HUBUNGAN SELF-REGULATED LEARNING DENGAN PRESTASI MAHASISWA PADA MATA KULIAH SPRACHFERTIGKEIT

Alamsyah[1)]
[1)] Pendidikan Bahasa Jerman, Fakultas Bahasa dan Sastra, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
Email: der_alamsyah@unm.ac.id

Abstract
This study aims to determine the relationship between self-regulated learning and students' achievement in the *Sprachfertigkeit* course. Self-regulated learning refers to students' ability to plan, monitor, control, and evaluate their own learning processes in order to achieve academic goals. In German language learning, particularly in *Sprachfertigkeit* courses that emphasize language skills development, the ability to manage learning activities independently plays an important role in academic success. This research employed a quantitative approach with a correlational design. The participants were 25 students of the German Language Education Study Program who were enrolled in the *Sprachfertigkeit* course. Data on self-regulated learning were collected through questionnaires, while achievement data were obtained from students' final course grades. Data were analyzed using Pearson Product Moment correlation. The results revealed a positive and significant relationship between self-regulated learning and students' achievement in the *Sprachfertigkeit* course ($r = 0.637$; $p = 0.001$). The higher the students' level of self-regulated learning, the higher their academic achievement in the course. These findings indicate that self-regulated learning contributes to students' academic performance in German language learning.
Keywords: self-regulated learning; academic achievement; Sprachfertigkeit; university students; German language learning.

Abstrak
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*. *Self-regulated learning* merupakan kemampuan mahasiswa dalam mengatur, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri untuk mencapai tujuan akademik yang telah ditetapkan. Dalam pembelajaran bahasa Jerman, khususnya pada mata kuliah *Sprachfertigkeit* yang menitikberatkan pada keterampilan berbahasa, kemampuan mengelola proses belajar menjadi faktor penting dalam menunjang keberhasilan akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian adalah 25 mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Jerman yang menempuh mata kuliah *Sprachfertigkeit*. Data *self-regulated learning* diperoleh melalui penyebaran angket, sedangkan data prestasi mahasiswa diperoleh dari nilai akhir mata kuliah *Sprachfertigkeit*. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit* ($r = 0{,}637$; $p = 0{,}001$). Semakin tinggi tingkat *self-regulated learning* mahasiswa, semakin tinggi pula prestasi yang diperoleh dalam mata kuliah tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan mengatur diri dalam belajar berkontribusi terhadap pencapaian akademik mahasiswa dalam pembelajaran bahasa Jerman.
Kata Kunci: self-regulated learning; prestasi belajar; Sprachfertigkeit; mahasiswa; pembelajaran bahasa Jerman.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi memiliki peran strategis dalam menghasilkan sumber daya manusia yang kompeten, mandiri, dan mampu beradaptasi dengan perkembangan ilmu pengetahuan serta teknologi. Dalam konteks pembelajaran di perguruan tinggi, mahasiswa dituntut untuk tidak hanya menerima informasi dari dosen, tetapi juga mampu mengelola proses belajarnya secara mandiri. Kemampuan tersebut dikenal dengan istilah *self-regulated learning* (SRL), yaitu kemampuan individu untuk mengatur, memantau, dan mengevaluasi aktivitas belajarnya guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Zimmerman, 2002).

Self-regulated learning menjadi salah satu faktor psikologis yang penting dalam keberhasilan akademik mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung mampu menetapkan target belajar, memilih strategi belajar yang sesuai, mengelola waktu secara efektif, serta mengevaluasi hasil belajar secara berkelanjutan. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri rendah sering mengalami kesulitan dalam mengatur kegiatan belajar sehingga berdampak pada rendahnya pencapaian akademik (Schunk & Greene, 2018).

Dalam pembelajaran bahasa asing, khususnya bahasa Jerman, kemampuan regulasi diri memiliki peranan yang semakin penting. Pembelajaran bahasa asing memerlukan proses yang berkesinambungan dan latihan yang intensif. Mahasiswa tidak hanya dituntut memahami aspek tata bahasa (*Grammatik*), tetapi juga menguasai keterampilan berbahasa yang mencakup menyimak (*Hören*), berbicara (*Sprechen*), membaca (*Lesen*), dan menulis (*Schreiben*). Oleh karena itu, keberhasilan dalam pembelajaran bahasa sangat dipengaruhi oleh kemampuan mahasiswa dalam mengelola aktivitas belajar secara mandiri.

Salah satu mata kuliah inti dalam Program Studi Pendidikan Bahasa Jerman adalah *Sprachfertigkeit*. Mata kuliah ini berfokus pada pengembangan kompetensi berbahasa Jerman melalui berbagai aktivitas komunikatif yang bertujuan meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menggunakan bahasa Jerman secara aktif dan tepat. Mata kuliah *Sprachfertigkeit* menuntut mahasiswa untuk berlatih secara konsisten baik di dalam maupun di luar kelas. Mahasiswa harus mampu mengatur waktu belajar, mencari sumber belajar tambahan, serta melakukan evaluasi terhadap kemampuan berbahasa yang dimilikinya.

Menurut Zimmerman (2008), *self-regulated learning* terdiri atas tiga fase utama, yaitu fase perencanaan (*forethought phase*), fase pelaksanaan (*performance phase*), dan fase refleksi (*self-reflection phase*). Pada fase perencanaan, mahasiswa menetapkan tujuan dan strategi belajar. Pada fase pelaksanaan, mahasiswa memantau proses belajar yang sedang berlangsung. Sementara itu, pada fase refleksi, mahasiswa melakukan evaluasi terhadap hasil yang telah dicapai. Ketiga fase tersebut saling berkaitan dan berkontribusi terhadap keberhasilan belajar.

Penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik. Pintrich (2004) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mampu mengatur proses belajarnya secara efektif cenderung memperoleh hasil akademik yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang kurang memiliki kemampuan regulasi diri. Hasil penelitian Broadbent dan Poon (2015) juga menunjukkan bahwa strategi regulasi diri seperti manajemen waktu, pengaturan tujuan, dan monitoring diri berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar mahasiswa.

Dalam konteks pembelajaran bahasa asing, Andrade dan Bunker (2009) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi menunjukkan kemampuan bahasa yang lebih baik karena mereka lebih aktif dalam mencari kesempatan untuk menggunakan bahasa target. Selain itu, Tseng, Dörnyei, dan Schmitt (2006) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran bahasa berkontribusi terhadap peningkatan motivasi dan pencapaian kompetensi bahasa.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik, penelitian yang secara khusus mengaitkan kedua variabel tersebut pada mata kuliah *Sprachfertigkeit* masih relatif terbatas. Padahal, karakteristik mata kuliah *Sprachfertigkeit* yang menuntut keterampilan praktik berbahasa secara berkelanjutan menjadikan *self-regulated learning* sebagai faktor yang sangat relevan untuk diteliti.

Prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit* sering kali menunjukkan variasi yang cukup besar. Sebagian mahasiswa mampu mencapai hasil yang memuaskan, sementara sebagian lainnya mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan berbahasa Jerman. Perbedaan tersebut diduga tidak hanya dipengaruhi oleh faktor kemampuan kognitif, tetapi juga oleh faktor nonkognitif seperti motivasi, disiplin belajar, dan kemampuan regulasi diri.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi pendidikan dan pembelajaran bahasa asing serta menjadi bahan pertimbangan bagi dosen dalam merancang strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan regulasi diri mahasiswa.

Kajian Pustaka

Self-Regulated Learning

Zimmerman (2002) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai proses aktif yang melibatkan kemampuan individu untuk menetapkan tujuan, memantau kemajuan, mengontrol perilaku belajar, dan mengevaluasi hasil belajar secara mandiri. Menurut Pintrich (2000), *self-regulated learning* mencakup aspek kognitif, motivasional, perilaku, dan kontekstual yang saling memengaruhi dalam proses belajar.

Prestasi Belajar

Prestasi belajar merupakan hasil yang dicapai mahasiswa setelah mengikuti proses pembelajaran yang biasanya diukur melalui nilai atau skor evaluasi akademik (Slameto, 2015). Prestasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal, termasuk motivasi,

kecerdasan, lingkungan belajar, serta kemampuan regulasi diri.

Mata Kuliah Sprachfertigkeit

Sprachfertigkeit merupakan mata kuliah keterampilan berbahasa Jerman yang bertujuan mengembangkan kemampuan komunikatif mahasiswa dalam empat keterampilan bahasa, yaitu menyimak, berbicara, membaca, dan menulis. Keberhasilan dalam mata kuliah ini memerlukan latihan berkelanjutan dan keterlibatan aktif mahasiswa dalam proses pembelajaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Menurut Creswell (2014), penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memberikan perlakuan tertentu terhadap subjek penelitian.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Pendidikan Bahasa Jerman pada semester genap tahun akademik 2025/2026 yang sedang menempuh mata kuliah *Sprachfertigkeit*. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa yang telah mengikuti perkuliahan *Sprachfertigkeit* selama satu semester, sehingga diperoleh sampel sebanyak 25 mahasiswa. Variabel penelitian terdiri atas:

1. Variabel bebas (X): *Self-Regulated Learning*.
2. Variabel terikat (Y): Prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*.

Instrumen penelitian berupa angket *self-regulated learning* yang disusun berdasarkan indikator Zimmerman (2008), meliputi:

a. Perencanaan belajar;
b. Pengelolaan waktu;
c. Monitoring diri;
d. Penggunaan strategi belajar; dan
e. Evaluasi diri.

Angket terdiri atas 20 butir (empat butir untuk setiap indikator) dengan skala Likert lima tingkat, yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju, sehingga rentang skor total berada antara 20 dan 100. Data prestasi mahasiswa diperoleh melalui dokumentasi nilai akhir mata kuliah *Sprachfertigkeit*.

Sebelum digunakan, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment, sedangkan reliabilitas diukur dengan koefisien Cronbach Alpha (Sugiyono, 2022). Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh 20 butir dinyatakan valid (r hitung 0,551–0,825 > r tabel 0,396 pada n = 25). Hasil uji reliabilitas menghasilkan koefisien Cronbach Alpha sebesar 0,949, sehingga instrumen dinyatakan sangat reliabel.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat *self-regulated learning* dan prestasi mahasiswa. Analisis inferensial dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel, didahului uji normalitas Shapiro-Wilk sebagai uji prasyarat. Pengujian hipotesis dilakukan pada taraf signifikansi 0,05. Hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut:

H_0: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*.

H_1: Terdapat hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, tingkat *self-regulated learning* mahasiswa berada pada kategori tinggi (M = 72,12; SD = 12,83 dari skor maksimum 100), sebagaimana tersaji pada Tabel 1. Sebanyak 17 mahasiswa (68%) berada pada kategori tinggi hingga sangat tinggi, 6 mahasiswa (24%) pada kategori sedang, dan 2 mahasiswa (8%) pada kategori rendah. Sebagian besar mahasiswa menunjukkan kemampuan yang baik dalam merencanakan kegiatan belajar, mengatur waktu, memantau kemajuan belajar, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang diperoleh. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kesadaran mengenai pentingnya pengelolaan diri dalam proses pembelajaran bahasa Jerman.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Min	Maks	Mean	SD
Self-regulated learning (X)	25	38	95	72,12	12,83
Prestasi *Sprachfertigkeit* (Y)	25	67	97	79,04	6,84

Sumber: Data, 2026

Pada aspek perencanaan belajar, mahasiswa cenderung menetapkan target pencapaian tertentu sebelum mengikuti perkuliahan *Sprachfertigkeit*. Mereka menyusun jadwal belajar dan menentukan strategi yang akan digunakan untuk meningkatkan kemampuan berbahasa Jerman. Kegiatan tersebut sesuai dengan pendapat Zimmerman (2008) yang menyatakan bahwa penetapan tujuan merupakan komponen utama dalam regulasi diri.

Aspek pengelolaan waktu juga menunjukkan hasil yang cukup baik. Mahasiswa secara umum mampu mengalokasikan waktu untuk mengerjakan tugas, mempelajari materi, dan berlatih keterampilan berbahasa di luar jam perkuliahan. Pengelolaan waktu yang efektif memungkinkan mahasiswa memperoleh kesempatan lebih banyak untuk berlatih menggunakan bahasa Jerman sehingga kompetensi bahasa dapat berkembang secara optimal.

Pada aspek monitoring diri, mahasiswa secara aktif memantau perkembangan kemampuan berbahasa yang dimilikinya. Mereka mengevaluasi kesalahan yang dilakukan saat berbicara, menulis, maupun mengerjakan tugas. Kemampuan monitoring diri ini sangat penting karena memungkinkan mahasiswa melakukan perbaikan secara berkelanjutan.

Data prestasi mahasiswa menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memperoleh nilai pada kategori baik hingga sangat baik (M = 79,04; SD = 6,84). Sebanyak 6 mahasiswa (24%) memperoleh nilai A, 18 mahasiswa

(72%) memperoleh nilai B, dan 1 mahasiswa (4%) memperoleh nilai C. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa proses pembelajaran *Sprachfertigkeit* telah berjalan secara efektif. Namun demikian, masih terdapat beberapa mahasiswa yang memperoleh nilai relatif rendah. Variasi prestasi tersebut menunjukkan adanya perbedaan kemampuan dan karakteristik belajar antarmahasiswa.

Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data *self-regulated learning* (p = 0,266) dan prestasi mahasiswa (p = 0,584) berdistribusi normal, sehingga uji korelasi Pearson dapat digunakan. Hasil uji korelasi Pearson Product Moment menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*, sebagaimana tersaji pada Tabel 2. Nilai r hitung sebesar 0,637 lebih besar dari r tabel 0,396 dan nilai signifikansi 0,001 lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Koefisien korelasi tersebut berada pada kategori kuat, dengan koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,406. Artinya, 40,6% variasi prestasi mahasiswa berkaitan dengan tingkat *self-regulated learning*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil ini berarti peningkatan *self-regulated learning* cenderung diikuti oleh peningkatan prestasi belajar.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Variabel	N	r	Sig. (p)
Self-regulated learning (X) – Prestasi (Y)	25	0,637	0,001

Sumber: Data, 2026

Temuan ini sejalan dengan teori Zimmerman (2002) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mampu mengatur proses belajarnya secara efektif akan lebih berhasil mencapai tujuan akademik. Kemampuan menetapkan tujuan, memilih strategi belajar yang tepat, dan melakukan evaluasi diri memungkinkan mahasiswa mengoptimalkan proses belajar sehingga hasil yang diperoleh menjadi lebih baik.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian Pintrich (2004) yang menemukan bahwa regulasi diri memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki regulasi diri tinggi cenderung lebih disiplin, lebih termotivasi, dan lebih mampu mengatasi hambatan belajar dibandingkan mahasiswa dengan regulasi diri rendah.

Dalam konteks pembelajaran *Sprachfertigkeit*, kemampuan regulasi diri menjadi sangat penting karena penguasaan bahasa tidak dapat dicapai hanya melalui pembelajaran di kelas. Mahasiswa perlu melakukan latihan tambahan secara mandiri, seperti membaca teks berbahasa Jerman, mendengarkan *podcast*, menonton video berbahasa Jerman, serta berlatih berbicara dengan teman atau penutur asli. Aktivitas tersebut membutuhkan kemampuan mengelola diri yang baik.

Selain itu, mahasiswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi cenderung lebih aktif mencari sumber belajar tambahan. Mereka memanfaatkan berbagai media digital untuk meningkatkan kompetensi bahasa Jerman. Keterlibatan aktif tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan berbahasa yang pada akhirnya tercermin dalam prestasi akademik.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap berbagai kesulitan belajar. Ketika menghadapi materi yang kompleks atau tugas yang menantang, mahasiswa dengan regulasi diri tinggi cenderung tetap berusaha mencari solusi dan tidak mudah menyerah. Sebaliknya, mahasiswa dengan regulasi diri rendah lebih rentan mengalami penurunan motivasi dan kesulitan mencapai target akademik.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* memiliki peranan penting dalam menunjang keberhasilan mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan regulasi diri perlu menjadi perhatian dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi. Dosen dapat memberikan pelatihan strategi belajar, membantu mahasiswa menetapkan tujuan belajar, serta mendorong refleksi diri secara berkala guna meningkatkan kemampuan *self-regulated learning* mahasiswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-regulated learning* dengan prestasi mahasiswa pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*. Mahasiswa yang memiliki kemampuan regulasi diri tinggi cenderung memperoleh prestasi akademik yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang memiliki regulasi diri rendah.

Self-regulated learning berperan dalam membantu mahasiswa merencanakan kegiatan belajar, mengelola waktu, memantau perkembangan belajar, dan melakukan evaluasi terhadap hasil yang dicapai. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan regulasi diri perlu menjadi bagian penting dalam pembelajaran bahasa Jerman, khususnya pada mata kuliah *Sprachfertigkeit*.

DAFTAR PUSTAKA

Andrade, M. S., & Bunker, E. L. (2009). A Model for Self-Regulated Distance Language Learning. *Distance Education*, 30(1), 47–61. https://doi.org/10.1080/01587910902845956

Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-Regulated Learning Strategies and Academic Achievement in Online Higher Education Learning Environments: A Systematic Review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1–13. https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.04.007

Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks: Sage Publications.

Pintrich, P. R. (2000). The Role of Goal Orientation in Self-Regulated Learning. Dalam M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 451–502). San Diego: Academic Press.

Pintrich, P. R. (2004). A Conceptual Framework for Assessing Motivation and Self-Regulated Learning in College Students. *Educational Psychology Review*,

16(4), 385–407. https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x

Schunk, D. H., & Greene, J. A. (Eds.). (2018). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance* (2nd ed.). New York: Routledge.

Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Tseng, W. T., Dörnyei, Z., & Schmitt, N. (2006). A New Approach to Assessing Strategic Learning: The Case of Self-Regulation in Vocabulary Acquisition. *Applied Linguistics*, 27(1), 78–102. https://doi.org/10.1093/applin/ami046

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2

Zimmerman, B. J. (2008). Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments, and Future Prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. https://doi.org/10.3102/0002831207312909