

HUBUNGAN *SELF-REGULATION* DENGAN LIMA GAYA PENGAMBILAN KEPUTUSAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Sabrina Ayesha Fateema¹, Untung Subroto²

^{1,2}Universitas Tarumanagara

¹sabrina.705220071@stu.untar.ac.id, ²untungs@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

Final-year university students face various academic demands that require them to make appropriate decisions. Self-regulation is considered an important factor associated with individuals' tendencies to adopt particular decision-making styles. This study aimed to examine the relationship between self-regulation and the five decision-making styles among final-year university students. A quantitative approach with a correlational research design was employed. A total of 160 final-year university students were recruited using a purposive sampling technique. Data were collected using the Short Self-Regulation Questionnaire (SSRQ) to measure self-regulation and the General Decision Making Styles (GDMS) questionnaire to assess the five decision-making styles. Data were analyzed using Spearman's rank-order correlation. The results indicated that self-regulation was positively and significantly correlated with the rational ($r = .556, p < .001$) and intuitive ($r = .398, p < .001$) decision-making styles. In contrast, self-regulation was negatively and significantly correlated with the dependent ($r = -.356, p < .001$), avoidant ($r = -.582, p < .001$), and spontaneous ($r = -.465, p < .001$) decision-making styles. These findings suggest that higher levels of self-regulation are associated with greater tendencies to adopt rational and intuitive decision-making styles, and lower tendencies to adopt dependent, avoidant, and spontaneous decision-making styles. Therefore, self-regulation appears to be an important factor associated with decision-making style tendencies among final-year university students.

Keywords: *self-regulation, decision-making styles, final-year university students.*

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik yang mengharuskan mereka mengambil keputusan secara tepat. Kemampuan *self-regulation* diduga berperan dalam menentukan kecenderungan individu menggunakan gaya pengambilan keputusan tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-regulation* dengan lima gaya pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sebanyak 160 mahasiswa tingkat akhir dipilih sebagai partisipan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data

dikumpulkan menggunakan *Short Self-Regulation Questionnaire* (SSRQ) untuk mengukur *self-regulation* dan *General Decision Making Styles* (GDMS) untuk mengukur lima gaya pengambilan keputusan. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulation* berhubungan positif secara signifikan dengan gaya pengambilan keputusan *rational* ($r = 0,556$; $p < 0,001$) dan *intuitive* ($r = 0,398$; $p < 0,001$). Sebaliknya, *self-regulation* berhubungan negatif secara signifikan dengan gaya pengambilan keputusan *dependent* ($r = -0,356$; $p < 0,001$), *avoidant* ($r = -0,582$; $p < 0,001$), dan *spontaneous* ($r = -0,465$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-regulation* yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, semakin tinggi kecenderungan menggunakan gaya pengambilan keputusan *rational* dan *intuitive*, serta semakin rendah kecenderungan menggunakan gaya *dependent*, *avoidant*, dan *spontaneous*. Dengan demikian, *self-regulation* merupakan faktor yang berkaitan dengan kecenderungan gaya pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: *Self-regulation*, gaya pengambilan keputusan, mahasiswa tingkat akhir.

A. Pendahuluan

Mahasiswa tingkat akhir berada pada fase *emerging adulthood*, yaitu masa transisi menuju dewasa yang ditandai dengan meningkatnya tuntutan akademik, sosial, serta persiapan memasuki dunia kerja maupun jenjang pendidikan yang lebih tinggi (Arnett, 2015). Pada fase ini, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tugas perkembangan, seperti menyelesaikan skripsi, memenuhi target kelulusan, serta menentukan pilihan karier. Berbagai tuntutan tersebut berpotensi menimbulkan stres akademik ketika individu menilai bahwa tuntutan yang dihadapi melebihi sumber daya yang dimilikinya (Gadzella, 1991; Wilks, 2008). Selain itu, mahasiswa juga menghadapi ekspektasi dari keluarga dan lingkungan untuk segera menyelesaikan studi dan memperoleh pekerjaan (Beiter et al., 2015). Kondisi tersebut menuntut mahasiswa untuk mampu mengambil berbagai keputusan penting yang akan memengaruhi penyelesaian studi maupun kehidupan setelah lulus. Fenomena tersebut tercermin dari masih ditemukannya keterlambatan kelulusan pada mahasiswa di

Indonesia. Penelitian terhadap wisudawan program sarjana IPB tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 30% mahasiswa belum mampu menyelesaikan studi tepat waktu (Adinda et al., 2024). Temuan serupa juga dilaporkan oleh Yunita (2022), yang menunjukkan bahwa hanya 19,1% mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang mampu menyelesaikan studi dalam delapan semester. Menurut Arnett (2023), kondisi tersebut tidak terlepas dari karakteristik fase *emerging adulthood* yang ditandai dengan eksplorasi identitas, ketidakstabilan emosional, dan ketidakpastian mengenai masa depan. Oleh karena itu, mahasiswa memerlukan kemampuan untuk mengelola diri agar mampu menghadapi berbagai tuntutan sekaligus mengambil keputusan secara tepat.

Salah satu kemampuan yang diduga berkaitan dengan kemampuan tersebut adalah *self-regulation*. Zimmerman (2000) menjelaskan bahwa *self-regulation* merupakan proses aktif individu dalam mengarahkan pikiran, emosi, dan perilaku untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam konteks

akademik, kemampuan ini membantu mahasiswa mengatur waktu, menetapkan prioritas, mempertahankan motivasi, dan mengelola perilaku yang mendukung penyelesaian studi. Mahasiswa dengan *self-regulation* yang baik diketahui memiliki keterlibatan belajar yang lebih tinggi dan pencapaian akademik yang lebih optimal (Hey et al., 2024; Cervone & Pervin, 2012). Sebaliknya, rendahnya *self-regulation* masih ditemukan pada mahasiswa tingkat akhir, yang tercermin dari tingginya tingkat prokrastinasi dalam penyelesaian skripsi (Ramadhan, 2025) serta kurangnya *self-monitoring* dan pemanfaatan sumber daya akademik ketika menghadapi kesulitan (Vural, 2013).

Selain berkaitan dengan penyelesaian studi, *self-regulation* juga diduga berhubungan dengan cara mahasiswa mengambil keputusan. Individu yang memiliki regulasi diri yang baik cenderung mampu mengendalikan perilaku serta mempertimbangkan konsekuensi keputusan sesuai dengan tujuan jangka panjang (Friedman & Schustack, 2008). Scott dan Bruce (1995) mengemukakan lima gaya

pengambilan keputusan (*General Decision Making Styles*), yaitu *rational*, *intuitive*, *dependent*, *avoidant*, dan *spontaneous*. Gaya *rational* dan *intuitive* dipandang sebagai gaya yang lebih adaptif, sedangkan gaya *dependent*, *avoidant*, dan *spontaneous* dikategorikan sebagai gaya yang kurang adaptif karena mencerminkan kecenderungan bergantung pada orang lain, menghindari pengambilan keputusan, atau bertindak secara impulsif (Aluja et al., 2024). Dengan demikian, *self-regulation* diduga memiliki hubungan dengan kecenderungan penggunaan kelima gaya pengambilan keputusan tersebut.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa *self-regulation* berkaitan dengan berbagai aspek pengambilan keputusan, seperti gaya pengambilan keputusan *avoidant* dan *dependent* (Bavolár & Orosová, 2015), gaya *rational* (Kusumawardhani, 2022), serta pengambilan keputusan karier (Yusni, 2024). Namun, penelitian yang mengkaji hubungan *self-regulation* dengan kelima gaya pengambilan keputusan (*rational*, *intuitive*,

dependent, *avoidant*, dan *spontaneous*) secara bersamaan pada mahasiswa tingkat akhir di Indonesia masih terbatas. Padahal, kelompok ini menghadapi berbagai keputusan penting yang berkaitan dengan penyelesaian studi dan transisi menuju dunia kerja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-regulation* dengan lima gaya pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya bukti empiris mengenai hubungan *self-regulation* dengan gaya pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir serta memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi, khususnya pada fase *emerging adulthood*.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara *self-regulation* dan lima gaya pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir. Partisipan penelitian berjumlah 160 mahasiswa tingkat akhir berusia 20-24 tahun yang berasal dari berbagai

perguruan tinggi di Indonesia. Partisipan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa aktif minimal semester 7. Jumlah partisipan telah memenuhi kebutuhan minimum sampel berdasarkan perhitungan menggunakan G*Power. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Forms.

Pengukuran *self-regulation* menggunakan *Short Self-Regulation Questionnaire* (SSRQ) yang dikembangkan oleh Brown et al. (1999) dan telah diadaptasi oleh Kamilla (2022). Instrumen terdiri atas 17 item dengan skala Likert 4 poin serta memiliki reliabilitas yang sangat baik (Cronbach's $\alpha = 0,927$). Sementara itu, gaya pengambilan keputusan diukur menggunakan *General Decision Making Styles* (GDMS) yang dikembangkan oleh Scott dan Bruce (1995) dan diadaptasi oleh Maniatinupus (2016). Instrumen terdiri atas 25 item yang mengukur lima dimensi, yaitu *rational*, *intuitive*, *dependent*, *avoidant*, dan *spontaneous*, menggunakan skala Likert 6 poin. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's α sebesar 0,768 untuk dimensi *rational*,

0,775 untuk *intuitive*, 0,731 untuk *dependent*, 0,898 untuk *avoidant*, dan 0,556 untuk *spontaneous*.

Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics versi 27. Uji reliabilitas dilakukan dengan Cronbach's Alpha, sedangkan uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, hubungan antara *self-regulation* dan masing-masing gaya pengambilan keputusan dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman. Selain itu, perbedaan *self-regulation* dan gaya pengambilan keputusan berdasarkan kelompok usia dianalisis menggunakan uji Kruskal-Wallis.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Distribusi usia menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berusia 21 tahun (56,9%), sedangkan sisanya berusia 20 tahun (20,6%), 22 tahun (15%), 23 tahun (5,6%), dan 24 tahun (1,9%).

Tabel 1 Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
20	33	20.6%
21	91	56.9%
22	24	15%
23	9	5.6%
24	3	1.9%
Total	160	100

Distribusi jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan (55,6%), sedangkan partisipan laki-laki berjumlah 44,4%.

Tabel 2 Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Pria	71	44.4%
Wanita	89	55.6%
Total	160	

Skala *Self-Regulation* terdiri dari 17 item dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,927, yang menunjukkan konsistensi internal sangat tinggi. Sementara itu, skala *General Decision Making Styles* (GDMS) terdiri dari 25 item yang mengukur lima dimensi, yaitu *rational* ($\alpha = 0,768$), *intuitive* ($\alpha = 0,775$), *dependent* ($\alpha = 0,731$), *avoidant* ($\alpha = 0,898$), dan *spontaneous* ($\alpha = 0,556$). Secara umum, instrumen *Self-Regulation* dan GDMS menunjukkan reliabilitas yang memadai sehingga layak digunakan untuk mengukur variabel penelitian.

Tabel 3 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur SSRQ dan GDMS

Variabel	Jumlah Butir	Alpha Cronbach
<i>Self-Regulation</i>	17	.927
<i>Rational</i>	5	.768
<i>Intuitive</i>	5	.775
<i>Dependent</i>	5	.731
<i>Spontaneous</i>	5	.898
<i>Avoidant</i>	5	.556
Total	160	

Selanjutnya Uji normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov terhadap variabel *self-regulation* dan gaya pengambilan keputusan. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada kedua variabel kurang dari 0,05, sehingga data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis hubungan antara *self-regulation* dan lima gaya pengambilan keputusan dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman sebagai teknik analisis nonparametrik.

Tabel 4 Uji Korelasi Spearman

Variabel	Correlation Coefficient	Sig
Self-Regulation - Gaya pengambilan keputusan Rasional	.556	.001
Self-Regulation - Gaya pengambilan keputusan Intuitif	.398	.001
Self-Regulation - Gaya pengambilan keputusan Avoidant	-.356	.001
Self-Regulation - Gaya pengambilan keputusan Dependent	-.582	.001
Self-Regulation - Gaya pengambilan keputusan Spontaneous	-.465	.001

Hasil uji Kruskal-Wallis menunjukkan adanya perbedaan

tingkat *self-regulation* berdasarkan kelompok usia ($H = 14,907$; $p = 0,005$). Berdasarkan nilai *mean rank*, partisipan berusia 24 tahun memiliki tingkat *self-regulation* tertinggi, diikuti usia 22, 23, 21, dan 20 tahun.

Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa berusia 24 tahun cenderung memiliki tingkat *self-regulation* yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia yang lebih muda. Hal tersebut dapat dijelaskan karena individu pada usia yang lebih matang umumnya memiliki pengalaman yang lebih banyak dalam menghadapi tuntutan akademik maupun kehidupan sehari-hari, sehingga kemampuan mengelola emosi, mengatur perilaku, menetapkan prioritas, dan mengendalikan diri untuk mencapai tujuan juga semakin berkembang. Sejalan dengan teori perkembangan, individu pada fase *emerging adulthood* menunjukkan peningkatan kapasitas regulasi diri seiring bertambahnya usia dan pengalaman (Arnett, 2015; Zimmerman, 2000). Meskipun kelompok usia 24 tahun memiliki nilai mean rank tertinggi, hasil ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena jumlah partisipan pada

kelompok tersebut relatif sedikit ($n = 3$).

Tabel 5 Uji Beda Usia Pada Variabel Self-Regulation dan Gaya Pengambilan Keputusan Adaptif dan Maladaptif

Variabel	H	sig
Self-regulation	14.907	.005
Gaya Pengambilan Keputusan Adaptif	3.945	.413
Gaya Pengambilan Keputusan Maladaptif	9.474	.050

Hasil uji Mann-Whitney U menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *self-regulation* berdasarkan jenis kelamin ($U = 3023,000$; $p = 0,639$). Sedangkan, hasil uji Mann-Whitney U menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada gaya pengambilan keputusan *rational*, *dependent*, dan *avoidant* berdasarkan jenis kelamin, dengan mahasiswa perempuan memiliki *mean rank* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Sebaliknya, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada gaya *intuitive* dan *spontaneous*. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan cenderung lebih mempertimbangkan informasi secara rasional, lebih sering melibatkan pendapat orang lain, serta lebih

berhati-hati dalam menghadapi keputusan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Baiocco et al. (2009), Scott dan Bruce (1995), serta Byrnes et al. (1999), yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih berhati-hati dan mempertimbangkan lebih banyak informasi sebelum mengambil keputusan.

Tabel 6 Uji Beda Jenis Kelamin Pada Variabel Self-Regulation dan 5 Gaya Pengambilan Keputusan

Variabel	U	sig
Self-regulation	3023.000	.639
Rational	2163.000	.001
Intuitive	2640.500	.073
Dependent	2027.500	<.001
Spontaneous	2598.000	.021
Avoidant	2489.000	.052

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *self-regulation* berhubungan secara signifikan dengan kelima gaya pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir. *Self-regulation* memiliki hubungan positif dengan gaya pengambilan keputusan *rational* dan *intuitive*, serta hubungan negatif dengan gaya *dependent*, *avoidant*, dan *spontaneous*. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *self-regulation* yang lebih tinggi cenderung menggunakan gaya

pengambilan keputusan yang lebih adaptif dan lebih rendah kecenderungannya menggunakan gaya pengambilan keputusan yang maladaptif. Dengan demikian, *self-regulation* merupakan aspek penting yang berkaitan dengan kecenderungan pengambilan keputusan pada mahasiswa tingkat akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Aluja, A., Escorial, S., García, L. F., & García, O. F. (2024). Decision-making styles and psychological adjustment among university students. *Journal of Individual Differences*, 45(2), 95–106.
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). New York: Oxford University Press.
- Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (3rd ed.). New York: Oxford University Press.
- Baiocco, R., Laghi, F., & D'Alessio, M. (2009). Decision-making style among adolescents: Relationship with sensation seeking and locus of control. *Journal of Adolescence*, 32(4), 963–976.
- Bavolár, J., & Orosová, O. (2015). Decision-making styles and their associations with decision-making competencies and mental health. *Judgment and Decision Making*, 10(1), 115–122.
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of Affective Disorders*, 173, 90–96.
- Byrnes, J. P., Miller, D. C., & Schafer, W. D. (1999). Gender differences in risk taking: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125(3), 367–383.
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2012). *Kepribadian: Teori dan penelitian* (Edisi ke-10). Jakarta: Salemba Humanika.
- Friedman, H. S., & Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian: Teori klasik dan riset modern*. Jakarta: Erlangga.
- Gadzella, B. M. (1994). Student-life stress inventory: Identification of and reactions to stressors. *Psychological Reports*, 74(2), 395–402.
- Hey, C., McDaniel, H., & Hodis, F. (2024). Self-regulation and academic achievement in higher

- education: A systematic review. *Educational Psychology Review*, 36(1), 1–25.
- Kusumawardhani, N. (2022). Hubungan regulasi diri dengan gaya pengambilan keputusan rasional pada mahasiswa usia 19–23 tahun. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 145–156.
- Ramadhan, S. (2025). *Pengaruh regulasi diri terhadap stres akademik mahasiswa semester akhir di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Skripsi). Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Scott, S. G., & Bruce, R. A. (1995). Decision-making style: The development and assessment of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5), 818–831.
- Vural, L. (2013). The relationship between self-regulation and academic achievement. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(2), 1147–1152.
- Wilks, S. E. (2008). Resilience amid academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work*, 9(2), 106–125.
- Yusni, N. (2024). Hubungan regulasi diri dengan pengambilan keputusan karier pada siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13(1), 52–61.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). San Diego, CA: Academic Press.