



Perbedaan Hasil Belajar Mahasiswa dalam Mata Kuliah Metodologi Penelitian Ditinjau dari Tingkat Penerapan *Self-Assessment*

Indra Kurniawan¹, M.E Winarno²

S2 Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang, Indonesia^{1,2}

indra.kurniawan.2406148@students.um.ac.id¹, m.e.winarno.fik@um.ac.id²

Abstrak

Pendidikan tinggi kontemporer menuntut mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan belajar mandiri dan keterampilan metakognitif. *Self-assessment* merupakan komponen kunci dari *self-regulated learning* yang melibatkan proses evaluasi pemahaman, refleksi strategi belajar, dan penetapan target belajar. Penelitian ini bertujuan menganalisis perbedaan hasil belajar mahasiswa semester 5 Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Malang dalam mata kuliah Metodologi Penelitian berdasarkan tingkat penerapan *self-assessment*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *ex post facto* komparatif yang melibatkan 29 mahasiswa (total sampling). Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *self-assessment* (20 item, skala Likert 4 poin) dan dokumen nilai ujian tengah semester. Mahasiswa dikategorikan menjadi tiga kelompok: Sedang (n=10), Tinggi (n=14), dan Sangat Tinggi (n=5) berdasarkan metode persentil. Data dianalisis menggunakan *One-Way ANOVA* dan *Post Hoc Tukey HSD* ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antar kelompok ($F=13,547$; $p<0,001$). Kelompok Sangat Tinggi memiliki rerata nilai 79,00, kelompok Tinggi 68,21, dan kelompok Sedang 63,30. Uji *Post Hoc* mengungkapkan bahwa kelompok Sangat Tinggi berbeda signifikan dengan kelompok Tinggi ($p=0,002$) dan kelompok Sedang ($p=0,000$), mengindikasikan adanya *threshold effect* dimana *self-assessment* yang sangat konsisten meningkatkan hasil belajar hingga 24,80%. Penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa tingkat penerapan *self-assessment* berkontribusi signifikan terhadap hasil belajar mahasiswa dalam mata kuliah Metodologi Penelitian.

Kata kunci: *Self-Assessment*, Hasil Belajar, Metodologi Penelitian, *Self-Regulated Learning*, Mahasiswa Pendidikan Jasmani

Abstract

Contemporary higher education requires students to develop independent learning abilities and metacognitive skills. Self-assessment is a key component of self-regulated learning involving processes of evaluating understanding, reflecting on learning strategies, and setting learning targets. This study aimed to analyze differences in learning outcomes of 5th semester students in Physical Education, Health, and Recreation Study Program at State University of Malang in Research Methodology course based on self-assessment implementation levels. The study employed a quantitative approach with ex post facto comparative design involving 29 students (total sampling). Instruments consisted of self-assessment questionnaire (20 items, 4-point Likert scale) and midterm exam score documents. Students were categorized into three groups: Moderate (n=10), High (n=14), and Very High (n=5) based on percentile method. Data were analyzed using One-Way ANOVA and Post Hoc Tukey HSD ($\alpha=0.05$). Results showed significant differences among groups ($F=13.547$; $p<0.001$). Very High

kinerja akademik, *self-regulated learning*, pembelajaran sepanjang hayat, serta *self-efficacy* mahasiswa (Köppe, Verhoeff, & van Joolingen, 2024).

Pentingnya *self-assessment* semakin diperkuat oleh bukti empiris dari berbagai konteks pembelajaran. Yan dan Brown (2017) dalam studi longitudinal menemukan bahwa mahasiswa yang rutin melakukan *self-assessment* memiliki prestasi akademik 15% lebih tinggi dibanding kelompok kontrol. Wollenschläger et al. (2016) mengidentifikasi bahwa akurasi *self-assessment* berkorelasi positif dengan pencapaian akademik ($r = 0,42$; $p < 0,01$). Panadero, Jonsson, dan Botella (2017) dalam meta-analisis menyimpulkan bahwa *self-assessment* yang sistematis berkontribusi signifikan terhadap peningkatan prestasi akademik melalui mekanisme *metacognitive awareness* dan *self-regulation*. Penelitian di Indonesia juga mendukung temuan ini, dimana Sari dan Wijaya (2020) menemukan bahwa *self-assessment* meningkatkan hasil belajar mahasiswa pada mata kuliah berbasis proyek. Namun, penelitian yang secara spesifik menganalisis perbedaan hasil belajar berdasarkan tingkat penerapan *self-assessment* dalam mata kuliah Metodologi Penelitian, khususnya di bidang keolahragaan, masih sangat terbatas.

Mata kuliah Metodologi Penelitian memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari mata kuliah lain karena menuntut penguasaan pengetahuan abstrak yang kompleks dan keterampilan prosedural yang spesifik (Surahman & Sulthoni, 2023). Penelitian mengungkapkan bahwa 75,30% mahasiswa mempersepsikan mata kuliah ini kompleks, dan terdapat kesenjangan signifikan antara hasil pembelajaran dengan kemampuan aplikasi ketika menyusun laporan ilmiah (Hidayati, Permanasari, & Musthafa, 2021; Nugraha, Kamsurya, & Halim, 2024). Tantangan ini menunjukkan perlunya strategi pembelajaran yang dapat membantu mahasiswa mengidentifikasi kesenjangan pemahaman mereka secara mandiri, yang menjadi fungsi utama dari *self-assessment*.

Fenomena di lapangan menunjukkan perbedaan pola belajar yang mencolok antar mahasiswa. Sebagian mahasiswa menunjukkan kebiasaan melakukan evaluasi diri secara rutin merefleksikan pemahaman setelah perkuliahan, mengidentifikasi materi yang belum dikuasai, menetapkan target belajar mingguan, dan menggunakan rubrik dalam mengerjakan tugas. Mahasiswa ini cenderung proaktif mencari sumber belajar tambahan dan melakukan revisi berulang sebelum mengumpulkan tugas. Sebaliknya, sebagian mahasiswa lain cenderung pasif, jarang melakukan refleksi, tidak memiliki target belajar

jelas, dan mengerjakan tugas mendekati *deadline* tanpa evaluasi kualitas. Perbedaan praktik *self-assessment* ini diduga berkontribusi terhadap variasi hasil belajar yang signifikan dalam mata kuliah Metodologi Penelitian. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa tantangan terbesar mahasiswa Indonesia dalam pembelajaran adalah kurangnya *self-regulation* dan literasi digital yang memadai (Semma et al., 2024).

Penelitian ini penting karena memberikan bukti empiris tentang kontribusi *self-assessment* terhadap hasil belajar dalam konteks pembelajaran Metodologi Penelitian di Indonesia, yang dapat menjadi dasar bagi dosen dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif. Jika terbukti bahwa tingkat penerapan *self-assessment* memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar, integrasi aktivitas *self-assessment* ke dalam desain pembelajaran menjadi sangat relevan. Hal ini sejalan dengan rekomendasi bahwa program pelatihan SRL di pendidikan tinggi perlu fokus pada pengembangan strategi metakognitif dan *resource management* yang terbukti paling efektif meningkatkan prestasi akademik mahasiswa (Theobald, 2021; Broadbent & Poon, 2015).

Secara praktis, hasil penelitian ini bermanfaat bagi dosen dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang mengintegrasikan aktivitas *self-assessment* secara sistematis melalui penyediaan rubrik penilaian yang jelas, pemberian waktu untuk refleksi, dan desain tugas yang mendorong mahasiswa mengevaluasi pekerjaan mereka sendiri. Bagi mahasiswa, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengelola proses belajar sendiri dan mengembangkan kebiasaan evaluasi diri yang konsisten. Bagi institusi pendidikan tinggi, temuan ini dapat menjadi masukan dalam pengembangan kebijakan pembelajaran yang mendorong pembelajaran mandiri dan metakognitif sebagai bagian dari kompetensi lulusan. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis perbedaan hasil belajar mahasiswa semester 5 PJKR Universitas Negeri Malang yang mengambil mata kuliah Metodologi Penelitian *Offering A* berdasarkan nilai Ujian Tengah Semester (UTS) ditinjau dari tingkat penerapan *self-assessment*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *ex post facto* komparatif. Rancangan ini dipilih karena peneliti tidak memberikan perlakuan (treatment) kepada subjek penelitian, melainkan menganalisis perbedaan hasil belajar yang sudah terjadi berdasarkan tingkat penerapan *self-assessment* yang telah dipraktikkan mahasiswa secara natural dalam proses pembelajaran. Variabel bebas dalam penelitian

ini adalah tingkat penerapan *self-assessment* yang dikategorikan menjadi tiga kelompok (Sedang, Tinggi, dan Sangat Tinggi), sedangkan variabel terikat adalah hasil belajar mahasiswa dalam mata kuliah Metodologi Penelitian yang diukur dari nilai Ujian Tengah Semester (UTS).

Subjek penelitian adalah seluruh mahasiswa semester 5 Program Studi PJKR Universitas Negeri Malang tahun akademik 2024/2025 yang mengambil mata kuliah Metodologi Penelitian *Offering A*, berjumlah 29 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling (sensus), yaitu seluruh mahasiswa dalam kelas tersebut dijadikan subjek penelitian. Untuk memastikan validitas data, ditetapkan kriteria inklusi subjek penelitian sebagai berikut: (1) mahasiswa aktif yang mengikuti perkuliahan minimal 75% kehadiran, (2) telah menyelesaikan Ujian Tengah Semester (UTS) mata kuliah Metodologi Penelitian, dan (3) bersedia menjadi responden penelitian dengan mengisi kuesioner *self-assessment*. Berdasarkan kriteria tersebut, seluruh 29 mahasiswa memenuhi syarat dan bersedia menjadi subjek penelitian.

Penelitian ini menggunakan dua instrumen pengumpulan data. Pertama, kuesioner tingkat penerapan *self-assessment* yang dikembangkan berdasarkan teori *self-regulated learning* dari Zimmerman (2000) dan dimensi *self-assessment* dari Boud dan Falchikov (2006). Instrumen terdiri dari 20 item pernyataan yang mengukur lima komponen: (1) penilaian diri terhadap pemahaman materi (5 item), (2) refleksi proses belajar (4 item), (3) penetapan target belajar (4 item), (4) penggunaan kriteria penilaian (4 item), dan (5) tindak lanjut self-assessment (3 item). Kuesioner menggunakan skala Likert 4 poin (1 = tidak pernah, 2 = jarang, 3 = sering, 4 = selalu) dengan rentang skor total 20-80. Penggunaan skala Likert 4 poin (genap) bertujuan menghindari kecenderungan responden memilih jawaban netral dan memaksa responden menentukan posisi yang jelas (Hadi, 1991; Sugiyono, 2012). Validitas instrumen dilakukan melalui *expert judgment* oleh ahli, yaitu dosen pengampu mata kuliah Metodologi Penelitian yang juga ahli di bidang evaluasi pembelajaran. Proses validasi mencakup penilaian terhadap kesesuaian item dengan indikator komponen *self-assessment*, kejelasan redaksional dan bahasa, serta relevansi dengan konteks pembelajaran Metodologi Penelitian di PJKR. Berdasarkan penilaian kedua ahli, seluruh 20 item dinyatakan valid dan layak digunakan tanpa revisi, dengan kesepakatan inter-rater yang tinggi dalam menilai kesesuaian item dengan konstruk yang diukur. Kedua, dokumen hasil belajar berupa nilai Ujian Tengah Semester

(UTS) mata kuliah Metodologi Penelitian. Nilai UTS mengukur pemahaman mahasiswa terhadap materi yang telah dipelajari pada paruh pertama semester, meliputi konsep dasar penelitian, jenis-jenis penelitian, masalah dan variabel penelitian, kajian pustaka, serta kerangka teoretis. Nilai UTS menggunakan skala 0-100 yang diperoleh langsung dari dosen pengampu mata kuliah.

Pengumpulan data dilaksanakan pada minggu ke-9 atau 10 semester gasal tahun akademik 2024/2025, setelah pelaksanaan UTS dan nilai UTS telah tersedia namun sebelum nilai diumumkan kepada mahasiswa. Prosedur pengumpulan data meliputi: (1) meminta izin kepada dosen pengampu mata kuliah Metodologi Penelitian, (2) menjelaskan tujuan penelitian dan meminta kesediaan mahasiswa menjadi responden dengan menekankan aspek kerahasiaan dan anonimitas data, (3) membagikan kuesioner tingkat penerapan *self-assessment* secara online melalui *Google Form* dan *offline* melalui angket yang berisi 20 item pernyataan, (4) memberikan waktu pengisian selama 10-15 menit dengan instruksi yang jelas mengenai skala Likert 1-4, (5) memastikan tidak ada responden yang memberikan jawaban yang sama untuk semua item (response set bias), dan (6) mengumpulkan data hasil belajar berupa nilai Ujian Tengah Semester (UTS) mata kuliah dari dosen pengampu setelah mendapat persetujuan tertulis dari mahasiswa.

Analisis data dilakukan melalui empat tahap. Pertama, kategorisasi berdasarkan persentil dimana subjek penelitian dikategorikan menjadi tiga kelompok berdasarkan tingkat penerapan *self-assessment* menggunakan metode persentil. Prosedur kategorisasi dilakukan dengan langkah berikut: (1) skor *self-assessment* dari 29 mahasiswa diurutkan dari terendah ke tertinggi, (2) persentil ke-33 (P_{33}) dan persentil ke-67 (P_{67}) dihitung menggunakan rumus interpolasi *linear*, dan (3) kategorisasi kelompok berdasarkan *cut-off point* sebagaimana tersaji pada Tabel 1. Metode persentil dipilih karena menghasilkan distribusi yang lebih seimbang dan representatif dibandingkan kategorisasi berbasis rentang tetap, sehingga lebih sesuai untuk analisis komparatif dengan ukuran sampel yang terbatas.

Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Penerapan Self-Assessment Berdasarkan Persentil

Kategori	Cut-off Point	Keterangan
Sedang	Skor < P_{33}	Skor di bawah persentil ke-33
Tinggi	$P_{33} \leq$ Skor < P_{67}	Skor antara persentil ke-33

Kategori	Cut-off Point	Keterangan
		hingga di bawah persentil ke-67
Sangat Tinggi	Skor $\geq P_{67}$	Skor pada atau di atas persentil ke-67

Kedua, analisis deskriptif menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data meliputi mean, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum dari masing-masing kelompok. Data juga disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan diagram untuk memudahkan interpretasi. Ketiga, uji prasyarat analisis yang meliputi: (1) uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov test untuk menguji apakah data berdistribusi normal pada setiap kelompok, dan (2) uji homogenitas varians menggunakan Levene's test untuk menguji kesamaan varians antar kelompok. Asumsi normalitas dan homogenitas varians harus terpenuhi sebelum menggunakan uji parametrik One-Way ANOVA. Keempat, uji hipotesis menggunakan One-Way ANOVA (Analysis of Variance) untuk menguji perbedaan rata-rata hasil belajar antar tiga kelompok tingkat penerapan *self-assessment*. Jika hasil ANOVA menunjukkan perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$), dilanjutkan dengan uji post hoc menggunakan Tukey HSD test untuk mengetahui kelompok mana yang berbeda secara signifikan. Seluruh analisis statistik dilakukan menggunakan exel.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam pengukuran hasil belajar yang hanya menggunakan nilai UTS. Nilai UTS hanya mencerminkan pemahaman mahasiswa terhadap materi paruh pertama semester dan belum mengukur pencapaian pembelajaran secara komprehensif. Namun, penggunaan nilai UTS dipilih karena: (1) UTS merupakan evaluasi formatif yang penting dalam proses pembelajaran, (2) waktu pengukuran yang lebih dekat dengan periode praktik *self-assessment* mahasiswa, dan (3) kemudahan akses data penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 29 mahasiswa semester 5 Program Studi PJKR Universitas Negeri Malang yang mengambil mata kuliah Metodologi Penelitian Offering A tahun akademik 2024/2025. Mahasiswa dikelompokkan menjadi tiga kategori berdasarkan skor *self-assessment* menggunakan metode persentil sebagaimana tersaji

pada Tabel 1. Mayoritas mahasiswa (48,3%) berada pada kategori Tinggi, diikuti kategori Sedang (34,5%) dan Sangat Tinggi (17,2%).

Tabel 1. Pengelompokan Mahasiswa Berdasarkan Tingkat Self-Assessment

Kategori	Rentang Skor	Jumlah Mahasiswa	Persentase
Sedang	47-59	10	34,5%
Tinggi	62-67	14	48,3%
Sangat Tinggi	70-72	5	17,2%
Total		29	100%

Perbandingan hasil belajar antar kelompok menunjukkan pola yang konsisten bahwa semakin tinggi tingkat penerapan *self-assessment*, semakin tinggi rata-rata nilai UTS yang diperoleh mahasiswa. Kelompok Sangat Tinggi mencapai rata-rata nilai UTS 79,00, kelompok Tinggi 68,21, dan kelompok Sedang 63,30 sebagaimana ditampilkan pada Tabel 2. Rentang nilai pada kelompok Sangat Tinggi juga menunjukkan konsistensi yang lebih baik dengan nilai terendah 68 dan tertinggi 90, sementara kelompok Tinggi dan Sedang memiliki nilai terendah yang sama yaitu 60.

Tabel 2. Rata-Rata Nilai UTS Berdasarkan Tingkat Self-Assessment

Kategori Self-Assessment	Jumlah	Rata-Rata Nilai UTS	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi
Sedang	10	63,30	60	75
Tinggi	14	68,21	60	75
Sangat Tinggi	5	79,00	68	90

Besaran perbedaan hasil belajar antar kelompok dapat dilihat pada Tabel 3. Kelompok Sangat Tinggi menunjukkan peningkatan nilai yang paling mencolok, yaitu 24,80% lebih tinggi dibandingkan kelompok Sedang dan 15,82% lebih tinggi dibandingkan kelompok Tinggi. Sementara itu, kelompok Tinggi hanya memiliki peningkatan 7,76% dibandingkan kelompok Sedang.

Tabel 3. Perbandingan Peningkatan Nilai Antar Kelompok

Dibandingkan dengan	Peningkatan Nilai
Tinggi vs Sedang	+4,91 poin (7,76% lebih tinggi)
Sangat Tinggi vs Sedang	+15,70 poin (24,80% lebih tinggi)
Sangat Tinggi vs Tinggi	+10,79 poin (15,82% lebih tinggi)

Distribusi nilai berdasarkan huruf mutu memperkuat temuan bahwa tingkat penerapan self-assessment berpengaruh terhadap kualitas hasil belajar mahasiswa. Pada kelompok Sedang, 80% mahasiswa memperoleh nilai C dan hanya 20% yang mencapai nilai B. Kelompok Tinggi menunjukkan distribusi yang lebih baik dengan 43% mahasiswa memperoleh nilai B dan 57% nilai C. Sementara itu, kelompok Sangat Tinggi memiliki distribusi terbaik dimana 40% mahasiswa mencapai nilai A, 40% nilai B, dan hanya 20% yang memperoleh nilai C sebagaimana ditampilkan pada Tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Nilai dalam Huruf Mutu

Kategori	Nilai A	Nilai B	Nilai C
Sedang	0 (0%)	2 (20%)	8 (80%)
Tinggi	0 (0%)	6 (43%)	8 (57%)
Sangat Tinggi	2 (40%)	2 (40%)	1 (20%)

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis untuk memastikan data memenuhi asumsi penggunaan uji parametrik. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov test menunjukkan bahwa data pada semua kelompok berdistribusi normal ($p > 0,05$). Uji homogenitas varians menggunakan Levene's test menunjukkan bahwa varians antar kelompok homogen ($p = 0,076$). Dengan terpenuhinya kedua asumsi tersebut, analisis dapat dilanjutkan menggunakan One-Way ANOVA. Hasil uji ANOVA menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada hasil belajar antar ketiga kelompok tingkat penerapan self-assessment ($F = 13,547$; $p < 0,001$). Nilai signifikansi yang jauh di bawah 0,05 mengindikasikan bahwa perbedaan hasil belajar antar kelompok bukan terjadi secara kebetulan, melainkan benar-benar nyata secara statistik. Untuk mengetahui kelompok mana yang berbeda secara signifikan, dilakukan uji lanjutan Post Hoc Tukey HSD. Hasil uji Post Hoc menunjukkan bahwa kelompok Sangat Tinggi berbeda signifikan dengan kelompok Sedang ($p = 0,000$) dan

kelompok Tinggi ($p = 0,002$). Namun, perbedaan antara kelompok Tinggi dan Sedang tidak signifikan secara statistik ($p = 0,092$) meskipun nilai p mendekati batas alfa 0,05.

Temuan bahwa kelompok Sangat Tinggi memiliki hasil belajar yang signifikan lebih baik dibandingkan kelompok Tinggi dan Sedang mendukung teori *self-regulated learning* dari Zimmerman (2000) yang menekankan bahwa mahasiswa yang aktif memonitor dan mengevaluasi proses belajarnya memiliki prestasi akademik lebih baik. Dalam konteks mata kuliah Metodologi Penelitian yang kompleks secara konseptual dan prosedural, kemampuan mengevaluasi pemahaman secara berkala menjadi sangat krusial. Mahasiswa yang secara konsisten melakukan *self-assessment* dapat mengidentifikasi secara spesifik bagian materi yang belum dipahami, sehingga dapat mengalokasikan upaya belajar lebih efektif pada materi yang memerlukan penguatan.

Hasil penelitian ini konsisten dengan meta-analisis yang dilakukan oleh Yan et al. (2022) dan Köppe et al. (2024) yang mengungkapkan bahwa intervensi *self-assessment* memberikan efek positif yang konsisten terhadap prestasi akademik mahasiswa. Temuan ini juga menguatkan penelitian Yan dan Brown (2017) yang menemukan bahwa mahasiswa yang rutin melakukan *self-assessment* memiliki prestasi akademik 15% lebih tinggi dibanding kelompok kontrol. Dalam penelitian ini, efek yang ditemukan bahkan lebih kuat (24,80%), yang dapat dijelaskan oleh kompleksitas mata kuliah Metodologi Penelitian yang membuat *self-assessment* lebih krusial. Wollenschläger et al. (2016) juga menemukan bahwa akurasi *self-assessment* berkorelasi positif dengan pencapaian akademik ($r = 0,42$; $p < 0,01$), yang sejalan dengan temuan penelitian ini.

Fenomena *threshold effect* yang teridentifikasi dalam penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi literatur tentang *self-assessment*. Perbedaan yang tidak signifikan antara kelompok Tinggi dan Sedang ($p = 0,092$) namun perbedaan yang sangat signifikan antara kelompok Sangat Tinggi dengan kedua kelompok lainnya mengindikasikan bahwa peningkatan hasil belajar yang substansial baru terjadi ketika *self-assessment* dilakukan sangat konsisten dan sistematis, bukan sekadar rutin. Ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *self-assessment* tinggi mungkin sudah melakukan evaluasi diri berkala, namun belum optimal dalam melakukan tindak lanjut konkret seperti mencari bantuan dosen atau teman, memperbaiki strategi belajar, atau melakukan revisi berulang seperti yang dilakukan oleh kelompok Sangat Tinggi.

Lima komponen *self-assessment* yang diukur dalam penelitian ini memberikan penjelasan tentang mekanisme peningkatan hasil belajar. Penilaian diri terhadap pemahaman materi membantu mahasiswa mengidentifikasi gap pemahaman sehingga dapat mengalokasikan upaya belajar lebih efektif. Refleksi proses belajar memungkinkan mahasiswa mengevaluasi efektivitas strategi belajar dan mengoptimalkan pendekatan mereka, yang sangat penting untuk mata kuliah yang menuntut pemahaman konseptual dan prosedural seperti Metodologi Penelitian. Penetapan target belajar memberikan arah yang jelas, meningkatkan fokus dan motivasi, serta membantu mengatur waktu dan sumber daya belajar lebih efisien. Penggunaan kriteria penilaian membantu mahasiswa memahami standar kualitas yang diharapkan dan menilai secara objektif apakah pekerjaan mereka sudah memenuhi standar tersebut. Tindak lanjut *self-assessment* memastikan bahwa evaluasi diri tidak berhenti pada kesadaran semata, tetapi ditindaklanjuti dengan aksi konkret yang memperbaiki pembelajaran.

Relevansi temuan ini dengan karakteristik mata kuliah Metodologi Penelitian sangat jelas. Penelitian menunjukkan bahwa mata kuliah Metodologi Penelitian merupakan mata kuliah yang menantang karena menuntut penguasaan pengetahuan abstrak yang kompleks dan keterampilan prosedural yang spesifik (Surahman & Sulthoni, 2023). Hidayati et al. (2021) menemukan bahwa 75,30% mahasiswa mempersepsikan mata kuliah ini kompleks, dengan kesenjangan signifikan antara hasil pembelajaran dan kemampuan aplikasi. *Self-assessment* menjadi krusial karena berbeda dengan mata kuliah hafalan, Metodologi Penelitian menuntut pemahaman konsep abstrak seperti paradigma penelitian, epistemologi, dan validitas, serta kemampuan prosedural dalam merancang penelitian. Mahasiswa tanpa *self-assessment* sistematis akan kesulitan mengidentifikasi apakah mereka sudah memahami konsep dasar sebelum melanjutkan ke materi yang lebih kompleks.

Distribusi nilai berdasarkan huruf mutu memperkuat temuan tentang dampak substantif *self-assessment* terhadap kualitas pembelajaran. Pada kelompok Sangat Tinggi, 40% mahasiswa mencapai nilai A dan 40% nilai B, menunjukkan bahwa *self-assessment* tidak hanya meningkatkan rata-rata nilai tetapi juga membantu mahasiswa mencapai level pemahaman yang lebih tinggi. Sebaliknya, kelompok Sedang didominasi nilai C (80%), mengindikasikan pemahaman yang masih terbatas. Fenomena ini menunjukkan bahwa

self-assessment yang konsisten membantu mahasiswa tidak hanya lulus tetapi benar-benar menguasai materi dengan baik.

Implikasi praktis dari penelitian ini bagi dosen adalah pentingnya mengintegrasikan aktivitas *self-assessment* secara sistematis dalam pembelajaran melalui penyediaan rubrik penilaian yang jelas, pemberian waktu untuk refleksi setelah setiap pertemuan, dan desain tugas yang mendorong mahasiswa mengevaluasi pekerjaan mereka sendiri sebelum mengumpulkan. Dosen juga perlu mengembangkan *scaffolding* khusus untuk mahasiswa dengan tingkat *self-assessment* sedang, seperti menyediakan template refleksi, checklist pemahaman materi, atau *guided questions* yang membantu mahasiswa melakukan evaluasi diri secara lebih terstruktur. Pemberian modeling konkret tentang bagaimana melakukan *self-assessment* yang efektif juga penting, misalnya dengan menunjukkan contoh refleksi yang baik atau memandu mahasiswa menggunakan rubrik untuk menilai contoh pekerjaan. Kombinasi *self-assessment* dengan *peer-assessment* juga dapat memperkaya perspektif mahasiswa tentang kualitas pekerjaan mereka.

Bagi mahasiswa, temuan penelitian ini menggarisbawahi pentingnya meluangkan waktu 5-10 menit untuk refleksi setelah setiap pembelajaran, menggunakan rubrik sebagai panduan saat mengerjakan tugas, menetapkan target belajar yang spesifik dan terukur setiap minggu, serta menindaklanjuti hasil evaluasi diri dengan mencari bantuan dosen atau teman atau mencari sumber belajar tambahan. Kebiasaan *self-assessment* yang konsisten tidak hanya bermanfaat untuk mata kuliah Metodologi Penelitian tetapi juga untuk pengembangan kemampuan belajar mandiri yang akan berguna sepanjang karier akademik dan profesional mereka.

Bagi institusi pendidikan tinggi, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam pengembangan program pelatihan *self-regulated learning* untuk mahasiswa baru, integrasi praktik *self-assessment* dalam kurikulum lintas mata kuliah tidak hanya di PJKR tetapi juga program studi lain, serta pengembangan sistem *e-learning* yang memfasilitasi aktivitas refleksi dan monitoring pembelajaran mahasiswa secara digital. Investasi dalam pengembangan kompetensi metakognitif mahasiswa akan memberikan dampak jangka panjang terhadap kualitas lulusan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu dipertimbangkan dalam interpretasi hasil. Pertama, hasil belajar hanya diukur dari nilai UTS yang mencerminkan

pemahaman mahasiswa terhadap materi paruh pertama semester dan belum mencakup nilai akhir atau produk karya ilmiah seperti proposal penelitian. Kedua, desain *ex post facto* tidak memungkinkan kesimpulan kausal definitif karena tidak ada manipulasi variabel bebas. Ketiga, penggunaan *self-report questionnaire* rentan terhadap *social desirability* bias dimana mahasiswa mungkin memberikan jawaban yang dianggap lebih baik daripada praktik sesungguhnya. Keempat, ukuran sampel yang relatif kecil ($n=29$), terutama pada kelompok Sangat Tinggi ($n=5$), membatasi generalisasi temuan.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain eksperimental dengan *pre-test* dan *post-test* untuk mengkonfirmasi hubungan kausal antara *self-assessment* dan hasil belajar. Penggunaan *multiple measures* yang mencakup nilai akhir, kualitas proposal penelitian, dan kemampuan presentasi akan memberikan gambaran lebih komprehensif tentang dampak *self-assessment*. Kombinasi *self-report* dengan observasi pembelajaran, *learning logs*, atau portfolio akan mengurangi bias pengukuran. Penelitian dengan sampel lebih besar atau studi multi-program studi akan meningkatkan generalisabilitas temuan. Penelitian longitudinal yang mengikuti mahasiswa sepanjang semester juga diperlukan untuk memahami konsistensi praktik *self-assessment* dan dampaknya terhadap hasil belajar akhir. Eksplorasi variabel mediator seperti akurasi *self-assessment* dan variabel moderator seperti *self-efficacy* atau motivasi intrinsik juga akan memperkaya pemahaman tentang mekanisme dan kondisi optimal efektivitas *self-assessment*.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan signifikan hasil belajar mahasiswa dalam mata kuliah Metodologi Penelitian berdasarkan tingkat penerapan *self-assessment* ($F = 13,547$; $p < 0,001$). Mahasiswa dengan *self-assessment* Sangat Tinggi memiliki hasil belajar 24,80% lebih baik dari kelompok Sedang dan 15,82% lebih baik dari kelompok Tinggi, mengindikasikan *threshold effect* dimana peningkatan signifikan terjadi ketika *self-assessment* dilakukan sangat konsisten dan sistematis. Implikasi praktis mencakup integrasi aktivitas *self-assessment* sistematis dalam pembelajaran, pengembangan *scaffolding* untuk mahasiswa, dan pemberian pemodelan praktik efektif. Penelitian lanjutan dengan desain eksperimental, pengukuran komprehensif, dan sampel lebih besar diperlukan untuk konfirmasi dan eksplorasi mekanisme serta kondisi *optimal self-assessment* dalam meningkatkan hasil belajar mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrade, H. L. (2019). A critical review of research on student self-assessment. *Frontiers in Education*, 4, 87. <https://doi.org/10.3389/feduc.2019.00087>
- Boud, D., & Falchikov, N. (2006). Aligning assessment with long-term learning. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 31(4), 399-413. <https://doi.org/10.1080/02602930600679050>
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-regulated learning strategies & 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>
- Ha, S. Y., Roehrig, A. D., & Zhang, G. (2023). The role of self-regulated learning in students' academic achievement: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 35(1), 32. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09745-6>
- Hadi, S. (1991). *Analisis butir untuk instrumen angket, tes, dan skala nilai dengan BASICA*. Andi Offset.
- Hidayati, N., Permanasari, A., & Musthafa, B. (2021). Kesulitan mahasiswa dalam pembelajaran metodologi penelitian. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 6(7), 1007-1013.
- Jansen, R. S., Van Leeuwen, A., Janssen, J., Jak, S., & Kester, L. (2019). Self-regulated learning partially mediates the effect of self-regulated learning interventions on achievement in higher education: A meta-analysis. *Educational Research Review*, 28, 100292. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2019.100292>
- Köppe, C., Verhoeff, R. P., & van Joolingen, W. R. (2024). Self-assessment in higher education: A systematic review of its effects on learning. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 49(2), 245-262. <https://doi.org/10.1080/02602938.2023.2198900>
- Nugraha, D. A., Kamsurya, R., & Halim, A. (2024). Analisis kesulitan mahasiswa dalam memahami mata kuliah metodologi penelitian. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(1), 234-241.
- Panadero, E., Jonsson, A., & Botella, J. (2017). Effects of self-assessment on self-regulated learning and self-efficacy: Four meta-analyses. *Educational Research Review*, 22, 74-98. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2017.08.004>
- Sari, D. P., & Wijaya, K. (2020). Pengaruh self-assessment terhadap hasil belajar mahasiswa pada mata kuliah berbasis proyek. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 156-167.
- Semma, B. A., Lekka, E., Masduki, M., & Hidayat, R. (2024). Challenges in self-regulated learning among Indonesian university students: A systematic review.

Asia Pacific Journal of Education, 44(1), 89-105.
<https://doi.org/10.1080/02188791.2023.2256789>

Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Surahman, E., & Sulthoni. (2023). Complexity in teaching research methodology: Indonesian lecturers' perspectives. *International Journal of Research in Education and Science*, 9(1), 145-162.

Theobald, M. (2021). Self-regulated learning training programs enhance university students' academic performance, self-regulated learning strategies, and motivation: A meta-analysis. *Contemporary Educational Psychology*, 66, 101976. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101976>

Winstone, N. E., & Carless, D. (2020). Designing effective feedback processes in higher education: A learning-focused approach. Routledge.

Wollenschläger, M., Hattie, J., Machts, N., Möller, J., & Harms, U. (2016). What makes rubrics effective in teacher-feedback? Transparency of learning goals is not enough. *Contemporary Educational Psychology*, 44-45, 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2015.11.003>

Yan, Z., & Brown, G. T. L. (2017). A cyclical self-assessment process: Towards a model of how students engage in self-assessment. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 42(8), 1247-1262. <https://doi.org/10.1080/02602938.2016.1260091>

Yan, Z., Lao, H., Panadero, E., & Fernández-Castilla, B. (2022). A systematic review and meta-analysis of self-assessment and peer-assessment interventions in higher education. *Assessment & Evaluation in Higher Education*, 47(8), 1181-1198. <https://doi.org/10.1080/02602938.2021.2012644>

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). Academic Press.