

## Regulasi Belajar Mahasiswa Rantau Jurusan Psikologi Semester 5 Universitas Negeri Malang yang Bekerja

Ardha Reza Anabillah, Azzahra Fancika Putri Kurniawan, Mutia Husna Avezahra\*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: mutia.husnaavezahra.fpsi@um.ac.id

### Abstract

Working while in college or studying while working is not a new thing to be found in the world of lectures. There are many reasons for students. The challenge for students who also work is the division of time between study and work. One of the main competencies for successfully living life as a worker and a student is self-regulation learning. The purpose of this research is to find out how self-regulation learning is aimed at students at State University of Malang majoring in Psychology in semester 5 who live a life of migrating and working in terms of students' ability to regulate and monitor their thoughts, feelings, and behavior in carrying out their assignments. as a student who has responsibility as an academic scientist on campus and as a working person. This study uses a qualitative approach method. This study uses 5 people as informants. Using a phenomenological research type, research data were obtained by conducting participant observation, document analysis, in-depth interviews, and Focus Group Discussion (FGD). The results of the study show that the motivation behind them is studying while working because they want to live independently.

**Keywords:** self-regulation, wandering students, working students

### Abstrak

Bekerja sambil kuliah atau kuliah sambil bekerja bukanlah hal baru ditemui dalam dunia perkuliahan. Ada banyak hal yang menjadi alasan bagi mahasiswa. Tantangan bagi mahasiswa yang juga bekerja adalah pembagian waktu antara kuliah dan bekerja. Salah satu kompetensi utama untuk sukses menjalani kehidupan sebagai seorang pekerja dan seorang mahasiswa ialah *self-regulation learning*. Tujuan dari diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *self-regulation learning* yang ditujukan kepada mahasiswa Universitas Negeri Malang jurusan Psikologi pada semester 5 yang menjalani kehidupan merantau dan bekerja dalam kaitannya dalam hal kemampuan mahasiswa ketika mengatur dan memonitor pikiran, perasaan, dan perilakunya dalam menjalankan tugas sebagai mahasiswa yang mempunyai tanggung jawab sebagai ilmuwan akademik dikampus dan sebagai orang yang bekerja. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif. Penelitian ini menggunakan 5 orang sebagai narasumber. Menggunakan tipe penelitian fenomenologi, data penelitian didapat dengan melakukan observasi partisipan, analisis dokumen, wawancara mendalam, dan *Focus Group Discussion* (FGD). Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi yang melatarbelakangi mereka berkuliah sambil bekerja karena ingin hidup secara mandiri.

**Kata kunci:** regulasi diri, mahasiswa rantau, mahasiswa bekerja

### 1. Pendahuluan

Merantau atau pergi dari desa atau kota tempat asalnya dalam rangka mendapat pendidikan yang lebih tinggi merupakan salah satu tujuan para lulusan SMA untuk melanjutkan predikat mereka menjadi seorang mahasiswa. Sebagai seorang mahasiswa tentunya akan memiliki kebutuhan yang lebih besar dibandingkan ketika masih menjadi seorang pelajar SMA. Dalam peranannya sebagai mahasiswa salah satu kebutuhan yang utamanya, yakni kebutuhan akan pendidikan. Menjalankan pendidikan di lingkungan perkuliahan merupakan upaya mahasiswa untuk menyiapkan SDM bagi pembangunan bangsa dan negara (Mu'min, 2016). Secara lebih rinci dalam menunjang pencapaian kelancaran dalam

pendidikan yang lebih optimal maka kebutuhan mahasiswa yang diperlukan seperti: makan, kos, bensin, jajan, pulsa, perawatan diri, servis motor, dan lain-lain (Suriana & Hasdina, 2021). Segala macam kebutuhan akan hidup yang semakin meningkat membuat mahasiswa harus mencari solusi untuk mampu mencukupi kebutuhannya untuk pendidikan dan juga untuk biaya hidupan

Salah satu cara menangani masalah finansial tersebut bagi beberapa mahasiswa ialah dengan menumbuhkan minat berwirausaha. Seperti yang diungkapkan oleh (Dami & Parikaes, 2018) minat usaha adalah keinginan atau ketertarikan individu melalui ide-ide yang dimiliki untuk mau bekerja atau usaha untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dengan pola pikir yang kreatif dan perilaku inovatif. Untuk memenuhi kebutuhan kuliah dan biaya hidup yang meningkat, mahasiswa yang bekerja memilih waktu bekerja secara penuh atau paruh waktu (*freelance*). Dalam penelitian (Lenaghan, 2007) ditemukan fakta bahwa banyak orang tua tidak dapat lagi mendukung atau menanggung biaya keuangan dengan sepenuhnya dari pendidikan perguruan tinggi. Selain itu, jumlah beasiswa yang terbatas serta seleksi yang kompetitif tidak cukup untuk memenuhi semua biaya. Maka mahasiswa memilih untuk bekerja selama menempuh pendidikan di perkuliahan. Ketika mahasiswa terlibat dalam suatu pekerjaan dan peran sebagai mahasiswa di perguruan tinggi dikhawatirkan motivasi mahasiswa untuk terlibat dalam tugas kuliah akan berkurang (Mardelina & Muhson 2017).

Mahasiswa yang berkuliah sambil melakukan suatu pekerjaan atau wirausaha dituntut agar tetap mampu mengerjakan tugas-tugas dan tanggung jawab akan kuliahnya dengan baik, dimulai dari manajemen waktu antara mana waktu yang digunakan untuk kuliah dengan mana waktu yang diharuskan ia pergunakan untuk melakukan kegiatan kerjanya, bagaimana ia mendisiplinkan urusan perkuliahan dan urusan pekerjaannya, dan tetap menjaga kesehatannya (Sinatriya, 2018). Proses pembelajaran bukanlah sesuatu yang dapat dihadapi dengan mudah karena bukan hanya mendengarkan materi yang disuguhkan dosen. Namun, juga banyak rangkaian lainnya yang dilakukan untuk mendapatkan hasil belajar sesuai dengan yang diharapkan. Semakin tinggi tingkat pendidikan kita maka semakin banyak kebutuhan yang akan bermunculan seperti halnya ketika sudah memasuki perguruan tinggi. Kuliah sambil bekerja merupakan fenomena yang umum terjadi, namun hal tersebut juga tentunya akan menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa yang melakukannya. Tantangan tersebut bisa berupa waktu yang lebih sedikit untuk belajar (Mardelina & Muhson, 2017).

Konsep regulasi diri (Sinatriya, 2018) dalam pernyataannya mengatakan bahwa regulasi diri adalah kemampuan mahasiswa untuk mengatur pencapaian dengan usaha sendiri tanpa bantuan orang lain untuk menentukan target yang telah direncanakan dan memberikan penghargaan pada diri sendiri karena telah mewujudkan tujuan yang mereka inginkan serta memberikan hukuman untuk diri sendiri ketika tidak dapat mencapai tujuan yang di inginkan.

Menurut Zimmerman (dalam Ghufron dan Risnawati, 2011) menyatakan regulasi diri dalam belajar mencakup tiga aspek yang dapat diaplikasikan dalam belajar, yaitu: 1. Metakognitif ialah bagaimana seorang individu dapat merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri dalam proses belajarnya, 2. Motivasi ialah bagaimana seorang individu mempunyai motivasi dan kepercayaan diri terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu hal, 3. Perilaku ialah bagaimana cara atau upaya individu untuk memanfaatkan atau menciptakan lingkungan demi mendukung aktivitasnya. Dalam tahapan pada proses regulasi diri diantaranya adalah *receiving, evaluating, searching, formulating, implementing, assessing*

(Manab, 2016). Dengan demikian adanya regulasi diri dalam diri mahasiswa, maka akan membuat mereka mampu melakukan aktivitas dalam keseharian yang mencakup pemikiran, perilaku, serta perasaan yang berulang demi mencapai tujuan yang sudah ditentukan sebelumnya. Ketika mahasiswa memiliki kemauan untuk terjun dalam dunia kerja, diharapkan mempunyai persiapan diri baik mental atau cara regulasi diri yang tepat agar proses perkuliahan dan pekerjaan tetap terlaksanakan tanpa adanya gangguan. Regulasi diri memuat hal-hal penting dalam kehidupan yang cukup luas, termasuk dalam bidang akademik. Pelajar yang mampu melakukan meregulasi dirinya cenderung mempunyai prestasi akademik. Mereka mampu belajar secara efektif dengan mengkombinasikan keterampilan belajar akademis dan kegiatan bekerja di luar perkuliahan (Dualay & Rola, 2009).

Membangun motivasi dalam proses pembelajaran, merupakan suatu tantangan bagi para pelajar. Proses regulasi diri memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Karakteristik pelajar yang memiliki regulasi diri memiliki tujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi, menyadari keadaan emosi, mengupayakan pengelolaan emosi, secara periodik memonitor kemajuan ke arah tujuannya, menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat dan mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan (Zimmerman, 1998).

Memilih untuk menjadi mahasiswa dan pekerja tentu membawa keuntungan dan kerugian tersendiri bagi keberlangsungan pendidikan seorang mahasiswa. Seperti yang dikatakan oleh (Daulay, 2009), bahwa mahasiswa yang melakukan kerja paruh waktu dilatarbelakangi oleh beberapa faktor seperti masalah ekonomi, mengisi waktu luang yang kosong, ingin hidup mandiri dan mencari pengalaman baru. Di sisi lain, pekerjaan juga memberi hal positif bagi para mahasiswa. Seperti yang diungkapkan Kompas Cyber Media dalam (Dudija, 2011), mahasiswa yang bekerja memiliki beberapa keuntungan penting, diantaranya adalah mahasiswa memiliki kemampuan untuk melakukan pekerjaan langsung, kemampuan untuk lebih mandiri dan konsisten, serta kemampuan untuk berpikir lebih kreatif, dan profesional. Oleh karena itu, salah satu manfaat menjadi mahasiswa yang bekerja adalah memungkinkan mahasiswa untuk menerapkan ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan dalam praktik. Selain itu, ada manfaat lain yang membantu orang tua membayar uang kuliah, mendapatkan pengalaman kerja, dan menjadi mandiri secara finansial. Menurut Posner (2000) Mekanisme regulasi diri membuat mahasiswa memiliki sikap mandiri, tetapi mahasiswa yang bekerja paruh waktu harus mengorbankan banyak hal, seperti efek negatif dari berinteraksi dengan teman dan istirahat pada akhirnya dapat mempengaruhi aktivitas belajar mahasiswa dan kinerja akademik mahasiswa itu sendiri. Berdasarkan pandangan tersebut, penelitian ini dibuat dengan tujuan untuk mengungkapkan atau membahas kembali bagaimana cara mahasiswa Psikologi offering A Universitas Negeri Malang yang berkuliah sambil bekerja, dalam melakukan regulasi belajar di dalam dunia perkuliahan mereka.

## **2. Metode**

Penelitian ini menggunakan jenis metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Menurut Hasbiansyah (2008) fenomenologi merupakan pendekatan yang dilakukan untuk mengungkapkan, mempelajari, serta memahami suatu fenomena beserta konteksnya yang khas dan unik yang dialami oleh individu hingga tataran keyakinan individu yang bersangkutan. Dengan demikian jenis penelitian yang dilakukan untuk mengungkapkan realitas sosial yang sesungguhnya dengan menggali, mengobservasi, dan meringkas berbagai

kondisi dan situasi yang telah ditentukan dari hasil data dan tindakan yang diperoleh. Selanjutnya peneliti mengonstruksikan seluruh penjelasannya tentang makna dan esensi dari pengalaman penelitian.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Negeri Malang dengan mahasiswa psikologi angkatan 2020 semester 5 sebagai sasaran partisipan. Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang sedang aktif dalam perkuliahan dan sedang bekerja. Alasan peneliti menetapkan subjek dan kriteria tersebut karena didasarkan fakta mahasiswa pertengahan semester yang sudah lama mengikuti perkuliahan dan telah banyak mengeluarkan biaya pembayaran (Mu'min, 2016). Sedangkan apabila perkuliahan ditambah dengan kondisi merantau yang mengharuskan mahasiswa dapat memenuhi kebutuhan hidupnya secara mandiri. Selain itu, pada semester 5 ini beban dan tanggung jawab mahasiswa mengikuti pembelajaran di perkuliahan juga semakin berat. Oleh karena itu, peneliti ingin mengungkap regulasi belajar yang dialami mahasiswa rantau semester 5.

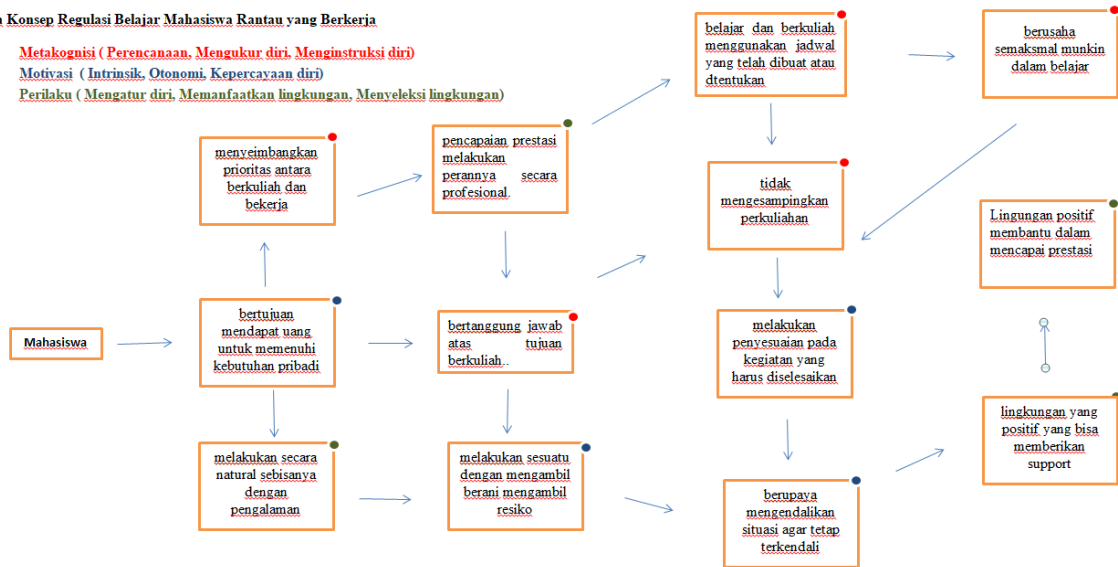
Dalam pengumpulan data peneliti menggunakan teknik wawancara dan observasi dengan menjelaskan makna dari partisipan yang mengalami fenomena seperti yang dimaksudkan dalam penelitian. Pertanyaan yang diajukan dalam penelitian tidak berstruktur, dan dalam suasana bebas. Peneliti mencoba menghilangkan kesan formal, dengan menyesuaikan keadaan. Sedangkan untuk observasi yang dilakukan ialah dengan mengamati situasi dan fenomena sebenarnya maupun situasi buatan kemudian dilakukan pencatatan yang bersifat sistematis, logis, objektif, dan rasional.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Mahasiswa rantau yang memilih untuk kuliah di kota Malang, memiliki rata-rata masalah yang sama yaitu masalah keuangan dan ingin bekerja untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka tanpa menyusahkan orang tua. Karena hal itu, mereka akhirnya memutuskan untuk menambah uang saku mereka dengan bekerja. Setelah melakukan dua kegiatan secara bersamaan. Tentunya diperlukan adanya regulasi diri dalam belajar untuk mengontrol bagaimana jalannya dua kegiatan tersebut secara bersamaan, tanpa membebani kegiatan belajar mereka. Adapun aspek dari regulasi diri dalam belajar menurut Dami & Parikaes (2018) antara lain metakognisi, motivasi, dan perilaku. Dari ke 3 aspek tersebut masih dibagi lagi menjadi aspek-aspek lainnya. Seperti dalam aspek metakognisi dibagi menjadi 4 aspek penting terkait perencanaan, mengorganisasi diri, mengukur diri, dan menginstruksi diri. Dalam aspek motivasi dibagi menjadi 3 aspek penting terkait intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri. Dan dalam aspek perilaku dibagi menjadi 3 aspek penting yaitu mengatur diri, memanfaatkan lingkungan, dan menyeleksi lingkungan.

Peta Konsep Regulasi Belajar Mahasiswa Rantau yang Berkerja

- **Metakognisi (Perencanaan, Mengukur diri, Menginstruksi diri)**
- **Motivasi (Intrinsik, Otonomi, Kepercayaan diri)**
- **Perilaku (Mengatur diri, Memanfaatkan lingkungan, Menveleksi lingkungan)**



**Gambar 1. Peta Konsep Regulasi Belajar Mahasiswa Rantau Jurusan Psikologi Semester 5 Universitas Negeri Malang Yang Bekerja**

Dari hasil penelitian pada peta konsep diatas menunjukkan bahwa mahasiswa rantau jurusan Psikologi Universitas Negeri Malang bekerja dilatarbelakangi karena ingin memenuhi kebutuhan pribadi tanpa membebani orangtua. Sebagai seorang mahasiswa rantau kebutuhan akan dunia perkuliahan sudah menjadi kebutuhan tambahan yang tentunya memerlukan pengeluaran tambahan juga. Mahasiswa rantau yang bekerja pun memiliki tujuan bekerja yang sama yaitu menghasilkan uang untuk memenuhi kebutuhan mereka tanpa melibatkan orang tua lagi. Mereka melakukan tanggung jawabnya dalam akademik dengan menyimbangkan prioritas dan berkomitmen terhadap pekerjaan yang dilakukan. Mereka tetap bertanggung jawab atas tujuan perkuliahan tersebut dan tidak mengesampingkan dunia perkuliahan mereka walaupun sambil bekerja. Mahasiswa berkeinginan untuk tetap dapat mencapai prestasinya dengan melakukan peran sebagai mahasiswa dan seorang pekerja secara profesional. Mereka menggunakan catatan jadwal yang dibuat dalam *handphone*, catatan kecil atau *note*. Dengan begitu mereka tetap dapat berusaha semaksimal mungkin dalam kegiatan belajar mereka.

Mereka melakukan aktivitas itu senatural mungkin dengan berbasis pengalaman yang mereka dapat sebelum atau pun sesudah memasuki dunia perkuliahan. Dengan jadwal yang mereka buat tadi, mereka melakukan penyesuaian pada kegiatan yang harus mereka selesaikan, mereka berusaha supaya kedua kegiatan tersebut tetap terkendali dan tidak mengorbankan salah satu kegiatan. Mahasiswa rantau berujar bahwa selain adanya komitmen, mereka juga berani dalam mengambil resiko yang ada. Banyaknya kendala juga tidak membuat mereka putus asa namun, tetap berusaha untuk menyelesaikan kedua kegiatan tersebut. Adanya lingkungan yang positif tentunya sangat membantu mahasiswa rantau melakukan pencapaian prestasi mereka, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan yang dapat memberikan *support* pada mereka supaya tetap bersemangat dan tidak berusaha menjerumuskan mereka dalam masalah.

## Perencanaan

P(1) memiliki gambaran tujuan pencapaian prestasi sebagai ilmuwan psikolog yang berkualitas. P(1) beranggapan bahwa bukan hanya kebutuhan saja yang harus dipenuhi namun juga kualitas dirinya.

"Yang pastinya karena jauh" merantau pengen jadi ilmuwan psikologi yang berkualitas, tidak hanya kebutuhannya aja dijalankan tapi punya kualitas" (W1.P1.7Nov22.030).

Sedangkan P(2) menganggap untuk saat ini ia hanya ingin bisa melakukan kedua kegiatan tersebut seperti biasanya, karena menurutnya kedua kegiatan tersebut sama-sama penting.

"Sebenarnya kalau dulu itu saya berharap nilainya tetep stabil ya... jadi ya saya ga bisa ngasih kuliah itu jadi prioritas pertama dan ngasih standar tinggi pencapaiannya jadi ya paling aman saya bisa dapet uang dan bisa lulus gitu aja udah" (W2.P2.14Nov22.032).

Cara partisipan untuk mencapai tujuan prestasi mereka adalah P(1) dan P(2) berusaha untuk tidak menegesampingkan perkuliahan mereka. Partisipan akan menyelesaikan tugas-tugas atau mengulang kembali pelajaran yang sudah mereka dapatkan saat mereka berkuliah.

"Dengan saya bekerja saya tidak mengesampingkan perkuliahan saya, memaksimalkan mengerjakan tugas.." (W1.P1.7Nov22.032).

"Untuk itu saya lagi berusaha untuk nyelesaiin tugas lebih awal... sama ngulang pelajarannya kembali sih dirumah kalau ada waktu luang gitu" (W2.P2.7Nov22.034).

P(1) beranggapan bahwa pencapaian prestasinya berjalan lancar karena adanya komitmen untuk mengusahakan supaya perkuliahan nya tidak lalai karena bekerja. Sedangkan P(2) menganggap bahwa pencapaian prestasinya belum terlalu lancar dan terkendala dalam *management* waktu, namun berusaha untuk tetap mengerjakan tugasnya.

"Karena saya mempunyai komitmen dari keputusan yang saya ambil...mengerjakan tugas, belajar" "intinya saya berusaha dengan semaksimal mungkin" (W1.P1.7Nov22.034).

"..jujur dari semester dua sampai sekarang saya masih ada kendala dalam manage waktu gitu...Jadi kalau dibilang lancar ya nggak lancar sih, cuman yang penting dikerjain aja.. di lakuin aja" (W2.P2.14Nov22.036)

Berdasarkan uraian di atas Mahasiswa rantau memiliki tujuan atau pencapaian prestasinya masing-masing, dan dalam mencapai tujuan tersebut meskipun mahasiswa juga sambil bekerja, mereka tidak mencampakkan tugas tugas atau kewajiban mereka dalam berkuliah. Mahasiswa berusaha semaksimal mungkin menyelesaikan tugas ataupun membaca ulang materi yang telah diperoleh sebelumnya. Mereka memiliki komitmen dalam menjalani kedua kegiatan tersebut, meskipun sedikit terbebani oleh pembagian waktunya.

## Mengorganisasi

Cara P(1) dalam mengorganisasi atau mengatur berbagai kegiatan yang ia jalani adalah dengan mengerjakan kedua kegiatan tersebut secara bersamaan bila memang ada waktu luang.

P(2) mengorganisasi kegiatannya dengan menggunakan catatan jadwal. Ia membuat catatan tersebut di *handphone*, atau catatan kecil. Hal itu ia lakukan untuk mengetahui kapan waktu luangnya.

“Tidak menutup kemungkinan saya mengerjakan pekerjaan dalam satu waktu mengerjakan dua pekerjaan yang berbeda, bisa jadi 2 sekaligus kalau misalnya bekerja sambil nugas” (W1.P1.7Nov22.036).

“Saya pakai ini sih.. nyatetin waktu-waktunya di hp sama di buku kecil gitu. Kayak saya kerja jam berapa, saya punya waktu luang di jam berapa...” (W2.P2.14Nov22.038).

Alasan yang membantu kedua partisipan dijabarkan oleh P(1) bahwa ada komitmen dalam dirinya yang kuat. Sedangkan P(2) merasa dirinya harus bisa, bagaimana caranya supaya tugasnya bisa selesai. Namun, ia juga tetap bisa bekerja karena merasa ia butuh uang.

“Komitmen yang kuat dari dalam diri diri saya membuat saya melakukan kegiatan belajar dan bekerja secara maksimal” (W1.P1.7Nov22.038).

“Alasannya ya.. mungkin lebih ke harus bisa, kayak misalnya kalau dalam tugas kuliah saya mikirnya kaya harus bisa saya selesaikan biar saya punya waktu buat ambil kerjaan tambahan kaya gitu sih.. (W2.P2.14Nov22.042).

Kedua partisipan P(1) dan P(2) merasa bahwa seringkali kedua kegiatan ini tidak berjalan dengan lancar. P(1) mengatakan bahwa permasalahannya adalah ketika ia harus menyelesaikan tugasnya namun keesokan harinya ia harus bekerja. Namun ia akan bekerja dan belajar lebih keras untuk keesokan harinya. P(2) mengatakan bahwa jadwal yang ia buat sering tidak sesuai, banyak yang bertabrakan satu sama lain, dan ia merasa stress ketika jadwal yang sudah ia buat berantakan.

“...sekarang harus menyelesaikan tugas kuliah yang harus diselesaikan sekarang akan tetapi saya harus bekerja besok... konsekuensinya untuk hari selanjutnya menjadi beban saya untuk bekerja dan belajar lebih keras lagi” (W1.P1.7Nov22.040).

“Kalau dibilang ngga sesuai sama jadwal, sering sih sebenarnya...misalnya suatu hal tidak berjalan sesuai dengan apa yang saya catat biasanya saya agak stress gitu. Intinya semua hal itu harus sesuai sama waktunya...” (W2.P2.14Nov22.044).

Berdasarkan uraian di atas bisa disimpulkan bahwa cara mahasiswa rantau mengorganisasi kegiatannya adalah dengan membuat jadwal, atau dengan mengerjakan 2 kegiatan tersebut dalam waktu yang sama bila memang memungkinkan. Mereka memiliki kesadaran atau komitmen jika memang diharuskan untuk tetap fokus pada kegiatan belajarnya sekalipun melakukan kegiatan lain. Ada kesamaan kendala pada mahasiswa rantau yang bekerja yaitu kesamaan dalam *manage* waktu. Ketidaksiesuaian dengan jadwal yang sudah dibuat, mahasiswa rantau merasa kesusahan atau stress ketika memang ada kendala di dalam kedua kegiatan mereka, namun tetap mengusahakan semaksimal mungkin supaya kedua kegiatan tersebut tetap berjalan sesuai dengan jadwal.

### Mengukur diri

P(1) beranggapan bahwa selama ia bisa ia mampu melakukan kegiatan tersebut, berbekal pengalaman ia jadi mengetahui kemampuan yang ia miliki. P(2) merasa bahwa ia belum sepenuhnya yakin jika ia bisa melewati semester ini sambil bekerja, namun ia tetap menjalani hal itu karena ia merasa keduanya kegiatan yang sama-sama penting.

“Selama saya bisa menjalankan berarti saya bisa, dan dari berbagai pengalaman yang sudah ada dan sudah tau dari pekerjaan yang akan dijalankan jadi tau kemampuanku ada disitu” (W1.P1.7Nov22.042).

“..Kayak belum sepenuhnya yakin bahwa saya mampu bertahan dengan kuliah sambil kerja sih sebenarnya...Jadi untuk dibilang mampu nggak nya sebenarnya saya ngga mampu sih di semester ini cuman, ya di jalani aja dulu lah” (W2.P2.14Nov22.046).

P(1) menceritakan bahwa kemampuan dirinya dalam bekerja dan berkuliah sudah cukup baik, hal itu dapat dibuktikan dengan pencapaian yang ia dapat dalam perkuliahan dan dalam pekerjaannya. P(2) beranggapan ketika dalam dunia pekerjaan ia lebih aktif, dan dalam perkuliahan nya ia merasa bahwa ia sering menunda-nunda tugasnya. Namun P(2) berusaha semaksimal mungkin supaya tugasnya selesai tepat pada waktu yang sudah ditentukan.

“Kalau dalam perkuliahan sendiri saya sudah baik terbukti dengan nilai yang baik dan menjalani perkuliahan dengan interaktif dan dipekerjakan saya bisa beradaptasi dengan baik dan beberapa dapat apresiasi dari kepala” (W1.P1.7Nov22.044).

“Kalau di bekerja saya itu lebih bisa aktif sih. Kalau kuliah kan saya mikir jadi kaya lebih ke procas(menunda). Tapi kalau di perkuliahan jadinya lebih sering menunda-nunda sih tapi ya tetep saya kerjakan dengan semaksimal mungkin...”(W2.P2.14Nov22.048).

Berdasarkan uraian di atas bisa disimpulkan bahwa mahasiswa rantau yang berkuliah sambil bekerja ini memiliki kemampuan untuk melakukan dua kegiatan yaitu berkuliah sambil bekerja dengan semaksimal mungkin. Mahasiswa tau bahwa mereka memiliki kewajiban untuk tetap menyelesaikan pekerjaan rumah atau tugas yang diberikan oleh dosen mereka. Meskipun dirasa agak sulit dalam semester ini namun mereka tetap mengusahakan supaya tidak ada tugas yang terlewat sehingga nilai mereka juga tetap aman.

### Instrinsik

Kedua partisipan merasa bahwa motivasi mereka mengerjakan dua pekerjaan sebagai mahasiswa dan pekerja adalah membahagiakan diri sendiri dan tentunya untuk mendapat uang. Hal itu diungkap oleh P(1) sebagaimana ia ingin membahagiakan dirinya sendiri dan memenuhi kebutuhan pribadinya dengan bekerja. P(2) mengatakan bahwa ia merasa senang ketika ia mendapatkan uang dari hasil jerih payahnya sendiri.

“Saya pengen membahagiakan diri sendiri, kalau di perkuliahan ingin jadi ilmuwan psikologi yang berkualitas kalau di pekerjaan saya ingin memenuhi segala kebutuhan saya yang harus terpenuhi” (W1.P1.7Nov22.050).

“Kalau dijawab jujur sih mbak ya.. motivasi nya tuh dapet uangnya ya. Karena kan kayak kalau dapet uang sendiri itukan kaya seneng ya. Di saat kita butuh kita punya uang sendiri...” (W2.P2.14Nov22.052).

P(1) dan P(2) merasa bahwa mereka tidak mendapat dukungan dari siapapun. P(1) mengungkapkan bahwa tidak ada dukungan dari lingkungan sekitarnya, semua yang ia lakukan berdasarkan keinginan dan motivasi dari dirinya sendiri, sedangkan P(2) juga merasakan hal yang sama, ia tidak mendapat dukungan dari orang tua dan temannya, pada akhirnya tetap melakukan kegiatan bekerja karena dirinya sendiri.

“Tidak ada, saya melakukan semuanya berdasarkan saya sendiri” (W1.P1.7Nov22.052).

“Kalau dukungan dari temen maupun orang tua sih saya ngerasanya ngga ada ya mba. Karena sebenarnya kalau dari orang tua tuh ngga setuju saya kuliah sambil kerja. Karena apa ya mereka takut kalau saya ngga fokus sama kuliah walaupun sebenarnya iya saya kurang fokus jadinya cuman, apa ya saya sempet komunikasiin juga sama orang tua kalau misalnya saya butuh uang gitu..Kalau temen sih ya biasa aja sih dukung atau nggak nya...” (W2.P2.14Nov22.054).

Motivasi kuat yang membuat partisipan melangkah maju ke depan mencapai tujuan prestasinya menurut P(1) adalah karena keinginannya untuk menjadi ilmuwan psikologi yang berkualitas. P(2) merasa motivasi nya dalam mencapai tujuan prestasi ini supaya ia tidak mengulang dan ia berusaha semaksimal mungkin mengerjakan tugasnya sesuai dengan tenggat waktu.

“Karena saya mencapai goal diperkuliahan menjadi ilmuwan psikologi yang berkualitas, dengan begitu saya merantau jauh-jauh tidak sia” (W1.P1.7Nov22.054).

“..karena jatohnya sekarang ini saya kayak yaudah yang penting sekarang ini dijalani aja. Kalau bisa ngga ada yang mengulang, ngga ada yang terlambat pokoknya harus bisa tepat waktu gitu, yang penting saya kerjain aja dulu gitu.” (W2.P2.14Nov22.056).

Bentuk usaha dari mencapai tujuan prestasi dari kedua partisipan adalah mengulang atau membaca kembali materi yang ada di dalam perkuliahan jika memang ada waktu luang. Tidak menutup kemungkinan seperti yang dilakukan oleh P(1) yaitu membawa buku ke tempat kerja dan membacanya saat luang. P(2) mengusahakan nilai akademiknya di perkuliahan tidak ada yang menyentuh abjad C,D atau E.

“Kalau misal saat bekerja saya ada waktu luang saya belajar perkuliahan dengan membaca buku yang saya bawa. Itu termasuk usaha karena saya menyempatkan waktu ketika bekerja...” (W1.P1.7Nov22.056).

“yang penting pokoknya saya ngga ada yang ngulang salah satu matkulnya gitu. Ngga ada yang dapet sampek C atau D, E gitu lah...” (W2.P2.14Nov22.058).

Berdasarkan uraian diatas bisa disimpulkan bahwa keinginan mahasiswa rantau untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dan membahagiakan diri sendiri tanpa adanya dukungan dari lingkungan sekitarnya termasuk orang tua atau teman, namun hal itu tidak mematahkan keinginan mahasiswa rantau untuk tetap bekerja demi mendapat uang hasil kerja keras mereka sendiri. Meskipun begitu mereka masih memiliki komitmen dan semangat untuk tetap

menyelesaikan tugas kuliah dan membaca buku ketika memang ada waktu luang yang bisa mereka pakai.

#### Otonomi

Kesamaan dari problem antara P(1) dan P(2) adalah ketika mereka sudah menentukan jadwal namun, kendala dari dosen yang molor atau tidak sesuai jadwal, pada akhirnya membuat kegiatan bekerja mereka sedikit membuat mereka kewalahan dalam hal mengerjakan tugas yang diberikan.

“Mungkin karena saya menetapkan jadwal tapi dosennya molor, mempunyai jadwal kerja tapi kuliahnya molor jadi berbeda yang telah saya rencanakan...” (W1.P1.7Nov22.058).

“Problem sih pasti ada dan banyak sih mbak.. karena ya kadang kalau misalnya dalam pekerjaan. Terus kalau dalam perkuliahan ada dosen yang kadang minta kuliah dadakan di hari lain...Mungkin kaya gitu sih problemnya” (W2.P2.14Nov22.060).

P(1) merasa bahwa ia tau apa masalahnya namun tanpa harus mengidentifikasi masalah tersebut terlebih dahulu, untuk solusi P(1) tidak ada solusi spesifik dari masalah tersebut ia hanya memecahkan masalahnya secara natural menurut pengalamannya. P(2) kurang lebih juga seperti itu ia tahu mengenai masalah yang ia temukan dan solusinya kurang lebih juga ia pecahkan senatural mungkin seperti yang seharusnya.

“Masalah gak ada sih, enggak saya mengalami langsung tanpa mengidentifikasi masalah, dan memecahkan masalah yang saya alami dengan natural sebisanya” (W1.P1.7Nov22.060).

“Mungkin untuk solusi agak bingung sih mbak sebenarnya. Karena kaya untuk dosen yang tiba-tiba ganti jadwal itu kan ngga bisa dikonsultasikan kan ya...” (W2.P2.14Nov22.062).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau yang bekerja memiliki kesamaan problem yaitu problem yang diberikan oleh dosen yang kurang tepat waktu, jadi jadwal yang sudah dibuat oleh mahasiswa rantau menjadi kacau dan membuat mereka menjadi kewalahan. Dari problem atau masalah yang dihadapi, mahasiswa rantau berusaha untuk memecahkan masalah yang mereka temukan senatural mungkin dan sesuai dengan apa yang memang harus mereka lakukan.

#### Kepercayaan diri

Kepercayaan diri yang dirasakan oleh P(1) dan P(2) sedikit berbeda, P(1) menemukan kepercayaan diri selagi memang apa yang dikerjakan sejalan dengan kemampuannya. P(2) malah merasa sebenarnya ia kurang percaya diri. Namun, ia merasa bahwa ia berani mengambil resiko yang ada, P(2) mengambil kesempatan atau pengalaman baru yang bisa ia coba.

“Saya akan melakukan pekerjaan itu dengan baik, Selama itu sesuai potensi yang saya miliki ya saya tetap percaya diri dengan tetap memulai dan melakukan” (W1.P1.7Nov22.062).

“Sebenarnya ngga percaya diri, cuman saya lebih ke ambil kesempatan aja kalo dikasi kesempatan gitu...” (W2.P2.14Nov22.064).

Cara P(1) mempertahankan rasa percaya dirinya dengan mengerjakan tugas dan meyakini bahwa nilai yang akan keluar juga hasilnya maksimal. Sedangkan P(2) memiliki impian untuk memperkuat rasa percaya dirinya.

“Ya karena saat mengerjakan tugas saya mengerjakan semaksimal mungkin dan saya yakin hasilnya juga maksimal” (W1.P1.7Nov22.066).

“mungkin lebih ini sih.. saya punya impian untuk menjadi wanita karir. Saya pingin jadi wanita yang multitalenta gitu terus bisa apa-apa sendiri. Jadi motivasi saya untuk meningkatkan kepercayaan diri itu ya dengan itu tadi..” (W2.P2.14Nov22.066).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau memiliki kepercayaan diri dalam mencapai tujuan prestasinya, mereka berani mengambil resiko yang ada dan mempertahankan rasa percaya diri tersebut dengan tetap mengerjakan tugas semaksimal mungkin dan meyakini bahwa nilainya baik, dan juga mengingat bahwa mereka memiliki impian yang harus mereka wujudkan, hal itu lah yang menjadi motivasi mahasiswa rantau untuk mencapai tujuan prestasinya.

#### Mengatur diri

Kedua partisipan memposisikan diri mereka sendiri sesuai dengan lingkungannya. Ketika mereka berada di tempat kerja maka P(1) dan P(2) akan bersikap profesional seperti selayaknya seorang karyawan, dan ketika mereka sedang berkuliah maka mereka juga akan bersikap selayaknya seorang mahasiswa.

“Memposisikan ya sesuai tempat saya dikampus sebagai mahasiswa di tempat kerja sebagai karyawan” (W1.AM.7Nov22.070).

“Bisa dibilang saya kalau di lingkungan kampus dan kerja tuh agak beda ya mbak....pokoknya lihat tempat aja ngga yang kekanak-kanakan atau nganggep remeh pekerjaannya dengan bertingkah semau saya gitu sih” (W2.P2.14Nov22.070).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa akan memposisikan diri mereka sesuai dengan lingkungan yang mereka tempati, mereka secara profesional menyesuaikan sikap dan perilakunya. Bagaimana sikap mereka saat di tempat kerja dan bagaimana sikap mereka ketika berada di kelas.

#### Menyeleksi lingkungan

Kedua partisipan merasakan keinginan untuk mendapat lingkungan yang positif, lingkungan yang dapat mendukung apa yang kedua partisipan lakukan. P(1) membutuhkan lingkungan yang bisa dia ajak diskusi dan membangun relasi yang positif. P(2)

“Lingkungan yang mendukung diperkuliah adalah orang – orang yang bisa diajak diskusi, kalau di lingkungan kerja berarti orang yang merangkul di lingkungan kerja, relasi yang positif” (W1.P1.7Nov22.072).

“Lingkungan yang mungkin sama temen-temen saya saat ini sih kaya mereka nggak yang bikin saya tertekan. Kalau saya sedih ya mereka ngehibur ngajak saya keluar pokoknya nggak bikin saya sedih walaupun nggak nyemangatin tapi mereka menghibur saya, ngedukung apa yang saya lakukan aja” (W2.P2.14Nov22.072).

P(1) dan P(2) mempunyai standart tertentu untuk menyeleksi lingkungannya. P(1) menyeleksi lingkungannya dengan mengamati kemudian akan menyesuaikan dengan standar yang ia punya. P(2) menyeleksi lingkungannya dengan mengamati, apabila memang dirasa tidak sesuai maka ia akan bersikap biasa saja, menurut P(2) selama lingkungan tersebut tidak mengganggu nya ia akan bersikap santai.

“Misal saya duduk melihat orang dibelakang dan didepan orangnya kayak gimana, dari situ saya menyimpulkan orang itu cocok enggak buat saya. Saya mempunyai standart dan diamati dan disesuaikan” (W1.P1.7Nov22.078).

“Kalau misalnya di perkuliahan saya lebih ke kalau misalnya ada yang kurang nyaman saya sama dia, ya yaudah, maksudnya kalau misal dia nggak mengganggu yang bener bener mengganggu saya, ya saya nggak akan cut off...” (W2.P2.14Nov22.078).

Berdasarkan uraian di atas mahasiswa rantau yang bekerja membutuhkan lingkungan yang positif yang mendukung mereka untuk mencapai tujuan prestasinya. Mahasiswa rantau yang bekerja memiliki standar mengenai lingkungan yang mereka sukai, mahasiswa rantau menginginkan orang-orang yang dapat mereka ajak diskusi, bisa diajak membangun relasi yang positif dan juga lingkungan yang tidak saling menjatuhkan dan dapat saling menghibur saat ada yang terpuruk.

#### Memanfaatkan lingkungan

P(1) dan P(2) merasa mereka mendapatkan manfaat dari lingkungan yang menurut mereka sesuai. Mereka merasa lebih nyaman dan enjoy melakukan aktivitasnya ketika memang berada di lingkungan yang tepat.

“Saya bisa menjalani dengan enjoy” (W1.P1.7Nov22.080).

“Ketika saya berada di lingkungan yang positif saya dapat menjalankan peran saya dengan baik. Bukan lingkungan yang bisa membuat saya mencapai prestasi, hanya mendukung untuk memahami peran sebagai mahasiswa dengan baik.” (W1.P1.7Nov22.082).

“Banyak sih pastinya.. kayak misalnya di lingkungan pekerjaan itu mendukung banget kayak jadi ningkatin mood waktu kerja jadi kayak lebih nyaman aja kerjanya. Kalau misalnya di lingkungan perkuliahan ya jadi kayak lebih nyaman aja ngerjain tugas tugas aja, nggak ada masalah dengan siapapun. Jadi kayak nggak nambah nambahin pikiran, beban dan masalah aja sih” (W2.P2.14Nov22.082).

P(1) dan P(2) merasa bahwa mereka belum menemukan lingkungan sesuai dengan yang mereka inginkan. P(1) merasa mungkin di lingkungan perkuliahan itu cuek saja dan belum sesuai dengan apa yang ia inginkan. Sedangkan P(2) merasa ia menemukan lingkungan tersebut, tetapi tidak sempurna karena P(2) merasa setiap orang mempunyai kelebihan dan kekurangan.

“Tidak ada, dalam lingkungan bekerja ada, lingkungan perkuliahan mungkin cuek ya demikian” (W1.P1.7Nov22.084).

“Kalau dibilang menemukan sih belum menemukan yang sempurna gitu sih tetep ada plus minusnya aja. Ada yang ngedukung tapi ada juga yang bermasalah, terus misalnya di perkuliahan ada yang ngedukung ada yang menjatuhkan, jadi dibilang lingkungan yang mendukung ya mendukung tapi ya tetep ada minusnya.” (W2.P214Nov22.084).

Berdasarkan uraian di atas manfaat yang dirasakan oleh mahasiswa rantau yang bekerja ketika berada di lingkungan yang positif dan sesuai adalah mereka bisa lebih *enjoy* dan nyaman menjalani kegiatan belajar dan bekerjanya. Namun, mahasiswa rantau yang bekerja mereka belum menemukan lingkungan yang sesuai dengan keinginan mereka, karena mereka menganggap bahwa setiap orang itu memiliki kelebihan dan kekurangan. Jadi, ada yang membantu mereka mencapai tujuan prestasinya, ada yang cuek, ada juga yang tidak menguntungkan mereka dalam perjalanannya mencapai tujuan prestasi.

Penelitian ini adalah untuk mengetahui regulasi diri mahasiswa rantau yang bekerja dalam kemampuan mahasiswa ketika mengatur dan memonitor pikiran, perasaan, dan perilakunya dalam menjalankan tugas sebagai mahasiswa yang mempunyai tanggung jawab sebagai ilmuwan akademik dikampus dan sebagai orang yang bekerja. Mereka memiliki kesadaran dan menetapkan tujuan yang sudah terencana. Dalam proses belajarnya mahasiswa akan menyusun jadwal belajar dan jadwal menyelesaikan tugas-tugasnya, menyimpan materi tugas maupun catatan-catatan yang lain berkaitan dengan materi kuliah, dan mereka menetapkan konsekuensi apabila tidak menyelesaikan tugas atau ketika mendapat kegagalan dalam menjalankan tanggungjawab sebagai mahasiswa yang bekerja. Dari hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa menjalankan tugas dari kegiatan perkuliahan dan bekerja dengan memperhatikan prioritas yang dikerjakan, sesekali ketika mereka menghadapi masalah mereka menetapkan konsekuensi yang harus mereka jalankan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mu'min (2016) terkait *self regulated learning* pada mahasiswa yang bekerja dengan penerapan waktu dan kondisi yang mendukung mereka akan memiliki regulasi diri dalam belajar yang baik. Selain itu juga mahasiswa akan melakukan *reward* dan *punishment* yang bersifat spontan

#### 4. Simpulan

Dari hasil penelitian mengenai Regulasi Diri Mahasiswa Rantau Yang Bekerja di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Malang bahwa motivasi yang melatarbelakangi mereka perkuliahan sambil bekerja karena ingin hidup secara mandiri. Mereka memunculkan motivasi dan memonitor pikiran sendiri mencakup perasaan dan perilaku untuk mencapai tujuan hidupnya, salah satunya adalah ingin menjadi ilmuwan psikologi yang berkualitas dengan memiliki cara belajar yang mereka rancang sendiri dengan menyesuaikan situasi lingkungan yang harus mereka hadapi agar selalu terkendali. Dalam prosesnya mahasiswa rantau yang bekerja selalu bertanggungjawab kepada pekerjaan yang mereka jalankan secara profesional akan tetapi tidak akan lepas dari tanggungjawab atau tidak mengesampingkan perkuliahan. Tuntutan pekerjaan dilakukan secara natural dengan menyesuaikan kemampuan melalui pengalaman dan berani mengambil resiko yang dihadapi. Faktor lingkungan yang mendukung akan membantu mereka dalam menjalankan peran bekerja dan pencapaian prestasi.

## Daftar Rujukan

- Dami, Z. A., & Parikaes, P. (2018). Regulasi diri dalam belajar sebagai konsekuen. *Ciencias: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 82-95.
- Hasdiana, Suriana. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Berwirausaha Mahasiswa Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Parepare. *Decision: Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 2(2), 199-204.
- Sinatrriya, F. I. (2018). Pengaruh Motivasi Berprestasi dan Regulasi Diri Terhadap Minat Berwirausaha Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Students Entrepreneur Community. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(4).
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201-209.
- Daulay, S. F., & Rola, F. (2009). Perbedaan self regulated learning antara mahasiswa yang bekerja dan yang tidak bekerja. *Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara*.
- Dudija, N. (2011). "Perbedaan Motivasi Menyelesaikan Skripsi antara Mahasiswa yang Bekerja dengan Mahasiswa yang Tidak Bekerja". Skripsi. *Universitas Ahmad Dahlan*.
- Zimmerman, B.J., Bonner, S., Kovach, R. (1998). *Developing Self-Regulated Learning, Beyond Achievement to Self-Efficacy. Washington DC: American Psychological Association*.
- Ghufroon & Risnawati R. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Mu'min, S. A. (2016). Regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja. *Al-TA'DIB: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 9(1), 1-20.
- Manab, A. (2016). Memahami regulasi diri: Sebuah konsep konseptual. Dalam Seminar ASEAN Psychology & Humanity
- Posner, MI, & Rothbart, MK (2000). Mengembangkan mekanisme pengaturan diri. *Perkembangan dan psikopatologi*, 12 (3), 427-441.
- Hasbiansyah, OJK (2008). Pendekatan fenomenologi: Pengantar praktik penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi. *Mediator: Jurnal Komunikasi*, 9 (1), 163-180