.tb23087.x>
- Kristiyani, T. (2016). *Self regulated learning konsep, implikasi, dan tantangannya bagi siswa di Indonesia* Yogyakarta : Sanata Dharma University Press
- Novrianti, M. (2018). Hubungan Self-Regulation dengan Hasil Belajar Biologi Kelas XI IPA MAN Gunung Padang Panjang. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Batusangkar.
- Rawi,Rais Dera Pua. Bintari, Wisang Candra. Wijastuti, Retno Dewi. Nurahmawati, Dhewi. Lindiani,Muhammad Nur Abdi Tunik. Hidayah,
- Nurul. 2022. *Prestasi Akademik Mahasiswa*. Purbalingga : Eureka Media Aksara
- Siregar, P. 2022. *Gambaran Regulasi Diri Pada Mahasiswa Berprestasi Tingkat Nasional di Universitas Jambi*. Skripsi. Universitas Negeri Jambi.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung :Alfabeta
- Wibowo. 2012. *Aplikasi Praktik SPSS Dalam Penelitian*. Yogyakarta; Gava Media.
- Zimmerman, B. J. (2001). Theories of self-regulated learning and academic achievement: An overview and analysis. In B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives* (2nd ed., pp. 1–37). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.