

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sebagai pembelajar di tingkat perguruan tinggi, mahasiswa dituntut untuk menjadi pembelajar yang mampu meregulasi diri dengan baik guna mengoptimalkan pengembangan dirinya. Sebagaimana disebutkan dalam pasal 13 ayat 1 UU Nomor 12 tahun 2012, mahasiswa sebagai sivitas akademika diposisikan sebagai insan dewasa yang memiliki kesadaran sendiri dalam mengembangkan potensi diri di perguruan tinggi. Lebih lanjut pada ayat 2 dijelaskan secara lebih spesifik mengenai aktivitas mahasiswa: pembelajaran, pencarian kebenaran ilmiah, dan/atau penguasaan, pengembangan, dan pengamalan suatu cabang ilmu pengetahuan dan/atau teknologi untuk menjadi ilmuwan, intelektual, praktisi dan/atau profesional yang berbudaya. Sebagai insan dewasa, mahasiswa diharapkan dapat menjadi pembelajar yang aktif sekaligus bebas namun bertanggung jawab.

Adanya harapan agar mahasiswa dapat menjadi pembelajar yang aktif sekaligus bertanggung jawab ini secara tidak langsung juga menuntut mahasiswa untuk bisa meregulasi dirinya dengan lebih baik. Regulasi diri mengacu pada pikiran, perasaan, dan tindakan yang direncanakan dan secara siklis disesuaikan dengan pencapaian tujuan pribadi (Zimmerman, 2000). Pintrich (2000) berfokus pada aplikasi model regulasi diri umum pada isu-isu seputar pembelajaran, khususnya pembelajaran akademik dalam konteks sekolah atau kelas; yang mana

aplikasi ini akhirnya disebut dengan istilah *self-regulated learning*. Guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan, individu perlu mengawasi, meregulasi, mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya dengan panduan dan batasan dari tujuan (yang telah ditetapkan) serta sifat-sifat kontekstual lingkungannya (Pintrich, 2000). Oleh karena itu, tanpa adanya regulasi diri yang baik, maka proses belajar mahasiswa guna mencapai tujuan dapat terhambat.

Sebagian peneliti bahkan menyebut bahwa ada suatu kondisi yang disebut sebagai dampak dari kegagalan dalam melakukan regulasi diri. Salah satu wujud kegagalan dalam melakukan regulasi diri adalah prokrastinasi (Rebetez dkk., 2016; Rebetez dkk., 2018; Pychyl & Flett, 2012). Tingginya level prokrastinasi berkaitan dengan impulsivitas yang tinggi (tingginya kecenderungan untuk mengalami reaksi-reaksi yang kuat sering di bawah kondisi emosi yang negatif dan kurangnya ketekunan) dan tingginya frekuensi kemunculan pikiran-pikiran yang mengganggu (frekuensi ruminasi dan melamun yang lebih tinggi); koneksi antara ruminasi dan prokrastinasi dimediasi oleh kecenderungan seseorang untuk mengalami reaksi yang kuat; keterkaitan antara melamun dan prokrastinasi dimediasi oleh kurangnya ketekunan, dan keterkaitan antara kurangnya ketekunan dan prokrastinasi dimediasi oleh intensitas melamun (Rebetez et al., 2016; Rebetez et al., 2018). Berbagai studi juga telah membuktikan bahwa regulasi diri yang kurang baik dapat menjadi prediktor terjadinya prokrastinasi akademik (Kandemir, 2014; Klassen dkk., 2008; Strunk & Steele, 2011). Maka dapat dipahami bahwa dalam proses belajar, mahasiswa perlu mengelola pikiran, perasaan, dan tindakannya untuk mencapai tujuannya. Jika proses pengelolaan

beberapa aspek tersebut kurang efektif, dapat berdampak pada penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas terkait akademik.

Regulasi diri yang kurang baik yang berujung pada prokrastinasi akhirnya berdampak pada kemampuan mahasiswa dalam mengikuti peraturan yang berlaku di universitas. Salah satunya dalam hal masa studi. Berdasarkan data yang diperoleh oleh Zusya dan Akmal (2016) dari Universitas YARSI pada tahun 2015, pada tiap angkatan lebih dari 50% mahasiswanya tidak lulus tepat waktu atau lebih dari 4 tahun. Zusya dan Akmal (2016) memberikan skala prokrastinasi akademik kepada 210 mahasiswa universitas tersebut yang sedang menyelesaikan skripsi. Akhirnya diketahui bahwa 57,14% mahasiswa menunjukkan prokrastinasi tingkat sedang dan 34,77% menunjukkan prokrastinasi tingkat tinggi. Berdasarkan data akademik Fakultas Psikologi UNAIR (2018, dalam Muasyaroh, 2018), masih ada 166 mahasiswa angkatan 2011 hingga 2013 (masa studi 6,5 tahun-4,5 tahun) yang belum menyelesaikan studinya sampai semester genap di tahun 2018. Berdasarkan data dari bagian akademik fakultas-fakultas yang ada, berikut jumlah mahasiswa yang masih belum lulus pasca yudisium Desember 2020:

**Tabel 1. 1 Jumlah Mahasiswa UNAIR Belum Lulus Pasca Yudisium
Desember 2020**

Fakultas	Angkatan				Total
	2013	2014	2015	2016	
Fakultas Kedokteran Gigi	1	2	4	4	11
Fakultas Ekonomi dan Bisnis	84	156	214	488	942
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	71	116	89	403	679
Fakultas Ilmu Budaya	15	76	108	235	434
Fakultas Psikologi	(masa studi sudah habis)	34	46	93	173

Secara umum, salah satu faktor akademik yang membuat masa studi antar mahasiswa berbeda-beda bisa beragam. Penelitian yang dilakukan oleh Widarto, (2017) mengungkap faktor-faktor yang membuat mahasiswa tidak lulus tepat waktu: jarak yang jauh ke kampus untuk bimbingan, masih mengikuti kuliah, sudah bekerja, dosen kurang aktif, tempat tinggal kurang kondusif, dan bimbingan tidak intensif. Berdasarkan studi Rusmawati dkk. (2014), dari 86 mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Universitas Pendidikan Ganesha yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan studi, diketahui bahwa 60 mahasiswa menyatakan malas dalam mengerjakan skripsi dan 20 mahasiswa masih mengikuti perkuliahan karena sebelumnya mendapatkan nilai D atau E. Begitu pula dengan Putra dkk. (2016) yang menemukan bahwa faktor yang paling dominan terhadap lama studi mahasiswa yang sudah semester 10 ke atas ialah faktor internal yang antara lain meliputi: kesulitan menemukan permasalahan dan menentukan judul penelitian, kesulitan menulis, kesulitan mencari referensi dan literatur pendukung teori, terbentur dengan pekerjaan, takut atau malu bimbingan, dan rasa malas

untuk menyelesaikan studi. Temuan dari beberapa studi tersebut menunjukkan bahwa proses pengerjaan skripsi adalah salah satu penyebab mahasiswa tidak bisa menyelesaikan studinya tepat waktu. Kesimpulan ini didukung pula oleh penelitian lain yang menemukan kecenderungan tingginya prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Zusya & Akmal, 2016).

Guna menyelesaikan skripsi, mahasiswa harus berhadapan dengan serangkaian tahapan: 1) merumuskan masalah/latar belakang penelitian, 2) melakukan studi literatur ilmiah, 3) merumuskan metode untuk menjawab masalah penelitian, 4) mengumpulkan data, 5) menganalisis data yang sudah diperoleh, 6) melakukan diskusi atau pembahasan berdasarkan hasil analisis data. Dalam menempuh tahapan-tahapan tersebut, setidaknya mahasiswa harus tekun dalam mencari dan mempelajari referensi ilmiah, menjalin dialog dengan dosen pembimbing, serta menjalin komunikasi dengan subjek penelitian atau pihak-pihak terkait. Maka dari itu, hambatan yang biasanya dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi ialah terkait hal-hal tersebut. Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan terhadap 43 mahasiswa S-1 Unair yang sedang menyelesaikan skripsi, diketahui bahwa masalah dalam proses penyelesaian skripsi yang mereka hadapi adalah sebagai berikut:

Tabel 1. 2 Hasil *Preliminary Study* Hambatan yang Dihadapi Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

No	Pernyataan	Jumlah	Persentase
1	Rasa malas	30	69,7%
2	Menunda pekerjaan	33	76,7%
3	Kesulitan mengatur waktu	20	46,5%
4	Komunikasi dengan dosen pembimbing	19	44,2%
5	Merasa tidak mampu menyelesaikan	19	44,2%
6	Adanya keinginan agar skripsi yang dibuat sangat bagus/sempurna	20	46,5%
7	Adanya kewajiban lain (misalnya: bekerja, merawat orang tua)	11	7%
8	Lain-lain (kebuntuan dalam menulis, urusan administrasi yang lama, tekanan orang tua,	4	9,3%

Manajemen waktu merupakan proses regulasi diri yang signifikan yang mana siswa secara aktif mengelola kapan dan untuk berapa lama mereka terlibat dalam kegiatan yang dianggap perlu untuk mencapai target akademik mereka (Wolters & Brady, 2021). Wolters dkk. (2017) juga menemukan bahwa manajemen waktu merupakan aspek kunci dari SRL, dan SRL menyediakan kerangka kerja yang berguna untuk memahami prokrastinasi yang dilakukan mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian Yamada dkk. (2016) menunjukkan bahwa nilai internal, pengaturan diri, dan penundaan adalah elemen mendasar yang meningkatkan kesadaran manajemen waktu untuk pembelajaran yang direncanakan. Selain itu, dari studi pendahuluan diketahui bahwa 74,4% mahasiswa sudah memiliki target

dalam menyelesaikan skripsi, namun hanya 20,9% subjek yang sudah mencapai target yang ditetapkan.

Diketahui pula bahwa 58,1% mahasiswa melakukan evaluasi diri atas performanya dalam mengerjakan skripsi, sementara sisanya tidak melakukan evaluasi. Padahal, melakukan evaluasi atas performa yang sudah dilakukan merupakan fase keempat dalam urutan *self-regulated learning* (P. R. Pintrich, 2004), yakni yang disebut sebagai fase *reaction and reflection*.

Berbagai penelitian di Indonesia pun telah berusaha mengungkap faktor-faktor yang menghambat penyelesaian skripsi. Berdasarkan studi Pratiwi dan Roosyanti (2019) faktor penghambat penyelesaian skripsi antara lain minimnya pengetahuan mengenai teori dan metodologi penelitian, kesulitan mencari referensi, minimnya motivasi mengerjakan skripsi, dan komunikasi dengan dosen pembimbing (ditemukan pula oleh Julita, 2015). Sementara itu, Hadiono (2017) menemukan bahwa faktor penghambat pengerjaan skripsi antara lain tidak senang dengan topik serta masalah lain-lain seperti masalah keuangan (ditemukan pula oleh Hariyadi dkk., 2017).

Data tersebut menunjukkan bahwa selain memerlukan kemampuan yang terkait akademik seperti kemampuan menganalisis dan berpikir kritis, serta mengungkapkan gagasan dalam bentuk tulisan, penyelesaian skripsi juga membutuhkan kemampuan meregulasi diri dan lingkungan. Regulasi diri dalam melakukan penelitian meliputi penggunaan strategi kognitif yang memungkinkan mahasiswa untuk memonitor, mengevaluasi, mencari solusi, dan mengorganisir pekerjaannya (Magno, 2011). Regulasi diri mengacu pada pikiran, perasaan, dan

tindakan yang dihasilkan sendiri yang direncanakan dan secara siklis disesuaikan dengan pencapaian tujuan pribadi (Zimmerman, 2000). Regulasi diri digambarkan sebagai sebuah siklus, karena *feedback* dari performa sebelumnya digunakan untuk melakukan penyesuaian-penyesuaian pada usaha berikutnya. Penyesuaian dibutuhkan karena faktor-faktor personal, perilaku, maupun lingkungan secara konstan mengalami perubahan dan harus diamati menggunakan *self-oriented feedback loops*.

Magno (2011) melakukan studi untuk mengukur hubungan *scientific thinking*, regulasi diri dalam melakukan penelitian, dan kreativitas dalam sebuah model pengukuran. Ia membuat 3 kelompok model untuk dilakukan analisis faktor konfirmatori: 1) *overall model* (melibatkan data subjek setingkat S-1 dan tingkat pascasarjana) 2) *undergraduate model* (melibatkan data subjek tingkat S-1), 3) *graduate model* (melibatkan data subjek tingkat pascasarjana). Berdasarkan serangkaian analisis statistik yang telah dilakukan pada ketiga model, diketahui bahwa *scientific thinking*, regulasi diri dalam melakukan penelitian, dan kreativitas saling berhubungan; dan ketiga model yang diuji merupakan model eksplanatori yang masuk akal. Kemudian, Wagener (2018) berusaha mengembangkan model untuk menjelaskan keterkaitan faktor-faktor yang berperan dalam pengerjaan tesis: regulasi kognisi, regulasi afeksi, dan relasi mahasiswa dengan pembimbingnya. Berdasarkan analisis yang dilakukan, diketahui bahwa regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan tesis berpengaruh positif terhadap performa dan afeksi dan berpengaruh negatif terhadap kebutuhan akan supervisi.

Sementara itu, berdasarkan studi yang dilakukan oleh Hardhito dan Leonardi (2016), diketahui bahwa 53,85% mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang menuntaskan skripsi dalam satu semester memiliki SRL yang termasuk dalam kategori tinggi; sementara mahasiswa yang menyelesaikan skripsi dalam lebih dari satu semester mayoritas (60,87%) memiliki SRL kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang tinggi dalam belajar berpeluang lebih besar untuk bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu.

Berdasarkan data di lapangan yang telah dijabarkan pada tabel 1.1. dan data-data dari studi terdahulu, dapat dilihat bahwa regulasi diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi perlu mendapatkan perhatian. Intervensi yang sudah pernah diterapkan untuk meningkatkan regulasi diri dalam konteks pendidikan antara lain konseling berbasis terapi realitas (Hajhosseini dkk., 2016) dan pelatihan (Dörrenbächer & Perels, 2016). Namun, dikarenakan jumlah individu yang ingin penulis jangkau jumlahnya cukup banyak, maka dengan alasan efisiensi penulis lebih berfokus mendalami literatur mengenai intervensi yang menggunakan metode pelatihan dalam mempertimbangkan intervensi yang akan digunakan dalam penelitian ini.

Dörrenbächer dan Perels (2016) melakukan evaluasi terhadap beberapa intervensi yang berbeda untuk meningkatkan SRL pada mahasiswa dengan cara menguraikan efek dari: 1) pelatihan strategi SRL, 2) diari pembelajaran, 3) kombinasi pelatihan SRL+diari pembelajaran. Pelatihan SRL dilakukan setiap pekan sekali selama 8 pekan masing-masing 90 menit, dengan dibina oleh trainer

profesional (mahasiswa program doktoral dari jurusan ilmu pendidikan) yang didampingi dengan *co-trainer* yang merupakan sarjana psikologi. Semua sesi memiliki struktur yang sama: setelah penyampaian teori oleh trainer, partisipan harus mengerjakan lembar kerja yang sudah disediakan. Metode ini dilakukan untuk membuat peserta semakin memahami dan mendalami strategi SRL yang sudah diajarkan. Pada akhir setiap sesi, partisipan menerima buklet yang berisi informasi mengenai strategi-strategi yang sudah diperoleh guna memperluas pemahaman mereka di rumah. Partisipan mendapatkan pekerjaan rumah berupa lembar kerja yang berisi open-ended questions yang akan menstimulasi peserta untuk melakukan refleksi pembelajaran. Setiap sesi menerapkan komponen SRL yang spesifik (kecuali sesi 1 yang digunakan untuk pengambilan data dan pengenalan, dan sesi 8 yang digunakan untuk pemberian umpan balik).

Untuk mengembangkan diari pembelajaran yang terstandar, peneliti mengembangkan 47 aitem yang direkomendasikan oleh Schmitz dan Wiese (2006, dalam Dörrenbächer & Perels, 2016) untuk meningkatkan monitoring diri dalam proses pembelajaran. Diari tersebut berbasis pada model SRL Zimmerman dan mencakup semua fase dalam siklus SRL. Bagian pertama diari mencakup aitem-aitem tentang *forethought phase*, yang mana partisipan diminta untuk mengisinya di pagi hari sebelum pembelajaran. Bagian kedua berfokus pada *performance phase* dan *reflection phase*, yang mana dikerjakan oleh partisipan ketika petang atau setelah belajar. Dalam 7 minggu periode intervensi, partisipan menerima buklet dan 7 diari setiap minggunya. Maka secara keseluruhan partisipan menulis diari selama 49 hari.

Dari penelitian yang melibatkan 244 mahasiswa dari berbagai jurusan tersebut, diperoleh kesimpulan bahwa pelatihan berpengaruh positif terhadap SRL mahasiswa. Diketahui pula bahwa penggunaan diari pembelajaran tidak berpengaruh terhadap SRL. Sementara itu, kombinasi dua metode tersebut merupakan metode yang paling efektif untuk meningkatkan SRL, yang mana efek ini ditemukan stabil selama delapan pekan setelah *post-test*.

Meskipun studi terdahulu telah membuktikan efektivitas pelatihan untuk meningkatkan SRL, namun metode tersebut memiliki kelemahan yaitu jumlah individu yang bisa dijangkau dalam satu waktu terbatas. Begitu pula jika intervensi ini ingin dilakukan untuk menjangkau mahasiswa yang sangat banyak dalam universitas. Kendala utama terletak pada efisiensi waktu dan biaya. Sementara di sisi lain, dengan intervensi ini pihak universitas dapat membantu mahasiswanya untuk lebih efektif dalam menuntaskan studinya khususnya dalam menyelesaikan skripsi.

Maka dari itu, Bellhäuser dkk (2016) mengembangkan dan menguji secara empiris pelatihan berbasis web untuk meningkatkan SRL. Terdapat empat kelompok dalam studi ini: 1) Mengikuti pelatihan berbasis web dan memiliki diari daring, 2) mengikuti pelatihan berbasis web namun tidak memiliki diari daring, 3) memiliki diari daring namun tidak mengikuti pelatihan berbasis web, serta 4) tidak mengikuti pelatihan dan tidak memiliki diari daring. Peran *trainer* dalam pelatihan ini digantikan oleh tokoh kartun pada video yang dapat diakses oleh peserta melalui web yang tersedia.

Studi ini melibatkan 166 mahasiswa dari jurusan yang berorientasi pada matematika (ilmu komputer, teknik sipil, teknik mesin, atau matematika). Intervensi diberikan pada mahasiswa baru yang menempuh *mathematics preparation course* yang dilakukan selama 4 minggu tepat sebelum mahasiswa memasuki semester pertama. Pada permulaan kelas, partisipan diberi waktu 3 hari untuk menyelesaikan *pre-test* yang terdiri dari kuesioner, tes pengetahuan SRL, dan tes matematika. Kemudian, partisipan memiliki kesempatan untuk mengakses pelatihan berbasis web dan menulis diari pembelajaran secara daring. Pada akhir *mathematics preparation course*, partisipan mendapatkan waktu tiga hari untuk menyelesaikan *post-test*. Hasil dari studi tersebut adalah pelatihan berbasis web menunjukkan efek yang signifikan, namun tidak dengan diari daring. Efek positif utamanya pada tes pengetahuan, kuesioner SRL, dan *self-efficacy*. Namun, efek yang agak negatif ditemukan pada tes matematika. Peningkatan *self-efficacy* nampak di semua kelompok, namun peningkatan yang lebih signifikan terjadi pada dua kelompok pelatihan.

Broadbent dkk. (2020) berusaha mereplikasi dan meluaskan temuan Bellhäuser dkk. (2016) tersebut dengan melibatkan mahasiswa lintas disiplin untuk menguji efektivitas intervensi pelatihan daring dan menulis diari yang berbasis aplikasi hp. Dari studi tersebut diperoleh kesimpulan bahwa intervensi kombinasi menunjukkan perbaikan yang paling tinggi terhadap persepsi penggunaan strategi SRL. Kemudian, pelatihan daring saja (tanpa diari) menunjukkan perubahan yang lebih baik ketimbang kelompok kontrol. Sementara

itu tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi diari saja dengan kelompok kontrol.

Partisipan pada kelompok intervensi kombinasi menunjukkan peningkatan pada strategi kognitif (elaborasi, organisasi, dan berpikir kritis), metakognitif, dan manajemen sumber (manajemen waktu dan regulasi usaha). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan pelatihan dan memiliki diari belajar menunjukkan kemampuan untuk mengelola diri dan lingkungannya selama mengerjakan tugas pembelajaran, menghindari distraksi, mengatasi prokrastinasi, dan bertahan dalam menekuni suatu tugas.

Berbeda dengan Bellhäuser dkk. (2016) yang menemukan terjadinya penurunan penggunaan strategi pasca pelatihan, Broadbent dkk. (2020) menemukan bahwa pelatihan daring yang melibatkan mahasiswa dari berbagai multidisiplin ini dapat meningkatkan regulasi mahasiswa tanpa mempertimbangkan disiplin ilmu mereka. Perbedaan hasil juga nampak pada variabel dependen *self-motivational belief*. Pada penelitian Bellhäuser dkk. (2016), terjadi peningkatan *self-efficacy* di semua kelompok, namun 2 kelompok pelatihan menunjukkan skor yang lebih tinggi secara signifikan. Sementara itu, pada studi Broadbent dkk. (2020), hanya kelompok pelatihan saja yang teridentifikasi memberikan efek positif yang signifikan terhadap *self-motivational belief*. Hasil yang demikian tidak ditemukan di kelompok kombinasi.

Sejauh penelusuran yang penulis lakukan, penulis baru menemukan dua studi mengenai pengaruh pelatihan SRL berbasis web terhadap kemampuan SRL mahasiswa. Dilihat dari sudut pandang hasil, keduanya menunjukkan hasil yang

tidak sama. Penyebabnya antara lain karena pada penelitian Bellhäuser (2016), hanya melibatkan mahasiswa di disiplin ilmu yang sama sementara Broadbent dkk. (2020) melibatkan mahasiswa dari disiplin ilmu yang beragam. Adanya perbedaan hasil tentang efektivitas di beberapa aspek serta kepraktisan metode intervensi yang digunakan, sehingga ada peluang bahwa metode tersebut dapat menjadi menjadi solusi bagi pihak-pihak terkait yang ingin mengadakan pelatihan SRL untuk peserta dalam jumlah banyak, namun sumber daya yang dimiliki terbatas, membuat penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian serupa lebih lanjut.

Penulis ingin melakukan pengembangan atas dua penelitian terdahulu tersebut. Bellhäuser dkk. (2016) serta Broadbent dkk. (2020) sudah menggunakan video, maka penulis mencoba menggunakan media komik. Pemilihan media komik didasari alasan karena komik adalah media yang mencakup visual dan tekstual, yang mana beberapa elemen dapat digunakan secara bersamaan untuk membangun pemahaman dari keseluruhan sumber (Rice dkk., 2021). Aspek multi modal dari komik ini memudahkan pembaca dalam memahami bacaan dibandingkan jika yang disajikan hanya berupa tulisan. Sifat komik yang multi modal membuat komik bukan hanya menarik bagi anak-anak, namun juga memberikan keuntungan bagi individu mulai usia remaja sampai lansia. Pada individu yang usianya termasuk dalam kategori dewasa muda, komik edukasi terkait kesehatan fisik maupun mental berpotensi menumbuhkan *self-awareness*, menguatkan keyakinan, empati, pertemanan, dan sebagai sarana untuk mengeksplorasi dampak penyakit yang diderita terhadap hubungan keluarga

(McNicol, 2016). Kemudian, komik berbasis web sebagai salah satu komponen dalam aplikasi untuk yang dibuat dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental individu usia 12-25 tahun (Alvarez-Jimenez dkk., 2020). Komik juga dijadikan sebagai salah satu komponen dalam intervensi psikologis berbasis media sosial, sebagai bagian dari terapi untuk mengatasi kecemasan sosial (Rice dkk., 2021). Di sisi lain, penulis belum menemukan penelitian terkait komik sebagai intervensi di bidang psikologi pendidikan.

Selain menggunakan video, Bellhäuser dkk. (2016) serta Broadbent dkk. (2020) juga menggunakan intervensi diari. Dari kedua studi tersebut diketahui bahwa penggunaan diari tidak berpengaruh terhadap SRL. Sebagai bentuk pengembangan, dalam studi ini penulis juga menggunakan intervensi diari, namun penulis mengembangkan sistem agar subjek penelitian dapat saling melihat diari satu sama lain melalui web yang tersedia. Penggunaan diari adalah metode untuk menerapkan prinsip *self-recording*. *Self-recording* merupakan teknik *self-observation* yang dapat meningkatkan *proximity*, *informativeness*, akurasi, dan valensi dari feedback secara signifikan (Zimmerman & Kitsantas, 1996 dalam Zimmerman, 2000). Sementara itu, pengembangan berupa akses partisipan terhadap jurnal harian partisipan yang lain akan membuka peluang bagi partisipan tersebut untuk mengevaluasi dirinya berdasarkan performa partisipan yang lain, yang mana hal ini disebut oleh Zimmerman (2000) mengevaluasi diri berdasarkan *normative criteria*.

Proses penyusunan konten dalam komik maupun diari akan mengacu pada penjelasan Pintrich (2004) tentang konten dan proses *self-regulated learning*.

Menurut Pintrich (2004); *self-regulated learning* terdiri dari 4 fase, yakni: 1) *forethought, planning, & activation*; 2) *monitoring*; 3) *control*; 4) *reaction & reflection*. Kemudian, komponen yang menyusunnya ialah: *regulation of cognition, regulation of motivation and affect, regulation of behavior*, dan *regulation of context*. Maka dari itu, urutan cerita serta penugasan yang nantinya akan diterima oleh para pengguna komik akan disesuaikan dengan urutan fase dan komponen-komponen tersebut. Pemilihan teori tersebut sebagai acuan dalam penyusunan komik dan diari dilandasi oleh studi-studi terdahulu tentang pentingnya memperhatikan fase *self-regulated learning* (Bellhäuser et al., 2016; Broadbent et al., 2020) serta berbagai studi yang menginformasikan tentang usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self-regulated learning* adalah dengan menasar salah satu ada beberapa komponen yang menyusun *self-regulated learning*: penggunaan teknologi yang membantu *user* untuk memperbaiki proses *self-regulated learning* (Azevedo et al., 2009; Kauffman et al., 2011), penggunaan portofolio belajar sebagai sarana untuk melakukan refleksi terhadap proses belajarnya beserta keterampilan untuk menetapkan target untuk pembelajaran terdekat serta kemampuan untuk memenuhi kebutuhan belajar (Alexiou & Paraskeva, 2010; Šliogerienė, 2016), menuliskan jurnal pembelajaran (Cazan, 2012), memberikan pelatihan kepada siswa tentang bagaimana menetapkan tujuan, memilih dan memantau efektivitas strategi, membuat atribusi strategis, serta melakukan penyesuaian tujuan dan strategi (Cleary, 2004)

Akhirnya, dengan mengembangkan web berisi komik dan diari yang berisi tentang edukasi mengenai SRL dalam menyelesaikan skripsi, penulis berharap

dapat menjadi rujukan bagi pemangku kebijakan di universitas-universitas untuk bisa memberikan dukungan lebih kepada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi.

1.2. *Identifikasi Masalah*

Sebagai insan dewasa, mahasiswa diharapkan dapat menjadi pembelajar yang aktif sekaligus bebas namun bertanggung jawab. Selain itu, mahasiswa diharapkan dapat mengikuti regulasi yang berlaku di universitas. Namun, sebagai pembelajar dewasa yang diharapkan bisa belajar secara optimal sekaligus mengikuti peraturan yang berlaku, nampak bahwa sebagian mahasiswa belum bisa meregulasi dirinya dengan baik. Berdasarkan data akademik Fakultas Psikologi UNAIR (2018, dalam Muasyaroh, 2018), masih ada 166 mahasiswa angkatan 2011 hingga 2013 yang belum menyelesaikan studinya sampai semester genap di tahun 2018. Kemudian berdasarkan data dari bagian akademik fakultas-fakultas yang ada di Universitas Airlangga, masih cukup banyak mahasiswa mulai angkatan 2013-2016 yang belum lulus setelah yudisium Desember 2020. Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan terhadap 43 mahasiswa S-1 Unair yang sedang menyelesaikan skripsi, diketahui bahwa hambatan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi antara lain menyangkut manajemen waktu dan prokrastinasi, yang mana dua hal ini berkaitan erat dengan regulasi diri (Wolters dkk., 2017; Wolters & Brady, 2021; Yamada dkk., 2016). Selain itu, diketahui pula bahwa 74,4% mahasiswa memiliki target dalam menyelesaikan skripsi, sementara sisanya belum memiliki. Namun, hanya 20,9% subjek yang sudah mencapai target yang ditetapkannya. Kemudian, diketahui pula bahwa 58,1% mahasiswa melakukan evaluasi diri atas performanya dalam mengerjakan skripsi,

sementara sisanya tidak melakukan evaluasi. Penentuan target dan evaluasi diri dalam proses belajar adalah bagian dari regulasi diri atau *self-regulated learning* (P. R. Pintrich, 2000, 2004; Zimmerman, 2000).

Salah satu bentuk intervensi yang bisa diberikan untuk meningkatkan regulasi diri adalah dengan metode pelatihan. Pada studi yang paling mutakhir, para peneliti menggunakan metode intervensi pelatihan berbasis web sebagai solusi untuk pelatihan konvensional yang dianggap kurang efisien dari segi waktu dan biaya. Maka dari itu, Bellhäuser dkk. (2016) serta Broadbent dkk. (2020) berusaha mengembangkan dan menguji secara empiris pelatihan dan penggunaan diari berbasis web untuk meningkatkan *self-regulated learning*. Namun, hasil-hasil dari kedua penelitian tersebut masih belum konsisten.

Namun, intervensi tersebut memiliki peluang untuk dapat diadopsi pula oleh universitas-universitas di Indonesia, yang notabene selama ini belum pernah mengadakan intervensi yang secara spesifik menasar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan pengembangan atas dua penelitian terdahulu tersebut. Bellhäuser dkk. (2016) serta Broadbent dkk (2020) sudah menggunakan video, maka penulis mencoba menggunakan media komik. Pemilihan media komik didasari dengan alasan karena komik adalah media yang mencakup visual dan tekstual, yang mana beberapa elemen dapat digunakan secara bersamaan untuk membangun pemahaman dari keseluruhan sumber (Rice dkk., 2021). Aspek multi modal dari komik ini membuatnya bermanfaat untuk memudahkan pembaca dibandingkan jika yang disajikan hanya berupa tulisan. Sifat komik yang multi modal membuat komik bukan hanya

menarik bagi anak-anak, namun juga memberikan keuntungan bagi individu mulai usia remaja sampai lansia (Alvarez-Jimenez dkk., 2020; Anggraeni et al., 2015; Inaoka dkk., 2022; Leung dkk., 2018; Rosas-Blum dkk., 2018). Selain itu, komik juga telah diuji sebagai media untuk intervensi di bidang kesehatan mental (Alvarez-Jimenez dkk., 2020; McNicol, 2016; Rice dkk., 2021). Di sisi lain, penulis belum menemukan penelitian terkait komik sebagai intervensi di bidang psikologi pendidikan.

Selain menggunakan video, Bellhäuser dkk. (2016) serta Broadbent dkk (2020) juga menggunakan intervensi diari. Dari kedua studi tersebut diketahui bahwa penggunaan diari tidak berpengaruh terhadap SRL. Sebagai bentuk pengembangan, dalam studi ini penulis juga menggunakan intervensi diari, namun penulis mengembangkan sistem agar subjek penelitian dapat saling melihat diari satu sama lain melalui web yang tersedia; yang mana penulis mengasumsikan bahwa dengan sistem tersebut akan meningkatkan persepsi akan dukungan sosial yang diterima.

1.3. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah:

1. Apakah penerapan intervensi komik berbasis web efektif dalam meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi?
2. Apakah penerapan intervensi diari berbasis web efektif dalam meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi?

3. Apakah penerapan kombinasi komik dan diari berbasis web efektif dalam meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi?

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui efektivitas intervensi komik berbasis web dalam meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi
2. Untuk mengetahui efektivitas intervensi diari berbasis web dalam meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi
3. Untuk mengetahui efektivitas intervensi kombinasi komik dan diari berbasis web dalam meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam mengerjakan skripsi

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis penelitian ini ialah menambah khazanah studi ilmiah mengenai intervensi berbasis web untuk meningkatkan regulasi diri

1.5.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini ialah menjadi rujukan bagi pihak yang berwenang di universitas-universitas dalam memberikan dukungan bagi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.