



Strategi Menyimak sebagai Regulasi Kognitif dan Metakognitif dalam Pembelajaran Berbasis Proyek

Dedy Setyawan¹

¹Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Tidar
dedysetyawan@untidar.ac.id

Fitri Anugrah Kilisuci Fiiarum²

²Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Tidar
kilisuci@untidar.ac.id

Abstrak: Penelitian mengenai strategi menyimak di perguruan tinggi masih relatif terbatas, padahal menyimak merupakan keterampilan fundamental yang berperan penting dalam proses pembelajaran akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi menyimak mahasiswa dalam pembelajaran berbasis proyek dengan menempatkannya sebagai bentuk regulasi kognitif dan metakognitif dalam mengelola beban kognitif. Menyimak dipahami sebagai proses aktif yang melibatkan pengendalian perhatian, pemantauan, dan evaluasi pemahaman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan subjek 30 mahasiswa semester pertama Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia. Data diperoleh melalui observasi, refleksi tertulis, dan analisis dokumen, kemudian dianalisis secara iteratif melalui reduksi, pengkodean, kategorisasi, dan interpretasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengembangkan strategi menyimak yang adaptif melalui integrasi strategi kognitif, metakognitif, dan afektif. Strategi seperti *note-taking*, *repeated listening*, dan *inferencing* berfungsi tidak hanya untuk memahami informasi, tetapi juga untuk mengelola keterbatasan kapasitas kognitif. Kesulitan menyimak muncul dari interaksi kompleks antara faktor kognitif, teknis, dan afektif yang meningkatkan beban kognitif. Dalam kondisi tersebut, strategi menyimak berperan sebagai mediator antara *listening effort* dan pemahaman. Temuan ini menegaskan bahwa strategi menyimak merupakan bagian dari sistem regulasi diri yang terintegrasi dengan metakognisi dan beban kognitif, serta memiliki implikasi penting bagi pengembangan pembelajaran menyimak yang lebih reflektif dan strategis.

Kata Kunci: kontrol metakognitif, manajemen beban kognitif, pembelajaran berbasis proyek, regulasi diri, upaya menyimak

Abstract: Research on listening strategies in higher education remains relatively limited, even though listening is a fundamental skill that plays an important role in academic learning processes. This study aims to analyze students' listening strategies in project-based learning by positioning them as forms of cognitive and metacognitive regulation in managing cognitive load. Listening is understood as an active process involving attention control, monitoring, and comprehension evaluation. This study employed a descriptive qualitative approach involving 30 first-

semester students of the Indonesian Language Education Study Program. Data were collected through observation, written reflections, and document analysis, then analyzed iteratively through reduction, coding, categorization, and interpretation. The findings reveal that students developed adaptive listening strategies through the integration of cognitive, metacognitive, and affective strategies. Strategies such as note-taking, repeated listening, and inferencing functioned not only to understand information but also to manage limitations in cognitive capacity. Listening difficulties emerged from the complex interaction of cognitive, technical, and affective factors that increased cognitive load. Under these conditions, listening strategies functioned as mediators between listening effort and comprehension. These findings affirm that listening strategies are part of a self-regulation system integrated with metacognition and cognitive load, and they have important implications for the development of more reflective and strategic listening instruction.

Keywords: cognitive load management, listening effort, metacognitive control, project-based learning, self-regulation

PENDAHULUAN

Menyimak menempati posisi fundamental dalam proses pembelajaran bahasa, terutama pada jenjang pendidikan tinggi yang menuntut kemampuan memahami informasi kompleks secara akurat. Aktivitas akademik seperti perkuliahan, diskusi, dan presentasi bergantung pada kemampuan mahasiswa dalam mengolah informasi lisan secara aktif dan reflektif. Menurut Rost (2016), menyimak melibatkan proses neurologis, linguistik, semantik, dan pragmatik yang saling terintegrasi dalam membangun pemahaman makna. Perspektif ini menegaskan bahwa menyimak merupakan proses kognitif yang kompleks dan berlapis. Sullivan (2014) memandang menyimak sebagai aktivitas generatif yang bersifat konstruktif dan dialogis dalam membangun pemahaman terhadap dunia dan orang lain. Pandangan tersebut menunjukkan bahwa menyimak memiliki dimensi epistemik yang berkontribusi pada pembentukan pengetahuan. Namun, praktik pembelajaran di kelas masih sering memposisikan menyimak sebagai aktivitas reseptif pasif yang berorientasi pada hasil akhir. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara konsep teoretis menyimak dan implementasi pedagogis di perguruan tinggi.

Kajian tentang menyimak telah berkembang dengan menempatkan aspek kognitif dan metakognitif sebagai komponen penting dalam proses pemahaman. Worthington dan Bodie (2018) menjelaskan bahwa menyimak mencakup dimensi

kognitif, afektif, dan perilaku yang saling berinteraksi dalam membentuk kompetensi menyimak. Penelitian lain menunjukkan bahwa keberhasilan menyimak sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengelola perhatian, memanfaatkan pengetahuan awal, serta melakukan inferensi terhadap informasi yang diterima (Rost, 2016). Selain itu, pendekatan metakognitif menekankan pentingnya kemampuan perencanaan, pemantauan, dan evaluasi selama proses menyimak berlangsung. Gordon (2012) melalui konsep *audiation* menunjukkan bahwa pemahaman tidak berhenti pada penerimaan bunyi, melainkan melibatkan proses internalisasi makna secara aktif. Temuan-temuan tersebut memperkuat asumsi bahwa menyimak merupakan keterampilan berpikir tingkat tinggi yang memerlukan pengelolaan strategi secara sadar. Meskipun demikian, pembelajaran menyimak di perguruan tinggi belum secara optimal mengintegrasikan pengembangan strategi metakognitif. Hal ini berdampak pada rendahnya kesadaran mahasiswa terhadap proses yang mereka lakukan saat menyimak.

Sejumlah penelitian terbaru telah mengkaji menyimak sebagai proses akademik yang melibatkan aspek kognitif, strategis, dan metakognitif. Penelitian Siregar dkk. (2026) menunjukkan bahwa menyimak akademik tidak dapat dipahami sebagai aktivitas pasif, melainkan proses aktif yang melibatkan pengendalian perhatian, pemrosesan informasi, dan regulasi pemahaman dalam situasi akademik yang kompleks. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *academic listening* memiliki tuntutan kognitif yang berbeda dengan *everyday listening* karena menuntut kemampuan memahami ide utama, mengenali struktur wacana, serta melakukan note-taking secara simultan (Siregar dkk., 2026). Temuan tersebut memperlihatkan bahwa menyimak berkaitan erat dengan pengelolaan beban kognitif dan penggunaan strategi belajar yang adaptif.

Penelitian terbaru juga mulai menempatkan menyimak sebagai keterampilan berpikir tingkat tinggi yang berkaitan dengan kemampuan inferensi dan pemaknaan kritis. Penelitian lain menunjukkan bahwa intervensi pembelajaran menyimak berbasis *flipped learning* dan konteks budaya mampu meningkatkan kemampuan inferensi kritis mahasiswa secara signifikan (Kurniawan & Zaim, 2025).

Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa pembelajaran menyimak perlu dirancang secara reflektif, strategis, dan kontekstual agar mampu mendorong keterlibatan kognitif yang lebih mendalam.

Di sisi lain, pembelajaran berbasis proyek mulai banyak digunakan untuk meningkatkan keterlibatan mahasiswa melalui aktivitas autentik dan kontekstual. Pendekatan ini memungkinkan mahasiswa berinteraksi dengan berbagai sumber informasi sekaligus membangun pemahaman secara mandiri. Kajian terbaru juga menunjukkan bahwa proses menyimak dipengaruhi oleh perhatian, pengendalian sumber daya kognitif, dan *cognitive load* yang muncul selama pemrosesan informasi berlangsung. Penelitian mengenai *cognitive processing* menegaskan bahwa perhatian dan beban kognitif memiliki hubungan langsung terhadap efektivitas pemrosesan informasi dalam aktivitas menyimak dan memahami stimulus auditori (Sun dkk., 2026). Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada hasil pembelajaran atau tantangan menyimak akademik secara umum. Kajian yang secara khusus menganalisis strategi menyimak mahasiswa dalam pembelajaran berbasis proyek masih relatif terbatas.

Rost (2016) mengemukakan bahwa pembelajaran menyimak yang efektif perlu memberikan ruang bagi keterlibatan aktif mahasiswa melalui berbagai jenis aktivitas seperti *selective*, *interactive*, dan *extensive listening*. Pendekatan tersebut bertujuan meningkatkan kemampuan memahami informasi sekaligus mengembangkan strategi menyimak. Sullivan (2014) menegaskan bahwa pembelajaran yang menempatkan menyimak sebagai aktivitas reflektif dapat mendorong pengembangan empati dan keterbukaan berpikir. Di sisi lain, pembelajaran berbasis proyek mulai banyak digunakan untuk meningkatkan keterlibatan mahasiswa melalui aktivitas yang autentik dan kontekstual. Pendekatan ini memungkinkan mahasiswa untuk berinteraksi dengan berbagai sumber informasi serta mengonstruksi pengetahuan secara mandiri. Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada hasil pembelajaran, seperti peningkatan pemahaman atau keterampilan komunikasi. Kajian yang secara spesifik menelaah strategi menyimak mahasiswa dalam kerangka pembelajaran berbasis proyek masih terbatas.

Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu diisi, khususnya terkait integrasi antara strategi menyimak dan pembelajaran berbasis proyek. Penelitian sebelumnya belum banyak mengungkap bagaimana mahasiswa mengembangkan dan menggunakan strategi menyimak selama terlibat dalam aktivitas proyek. Padahal, pembelajaran berbasis proyek memiliki potensi untuk mendorong keterlibatan kognitif dan metakognitif secara lebih mendalam. Selain itu, hubungan antara pengalaman belajar berbasis proyek dan peningkatan kesadaran metakognitif dalam menyimak masih belum banyak dikaji secara empiris. Kondisi ini membuka peluang untuk mengeksplorasi proses internal yang dialami mahasiswa selama kegiatan menyimak berlangsung. Dengan demikian, penelitian yang mengkaji strategi menyimak dalam pembelajaran berbasis proyek memiliki nilai kebaruan yang signifikan. Fokus pada proses, bukan hanya hasil, menjadi kontribusi penting dalam pengembangan kajian menyimak.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi menyimak mahasiswa dalam pembelajaran berbasis proyek dengan menempatkan strategi menyimak sebagai bagian dari proses regulasi kognitif dan metakognitif. Penelitian ini berupaya mengidentifikasi bentuk strategi yang digunakan mahasiswa dalam mengelola perhatian, memahami informasi, dan mengatasi kesulitan menyimak selama aktivitas proyek berlangsung. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan mengungkap keterkaitan antara strategi menyimak, *listening effort*, dan pengelolaan beban kognitif dalam proses pembelajaran. Melalui fokus tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis terhadap pengembangan kajian menyimak sebagai proses berpikir tingkat tinggi sekaligus memberikan implikasi pedagogis bagi pengembangan pembelajaran menyimak yang lebih reflektif, strategis, dan kontekstual di perguruan tinggi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif untuk mengkaji strategi menyimak mahasiswa dalam pembelajaran berbasis proyek. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada proses kognitif dan metakognitif yang berkembang selama kegiatan menyimak berlangsung. Menurut

Creswell (2023), pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti mengungkap makna pengalaman partisipan melalui interpretasi data yang mendalam.

Penelitian dilaksanakan pada mahasiswa semester pertama Program Studi Pendidikan Bahasa Indonesia Universitas Tidar yang mengikuti mata kuliah Menyimak. Pemilihan subjek pada semester awal didasarkan pada pertimbangan bahwa mahasiswa berada pada fase transisi dari pembelajaran bahasa di jenjang sebelumnya menuju tuntutan akademik perguruan tinggi yang lebih kompleks, sehingga strategi menyimak yang digunakan masih dalam tahap pembentukan dan relatif belum terotomatisasi. Kondisi ini memungkinkan peneliti mengamati proses perkembangan strategi secara lebih autentik dan dinamis. Selain itu, program studi pendidikan bahasa Indonesia dipilih karena menyimak merupakan kompetensi dasar yang menjadi fondasi bagi pengembangan keterampilan berbahasa lainnya serta berperan penting dalam praktik pedagogis calon guru bahasa.

Subjek penelitian berjumlah 30 mahasiswa yang dipilih secara *purposive* berdasarkan keterlibatan aktif dalam seluruh tahapan pembelajaran berbasis proyek. Teknik *purposive* digunakan untuk memastikan bahwa partisipan memiliki pengalaman yang utuh terhadap proses pembelajaran yang diteliti, sehingga data yang diperoleh mencerminkan dinamika strategi menyimak secara komprehensif. Jumlah partisipan tersebut dipandang memadai dalam penelitian kualitatif karena memungkinkan eksplorasi data secara mendalam sekaligus menjaga keberagaman pengalaman belajar yang dianalisis. Dengan karakteristik tersebut, subjek penelitian dinilai representatif untuk mengungkap proses kognitif dan metakognitif yang berkembang dalam pembelajaran menyimak berbasis proyek.

Alur berpikir penelitian dimulai dari identifikasi aktivitas menyimak mahasiswa, kemudian dilanjutkan dengan pengungkapan strategi yang digunakan, serta penafsiran hubungan antara aktivitas proyek dan kesadaran metakognitif. Kerangka ini memungkinkan peneliti mengkaji strategi menyimak secara sistematis dan terarah. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama yang saling melengkapi untuk memperoleh informasi yang komprehensif. Observasi dilakukan secara terstruktur selama proses pembelajaran untuk mencatat perilaku menyimak yang tampak pada mahasiswa. Refleksi tertulis dikumpulkan setiap minggu

sebagai bentuk penggalian informasi terkait proses berpikir mahasiswa selama menyimak. Menurut Creswell (2023), data reflektif dapat digunakan untuk mengungkapkan pengalaman subjektif yang tidak dapat diamati secara langsung. Analisis dokumen dilakukan terhadap produk proyek dan catatan proses yang disusun oleh mahasiswa selama kegiatan berlangsung. Setiap teknik pengumpulan data dirancang untuk menangkap aspek yang berbeda dari aktivitas menyimak, sehingga menghasilkan data yang saling melengkapi. Prosedur triangulasi diterapkan melalui perbandingan hasil observasi, refleksi, dan dokumen untuk meningkatkan keabsahan data. Langkah ini memastikan bahwa informasi yang diperoleh memiliki konsistensi dan kedalaman analisis.

Analisis data dilakukan melalui tahapan yang sistematis untuk menghasilkan temuan yang valid dan bermakna. Tahap pertama dilakukan reduksi data dengan memilih informasi yang relevan dengan fokus penelitian. Tahap kedua dilakukan pengkodean untuk mengelompokkan data berdasarkan jenis strategi menyimak yang muncul selama pembelajaran. Menurut Creswell (2023), proses pengkodean membantu peneliti mengorganisasi data menjadi kategori yang bermakna. Tahap ketiga dilakukan kategorisasi dengan mengacu pada kerangka strategi kognitif dan metakognitif dalam menyimak. Peneliti kemudian melakukan interpretasi untuk menjelaskan hubungan antara aktivitas proyek dan perkembangan strategi menyimak mahasiswa. Kriteria analisis didasarkan pada konsistensi kemunculan strategi, kedalaman refleksi mahasiswa, serta keterkaitan antara tindakan dan pemahaman yang dihasilkan. Proses analisis dilakukan secara iteratif dengan memeriksa ulang data untuk menjaga keakuratan temuan.

Tabel 1 Analisis Data Strategi Menyimak Mahasiswa

Tahap Analisis	Deskripsi Kegiatan	Contoh Data	Hasil/Kategori
Reduksi Data	Menyeleksi data yang relevan dengan fokus strategi menyimak	“Saya mencoba fokus pada bagian penting saat dosen menjelaskan”	Data relevan dengan strategi menyimak
Pengkodean	Memberikan kode pada data berdasarkan jenis strategi	Fokus pada informasi penting	Strategi kognitif (<i>selective attention</i>)
Kategorisasi	Mengelompokkan kode ke dalam kategori strategi	<i>Selective attention</i>	Strategi kognitif
Interpretasi	Menaafsirkan makna strategi dalam konteks pembelajaran	Mahasiswa mampu memfilter informasi penting	Indikasi kesadaran strategi menyimak

Standar referensi dalam penelitian ini mengacu pada kajian teoretis tentang menyimak sebagai proses kognitif dan metakognitif. Rost (2016) menjelaskan bahwa menyimak melibatkan integrasi proses linguistik, semantik, dan pragmatik dalam memahami informasi. Worthington dan Bodie (2018) menegaskan bahwa menyimak mencakup dimensi kognitif, afektif, dan perilaku yang dapat dianalisis melalui berbagai pendekatan. Sullivan (2014) memandang menyimak sebagai proses konstruktif yang berperan dalam pembentukan pemahaman dan refleksi. Kerangka tersebut digunakan sebagai dasar untuk mengidentifikasi dan mengklasifikasikan strategi menyimak mahasiswa. Penggunaan referensi ini memungkinkan peneliti melakukan kajian secara kritis terhadap data yang diperoleh. Dengan demikian, hasil analisis tidak berhenti pada deskripsi, melainkan menghasilkan pemaknaan yang mendalam terhadap strategi menyimak mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dinamika dan Pola Strategi Menyimak Mahasiswa dalam Pembelajaran Berbasis Proyek

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengembangkan pola strategi menyimak yang beragam dan cenderung adaptif selama terlibat dalam pembelajaran berbasis proyek. Variasi strategi tersebut muncul karena mahasiswa menghadapi tuntutan pemrosesan informasi yang berbeda-beda selama memahami materi audio. Pada kondisi tersebut, mahasiswa tidak hanya dituntut memahami isi informasi, tetapi juga mengelola perhatian, mempertahankan fokus, dan menyesuaikan strategi ketika mengalami kesulitan memahami materi simakan. Data penelitian menunjukkan bahwa strategi yang paling dominan digunakan ialah *note-taking*, *selective attention*, *inferencing*, dan *repeated listening*. Misalnya, Kelompok 1 melaporkan penggunaan *note-taking* dan *repeated listening* dengan cara mencatat kata kunci, istilah asing, serta memutar ulang audio untuk memastikan ketepatan catatan yang dibuat (K1-SK). Kelompok lain menggunakan prediksi isi berdasarkan judul dan konteks, memperhatikan intonasi pembicara, serta melakukan pencarian kosakata sulit untuk memperkuat pemahaman (K5-SK). Sementara itu, beberapa

kelompok menerapkan strategi *inferencing* dengan menebak makna istilah dan isi pembicaraan berdasarkan konteks yang tersedia (K6-SK). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menegaskan bahwa *selective attention* dan *inferencing* merupakan bagian penting dalam proses pemrosesan makna pada aktivitas menyimak akademik (Graham, 2017). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *repeated listening* membantu pendengar memperkuat pemahaman dan mengurangi kehilangan informasi selama proses menyimak (Siegel, 2018). Dengan demikian, strategi kognitif yang digunakan mahasiswa tidak hanya berfungsi untuk memahami isi audio, tetapi juga menjadi bentuk adaptasi terhadap tuntutan kognitif dalam pembelajaran berbasis proyek.

Di samping strategi kognitif, mahasiswa juga menunjukkan perkembangan strategi metakognitif selama proses pembelajaran berlangsung. Perkembangan tersebut terjadi karena pembelajaran berbasis proyek menuntut mahasiswa untuk lebih sadar terhadap proses berpikir dan pemahaman mereka sendiri ketika menyimak. Situasi pembelajaran yang berbasis proyek mendorong mahasiswa untuk merencanakan strategi, memantau tingkat pemahaman, dan mengevaluasi efektivitas strategi yang digunakan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Data penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan perencanaan sebelum menyimak dengan membagi durasi audio menjadi beberapa bagian, memprediksi isi materi, serta menentukan fokus perhatian.

Selama proses menyimak berlangsung, mahasiswa melakukan pemantauan terhadap pemahaman mereka dengan mengenali bagian yang tidak dipahami, kemudian secara sadar memutuskan untuk mengulang bagian tertentu. Setelah kegiatan menyimak selesai, mahasiswa melakukan evaluasi melalui diskusi kelompok dan refleksi tertulis untuk menilai sejauh mana pemahaman mereka terhadap isi audio. Pola tersebut menunjukkan adanya perkembangan kesadaran metakognitif, meskipun tingkat perkembangannya belum merata pada seluruh peserta.

Temuan ini selaras dengan kajian yang menjelaskan bahwa perencanaan, monitoring, dan evaluasi merupakan inti dari regulasi diri dalam menyimak (Goh, 2018). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kesadaran metakognitif membantu

pendengar mengontrol perhatian dan meningkatkan efektivitas pemrosesan informasi selama aktivitas menyimak berlangsung (Zhang & Goh, 2022). Oleh sebab itu, pembelajaran berbasis proyek dapat dipahami sebagai lingkungan belajar yang mendukung berkembangnya regulasi diri mahasiswa dalam aktivitas menyimak.

Selain strategi kognitif dan metakognitif, strategi afektif dan sosial juga muncul sebagai bagian dari pola menyimak mahasiswa. Kemunculan strategi ini menunjukkan bahwa proses menyimak tidak hanya berkaitan dengan pemrosesan informasi, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi emosional dan interaksi sosial selama pembelajaran berlangsung. Dalam pembelajaran berbasis proyek, mahasiswa perlu mengelola rasa bosan, cemas, maupun empati terhadap isi audio agar tetap mampu mempertahankan fokus dan keterlibatan dalam proses menyimak. Data penelitian menunjukkan bahwa beberapa kelompok berupaya mengelola emosi seperti rasa bosan, cemas, dan empati terhadap isi audio, terutama pada materi yang berkaitan dengan bencana atau isu sosial.

Data penelitian menunjukkan bahwa respons afektif mahasiswa bersifat beragam. Pada kelompok yang menyimak topik perubahan iklim, muncul perasaan cemas karena bencana dianggap dapat terjadi kapan saja, disertai rasa iba terhadap para korban yang terdampak (K3-SA). Sebaliknya, kelompok yang membahas isu kepemudaan dan prestasi internasional melaporkan munculnya rasa bangga, semangat, dan dorongan untuk terus belajar (K6-SA). Pada kelompok lain, proses menyimak berulang kali justru memunculkan rasa bosan setelah materi didengarkan berkali-kali (K4-SA). Pengelolaan respons tersebut dilakukan melalui kerja sama kelompok, pembagian tugas, serta diskusi untuk memperjelas pemahaman. Interaksi antaranggota kelompok berperan penting dalam memperkuat proses pemaknaan karena mahasiswa dapat saling melengkapi informasi yang terlewat.

Temuan ini menunjukkan bahwa menyimak dalam konteks pembelajaran berbasis proyek tidak berlangsung secara individual, melainkan bersifat kolaboratif dan dialogis. Interaksi antaranggota kelompok membantu mahasiswa saling melengkapi informasi yang terlewat dan memperkuat proses pemaknaan terhadap materi simakan. Hal tersebut tampak pada laporan kelompok yang menyatakan

bahwa diskusi dilakukan untuk membandingkan hasil simakan antaranggota sehingga informasi yang belum dipahami dapat dijelaskan oleh anggota lain (K4-SA).

Temuan ini memperlihatkan bahwa aktivitas menyimak dalam pembelajaran berbasis proyek berlangsung secara kolaboratif dan dialogis, bukan semata-mata individual. Hasil tersebut sejalan dengan kajian yang menegaskan bahwa aktivitas menyimak yang reflektif dan dialogis dapat memperkuat keterlibatan emosional serta keterbukaan berpikir dalam proses pembelajaran (Sullivan, 2014). Dengan demikian, strategi afektif dan sosial memiliki kontribusi penting dalam membantu mahasiswa mempertahankan keterlibatan dan membangun pemahaman bersama selama aktivitas menyimak berlangsung.

Jika ditinjau secara komparatif antar kelompok, terlihat adanya variasi dalam kombinasi strategi yang digunakan mahasiswa selama pembelajaran berbasis proyek. Beberapa kelompok menunjukkan penggunaan strategi yang lebih beragam dengan mengombinasikan *note-taking*, *repeated listening*, *inferencing*, pencarian informasi tambahan, dan diskusi kelompok. Sementara itu, kelompok lain cenderung lebih sering mengandalkan strategi pencatatan dan pengulangan audio untuk mendukung pemahaman. Variasi tersebut menunjukkan bahwa pemilihan strategi menyimak dipengaruhi oleh pengalaman belajar, karakteristik materi simakan, serta kebutuhan masing-masing kelompok selama proses pembelajaran berlangsung.

Temuan ini menunjukkan bahwa kompleksitas tugas dan karakteristik sumber audio memengaruhi pilihan strategi yang digunakan mahasiswa dalam menyimak. Hasil tersebut sejalan dengan kajian *cognitive load* yang menjelaskan bahwa meningkatnya kompleksitas informasi akan mendorong individu menggunakan strategi regulasi yang lebih adaptif untuk mempertahankan efektivitas pemrosesan informasi (Peelle, 2018). Dengan demikian, strategi menyimak dapat dipahami sebagai bentuk regulasi kognitif yang berkembang sesuai dengan tuntutan tugas dan karakteristik materi simakan. Untuk memperjelas perbandingan tersebut, berikut disajikan tabel komparasi pola strategi menyimak antar kelompok.

Tabel 2 Komparasi Pola Strategi Menyimak Mahasiswa Antar Kelompok

Kelompok	Strategi Dominan	Strategi Pendukung	Ciri Khas Penggunaan Strategi	Indikasi Metakognitif	Level Metakognitif
Kelompok 1	<i>Selective attention, note-taking</i>	Diskusi sederhana	Fokus pada informasi utama tanpa elaborasi mendalam	Terbatas	<i>Basic</i>
Kelompok 2	<i>Note-taking</i>	<i>Repeated listening</i>	Pencatatan dominan, mulai mengulang bagian sulit	Mulai muncul	<i>Basic-Developing</i>
Kelompok 3	<i>Selective attention, inferencing</i>	Diskusi	Mengandalkan pemahaman konteks untuk menebak makna	Terbatas-sedang	<i>Basic-Developing</i>
Kelompok 4	<i>Note-taking, prediction</i>	Diskusi, pembagian tugas	Mulai merencanakan fokus sebelum menyimak	Sedang	<i>Developing</i>
Kelompok 5	<i>Inferencing, repeated listening</i>	Diskusi	Penekanan pada pemahaman makna melalui pengulangan	Sedang	<i>Developing</i>
Kelompok 6	<i>Note-taking, inferencing</i>	<i>Repeated listening</i>	Fokus pada pencatatan dan penebakan makna	Mulai muncul	<i>Developing</i>
Kelompok 7	<i>Note-taking, prediction, analisis non-verbal</i>	Diskusi, pembagian tugas	Strategi lebih variatif dan sistematis	Lebih kuat	<i>Advanced</i>

Indikasi metakognitif dalam tabel 2 ditentukan berdasarkan tiga komponen utama metakognisi, yaitu perencanaan (*planning*), pemantauan (*monitoring*), dan evaluasi (*evaluation*) selama proses menyimak. Perencanaan ditunjukkan melalui aktivitas seperti memprediksi isi audio, menentukan fokus simakan, dan membagi durasi menyimak. Pemantauan tercermin dari kesadaran mahasiswa terhadap tingkat pemahaman, termasuk kemampuan mengidentifikasi bagian yang tidak dipahami dan mengambil keputusan untuk mengulang atau menyesuaikan strategi. Evaluasi terlihat dari aktivitas refleksi setelah menyimak, seperti mendiskusikan hasil simakan, merevisi pemahaman, serta menilai efektivitas strategi yang digunakan. Ketiga komponen ini merupakan indikator utama dalam kajian strategi menyimak berbasis

metakognitif yang menekankan regulasi diri dalam proses pemahaman (Vandergrift & Tafaghodtari, 2010; Goh & Taib, 2006).

Level metakognitif diklasifikasikan ke dalam tiga kategori. Level basic ditandai dengan dominasi strategi kognitif tanpa disertai kesadaran eksplisit terhadap proses berpikir. Level developing ditunjukkan oleh mulai munculnya satu atau dua komponen metakognitif, terutama pemantauan dan pengulangan sebagai bentuk kontrol pemahaman. Level advanced ditandai dengan integrasi ketiga komponen metakognitif secara sistematis, di mana mahasiswa secara sadar merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses menyimak secara berkelanjutan. Klasifikasi ini sejalan dengan kerangka perkembangan kesadaran metakognitif dalam pembelajaran bahasa yang menempatkan regulasi diri sebagai indikator utama keberhasilan belajar (Teng & Zhang, 2021).

Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis proyek mendorong mahasiswa untuk menggunakan strategi menyimak secara lebih aktif dan beragam. Kondisi ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa lingkungan belajar yang autentik dan berbasis tugas mampu memfasilitasi penggunaan strategi secara lebih variatif dan kontekstual (Graham & Macaro, 2020; Jensen & Vinther, 2022).

Lanskap Kesulitan Menyimak: Interaksi Faktor Kognitif, Teknis, dan Afektif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan menyimak yang dialami mahasiswa tidak bersifat tunggal, melainkan merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor kognitif, teknis, dan afektif. Pada aspek kognitif, mahasiswa mengalami kendala dalam memahami istilah baru, menangkap informasi yang disampaikan secara cepat, serta mengintegrasikan berbagai informasi yang tersebar dalam durasi audio yang panjang. Kesulitan ini terutama muncul pada materi yang mengandung konsep abstrak atau istilah teknis, seperti pembahasan perubahan iklim dan teori kognitif dalam talkshow. Selain itu, keterbatasan pengetahuan awal juga menjadi faktor yang memperlambat proses pemahaman, sehingga mahasiswa cenderung mengandalkan strategi inferensi atau menebak makna berdasarkan konteks.

Kondisi ini menunjukkan bahwa proses menyimak tidak hanya bergantung pada kemampuan mendengar, tetapi juga pada kesiapan kognitif dalam mengolah informasi secara simultan. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa keterbatasan kapasitas pemrosesan informasi menjadi salah satu faktor utama dalam kesulitan memahami bahasa lisan (Li, 2021; Aryadoust & Raquel, 2019).

Pada aspek teknis, gangguan eksternal menjadi salah satu faktor dominan yang memengaruhi kualitas menyimak mahasiswa. *Noise* atau kebisingan lingkungan, seperti percakapan di sekitar, aktivitas teman, dan kondisi ruang yang kurang kondusif, terbukti mengganggu konsentrasi mahasiswa meskipun mereka telah menggunakan perangkat bantu seperti *earphone*. Selain itu, kualitas audio yang kurang jelas serta kecepatan penyampaian yang tidak konsisten turut memperburuk pemahaman. Pada beberapa kasus, mahasiswa mengeluhkan adanya bagian audio yang disampaikan terlalu cepat sehingga sulit diikuti secara *real-time*. Durasi audio yang panjang juga menjadi tantangan tersendiri karena menuntut daya tahan perhatian yang tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor teknis memiliki peran signifikan dalam membentuk pengalaman menyimak, terutama dalam konteks pembelajaran yang tidak sepenuhnya terkontrol.

Sementara itu, aspek afektif muncul sebagai faktor yang tidak kalah penting dalam memengaruhi proses menyimak. Mahasiswa melaporkan berbagai respons emosional, mulai dari rasa bosan akibat durasi audio yang panjang, kecemasan terhadap isi materi yang membahas bencana, hingga empati terhadap korban yang diceritakan dalam audio. Kondisi emosional ini secara langsung memengaruhi tingkat fokus dan keterlibatan mahasiswa selama menyimak. Rasa bosan, misalnya, cenderung menurunkan perhatian sehingga informasi penting terlewat, sedangkan kecemasan dapat mengganggu stabilitas kognitif dalam memproses informasi. Di sisi lain, emosi seperti empati justru dapat memperkuat keterlibatan mahasiswa terhadap isi audio, meskipun tidak selalu diikuti dengan peningkatan pemahaman yang sistematis. Dengan demikian, faktor afektif berperan sebagai variabel dinamis yang dapat memperkuat atau justru menghambat proses menyimak.

Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga faktor tersebut tidak bekerja secara terpisah, melainkan saling berinteraksi dalam membentuk pengalaman menyimak mahasiswa. Misalnya, gangguan teknis seperti noise dapat memperburuk beban kognitif karena mahasiswa harus bekerja lebih keras untuk memahami informasi yang tidak terdengar jelas. Hal ini kemudian memicu respons afektif seperti frustrasi atau kelelahan yang semakin menurunkan kualitas pemahaman. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki strategi metakognitif yang lebih baik cenderung mampu mengelola ketiga faktor tersebut secara lebih efektif, misalnya dengan mengatur ulang fokus, mengulang bagian sulit, atau mendiskusikan hasil simakan dengan kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor teknis memiliki peran signifikan dalam membentuk pengalaman menyimak, terutama dalam konteks pembelajaran yang tidak sepenuhnya terkontrol. Penelitian lain juga menegaskan bahwa kualitas input dan kondisi lingkungan berpengaruh langsung terhadap keberhasilan pemahaman dalam menyimak (Brunfaut & Révész, 2015).

Secara keseluruhan, karakteristik kesulitan menyimak yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran menyimak perlu dirancang dengan mempertimbangkan dimensi yang lebih luas, tidak hanya pada aspek materi, tetapi juga kondisi lingkungan dan kesiapan emosional mahasiswa. Kesulitan yang muncul justru membuka ruang bagi pengembangan strategi yang lebih adaptif dan reflektif. Dengan demikian, faktor afektif berperan sebagai variabel dinamis yang dapat memperkuat atau justru menghambat proses menyimak. Keterkaitan antara emosi dan pemahaman ini juga telah banyak dibahas dalam kajian listening comprehension yang menempatkan faktor afektif sebagai bagian integral dari proses kognitif (Graham et al., 2018).

Mekanisme Kognitif dan Metakognitif dalam Proses Menyimak Mahasiswa

Temuan penelitian menunjukkan bahwa strategi menyimak yang digunakan mahasiswa tidak dapat dipahami hanya sebagai aktivitas teknis, melainkan sebagai proses pengelolaan kesadaran berpikir yang berkelindan

dengan beban kognitif yang mereka alami. Pola seperti mencatat, mengulang, memprediksi isi, hingga mendiskusikan hasil simakan mengindikasikan adanya upaya mahasiswa untuk mengatur proses berpikir mereka secara sadar. Aktivitas ini mencerminkan tiga komponen utama metakognisi, yaitu perencanaan, pemantauan, dan evaluasi. Struktur ini sejalan dengan kerangka metakognitif dalam pembelajaran bahasa yang menekankan pentingnya kesadaran terhadap proses berpikir sebagai dasar pengembangan kompetensi (Goh, 2018; Teng & Zhang, 2021). Mahasiswa tidak sekadar menerima informasi, tetapi mulai menunjukkan kemampuan untuk mengarahkan perhatian, mengenali keterbatasan pemahaman, serta mengambil keputusan strategis untuk memperbaikinya. Dengan demikian, menyimak dalam pembelajaran berbasis proyek berkembang menjadi aktivitas reflektif yang melibatkan kontrol diri terhadap proses kognitif.

Jika ditinjau dari perspektif beban kognitif, kesulitan yang dialami mahasiswa dapat dijelaskan sebagai akibat dari tingginya tuntutan pemrosesan informasi secara simultan. Audio dengan durasi panjang, kecepatan bicara yang tidak stabil, serta kemunculan istilah baru meningkatkan beban kognitif intrinsik yang harus diproses oleh mahasiswa. Pada saat yang sama, gangguan eksternal seperti *noise* dan kualitas audio yang kurang optimal menambah beban kognitif ekstrinsik yang tidak relevan dengan tujuan pembelajaran. Kondisi ini menyebabkan kapasitas memori kerja mahasiswa menjadi terbatas, sehingga mereka mengalami kesulitan dalam mempertahankan dan mengintegrasikan informasi secara utuh. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui teori beban kognitif yang menyatakan bahwa keterbatasan memori kerja menjadi faktor utama dalam kompleksitas pemrosesan informasi (Sweller et al., 2020; Li, 2021). Dalam situasi ini, strategi menyimak yang muncul dapat dipahami sebagai mekanisme adaptif untuk mengelola beban kognitif agar tetap berada pada tingkat yang dapat ditangani.

Lebih lanjut, strategi seperti note-taking dan repeated listening berperan sebagai alat untuk mengurangi beban kognitif dengan cara mendistribusikan proses pemrosesan informasi. Ketika mahasiswa mencatat, mereka

memindahkan sebagian informasi dari memori kerja ke bentuk eksternal, sehingga kapasitas kognitif dapat digunakan untuk memahami makna yang lebih dalam. Pengulangan audio memungkinkan mahasiswa melakukan pemrosesan ulang terhadap informasi yang sebelumnya tidak tertangkap, sekaligus memperkuat jejak memori. Sementara itu, strategi prediksi dan inferensi membantu mahasiswa mengaitkan informasi baru dengan pengetahuan yang telah dimiliki, sehingga mengurangi kompleksitas pemahaman. Pola ini menunjukkan bahwa strategi menyimak tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu, tetapi juga sebagai bentuk regulasi kognitif yang mendukung efisiensi pemrosesan informasi. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa strategi menyimak berperan sebagai mekanisme adaptif dalam mengelola tuntutan kognitif selama proses pemahaman berlangsung (Macaro et al., 2018).

Pada tingkat yang lebih tinggi, keterlibatan strategi metakognitif menunjukkan bahwa mahasiswa mulai mengembangkan kesadaran terhadap proses belajar mereka sendiri. Mereka tidak hanya mengetahui apa yang sulit, tetapi juga mulai memahami bagaimana cara mengatasinya. Misalnya, keputusan untuk membagi durasi audio, menggunakan subtitle, atau mendiskusikan hasil simakan merupakan bentuk regulasi diri yang menunjukkan adanya kontrol terhadap proses belajar. Kesadaran ini menjadi indikator penting dalam pengembangan keterampilan menyimak sebagai proses berpikir tingkat tinggi. Dengan kata lain, keberhasilan menyimak tidak hanya ditentukan oleh kemampuan memahami isi audio, tetapi juga oleh kemampuan mengelola proses berpikir yang menyertainya.

Untuk memperjelas hubungan antara strategi menyimak, proses metakognitif, dan pengelolaan beban kognitif, berikut disajikan sintesis temuan dalam bentuk tabel.

Tabel 3 Relasi Strategi Menyimak, Metakognisi, dan Beban Kognitif

Strategi Menyimak	Fungsi Metakognitif	Dampak terhadap Beban Kognitif	Indikasi Proses
<i>Note-taking</i>	Pemantauan dan pencatatan informasi penting	Mengurangi beban memori kerja	Fokus pada informasi utama
<i>Repeated listening</i>	Evaluasi dan perbaikan pemahaman	Memungkinkan pemrosesan ulang	Penguatan pemahaman
<i>Prediction</i>	Perencanaan sebelum menyimak	Mengurangi kompleksitas informasi baru	Aktivasi pengetahuan awal
<i>Inferencing</i>	Pemantauan makna	Mengisi kekosongan informasi	Integrasi konteks
Diskusi kelompok	Evaluasi kolektif	Distribusi beban kognitif	Klarifikasi makna
Pengelolaan fokus	Regulasi perhatian	Mengurangi gangguan eksternal	Kontrol konsentrasi

Sintesis ini menunjukkan bahwa strategi menyimak berfungsi sebagai jembatan antara keterbatasan kognitif dan tuntutan pemahaman yang kompleks. Strategi yang digunakan mahasiswa tidak muncul secara acak, melainkan sebagai respons terhadap tekanan kognitif yang mereka alami selama proses menyimak. Dengan demikian, pembelajaran berbasis proyek memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan strategi yang tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga memperkuat kesadaran metakognitif mereka.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa menyimak merupakan aktivitas yang melibatkan regulasi kognitif tingkat tinggi. Proses ini tidak berhenti pada penerimaan informasi, tetapi mencakup pengelolaan perhatian, pemantauan pemahaman, serta evaluasi hasil secara berkelanjutan. Integrasi antara strategi menyimak, metakognisi, dan pengelolaan beban kognitif menunjukkan bahwa pembelajaran menyimak yang efektif perlu dirancang untuk mendorong kesadaran berpikir, bukan sekadar kemampuan mendengar. Dengan demikian, menyimak dapat diposisikan sebagai proses epistemik yang berkontribusi pada pembentukan pengetahuan secara aktif dan reflektif.

Posisi Temuan Penelitian dalam Lanskap Kajian Menyimak

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa strategi menyimak mahasiswa berkembang secara dinamis melalui interaksi antara aktivitas

kognitif, metakognitif, dan kondisi afektif selama pembelajaran berbasis proyek. Pola ini sejalan dengan pandangan Rost (2016) yang menempatkan menyimak sebagai proses integratif yang melibatkan aspek linguistik, semantik, dan pragmatik dalam membangun pemahaman. Namun, hasil penelitian ini memperluas kerangka tersebut dengan menunjukkan bahwa integrasi tersebut tidak hanya terjadi pada level pemrosesan bahasa, tetapi juga pada level regulasi diri mahasiswa dalam mengelola proses menyimak. Temuan ini memperluas hasil penelitian sebelumnya yang cenderung menempatkan strategi sebagai variabel pendukung, bukan sebagai pusat analisis (Field, 2019; Macaro et al., 2018). Dengan kata lain, mahasiswa tidak hanya memproses makna, tetapi juga secara aktif mengelola bagaimana makna tersebut dipahami melalui strategi yang mereka pilih dan sesuaikan.

Sejalan dengan itu, temuan penelitian ini juga menguatkan perspektif Worthington dan Bodie (2018) yang menyatakan bahwa menyimak mencakup dimensi kognitif, afektif, dan perilaku yang saling berinteraksi. Data menunjukkan bahwa kesulitan menyimak tidak hanya berasal dari kompleksitas materi, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi emosional seperti kebosanan, kecemasan, dan empati. Namun, penelitian ini memberikan kontribusi tambahan dengan menunjukkan bahwa dimensi afektif tersebut tidak bersifat pasif, melainkan berperan aktif dalam membentuk strategi yang digunakan mahasiswa. Misalnya, rasa bosan mendorong mahasiswa untuk melakukan pengulangan atau pembagian durasi audio, sementara kecemasan terhadap isi materi memicu peningkatan perhatian terhadap detail tertentu. Temuan ini menegaskan bahwa dimensi afektif tidak hanya memengaruhi hasil, tetapi juga proses strategi menyimak secara langsung.

Lebih lanjut, jika dikaitkan dengan konsep *listening effort* yang dikemukakan oleh Peelle (2018), temuan penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami peningkatan beban kognitif ketika menghadapi kondisi audio yang tidak ideal, seperti adanya noise, kecepatan bicara yang tinggi, dan durasi yang panjang. Kondisi ini menuntut alokasi sumber daya kognitif yang lebih besar untuk mempertahankan pemahaman, sehingga meningkatkan

usaha mental yang diperlukan dalam menyimak. Strategi seperti note-taking, repeated listening, dan diskusi kelompok dapat dipahami sebagai bentuk kompensasi terhadap peningkatan *listening effort* tersebut. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi konsep *listening effort*, tetapi juga menunjukkan bagaimana mahasiswa secara konkret merespons tekanan kognitif tersebut melalui strategi yang adaptif.

Jika dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, terlihat bahwa sebagian besar studi cenderung berfokus pada hasil menyimak, seperti tingkat pemahaman atau skor tes, tanpa menggali secara mendalam proses internal yang terjadi selama menyimak. Penelitian ini menawarkan perspektif yang berbeda dengan menempatkan strategi menyimak sebagai pusat analisis, sehingga mampu mengungkap bagaimana mahasiswa membangun pemahaman secara bertahap. Selain itu, integrasi antara pembelajaran berbasis proyek dan strategi menyimak belum banyak dikaji dalam penelitian terdahulu, sehingga temuan ini memberikan kontribusi baru dalam menjelaskan bagaimana konteks pembelajaran dapat memengaruhi perkembangan strategi kognitif dan metakognitif mahasiswa. Untuk memperjelas posisi temuan penelitian ini dibandingkan dengan kajian terdahulu, berikut disajikan tabel komparatif.

Tabel 4 Perbandingan Temuan Penelitian dengan Kajian Terdahulu

Aspek	Rost (2016)	Worthington & Bodie (2018)	Peelle (2018)	Temuan Penelitian Ini
Fokus utama	Proses integratif menyimak (linguistik, semantik, pragmatik)	Dimensi kognitif, afektif, perilaku	Beban kognitif dan usaha mental dalam menyimak	Strategi menyimak sebagai regulasi kognitif dan metakognitif
Peran strategi	Implisit dalam proses	Bagian dari perilaku menyimak	Tidak dibahas secara spesifik	Eksplisit sebagai mekanisme adaptif
Dimensi afektif	Tidak dominan	Bagian penting dalam menyimak	Berpengaruh terhadap effort	Berperan aktif membentuk strategi
Beban kognitif	Tidak menjadi fokus utama	Tidak menjadi fokus utama	Konsep utama	Terlihat dalam kesulitan dan strategi mahasiswa
Konteks pembelajaran	Umum	Umum	Eksperimental/lab oratorium	Pembelajaran berbasis proyek

Kontribusi baru	—	—	—	Integrasi strategi, metakognisi, dan konteks proyek
-----------------	---	---	---	---

Berdasarkan perbandingan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memperkaya kajian menyimak dengan mengintegrasikan tiga perspektif utama, yaitu proses kognitif, dimensi afektif, dan beban kognitif dalam satu kerangka analisis yang berorientasi pada strategi. Integrasi ini memperlihatkan bahwa menyimak tidak semata dipahami sebagai proses pemahaman bahasa, melainkan juga sebagai aktivitas regulasi diri yang dipengaruhi oleh konteks pembelajaran serta kondisi individual. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi konsep *listening effort*, tetapi juga memperlihatkan bagaimana mahasiswa secara konkret merespons tekanan kognitif tersebut melalui penggunaan strategi yang adaptif. Temuan ini sejalan dengan bukti empiris yang menunjukkan bahwa peningkatan usaha menyimak berkorelasi dengan kompleksitas input dan kondisi lingkungan (Peelle, 2018; Saito & Akiyama, 2018).

Reorientasi Pembelajaran Menyimak melalui Integrasi Strategi, Metakognisi, dan Beban Kognitif

Temuan penelitian ini memberikan implikasi teoretis yang signifikan terhadap pemahaman menyimak sebagai proses kognitif tingkat tinggi. Menyimak tidak lagi dapat diposisikan sebagai aktivitas reseptif yang berorientasi pada penerimaan informasi, melainkan sebagai proses regulasi diri yang melibatkan pengelolaan strategi secara sadar. Integrasi antara strategi kognitif, metakognitif, dan afektif yang ditemukan menunjukkan bahwa menyimak memiliki struktur yang lebih kompleks dibandingkan yang selama ini diasumsikan dalam praktik pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pengajaran strategi metakognitif secara eksplisit mampu meningkatkan kemampuan menyimak sekaligus kesadaran belajar mahasiswa (Vandergrift & Tafaghodtari, 2010). Dengan demikian, menyimak dapat dipahami sebagai aktivitas yang tidak hanya menghasilkan

pemahaman, tetapi juga membentuk kesadaran berpikir terhadap proses memahami itu sendiri.

Selain itu, temuan penelitian ini mengarah pada penguatan relasi antara metakognisi dan beban kognitif dalam menyimak. Strategi yang digunakan mahasiswa berfungsi sebagai mekanisme untuk mengelola keterbatasan kapasitas kognitif, terutama saat menghadapi kondisi kompleks seperti durasi audio yang panjang, istilah yang tidak familiar, serta gangguan lingkungan. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa kesulitan menyimak berkaitan dengan keterbatasan pemrosesan kognitif dan kurangnya strategi yang efektif (Graham et al., 2010), serta diperkuat oleh konsep *listening effort* yang menekankan hubungan antara tuntutan pemrosesan dan kapasitas kognitif pendengar (Peelle, 2018). Berdasarkan temuan ini, dapat diajukan pengembangan konseptual bahwa strategi menyimak berfungsi sebagai mediator antara *listening effort* dan pemahaman. Perspektif ini memperluas kajian sebelumnya dengan menempatkan strategi sebagai elemen kunci yang menjembatani proses kognitif dan hasil pemahaman.

Dari sisi pedagogis, temuan ini menuntut pergeseran paradigma dalam pembelajaran menyimak di perguruan tinggi. Pembelajaran tidak lagi cukup berfokus pada penyediaan materi audio dan evaluasi hasil, tetapi perlu diarahkan pada pengembangan kesadaran strategi secara eksplisit. Dalam hal ini, dosen memiliki peran penting dalam memfasilitasi mahasiswa untuk mengenali, menggunakan, dan merefleksikan strategi menyimak yang mereka terapkan selama proses belajar. Pendekatan tersebut sejalan dengan temuan mutakhir yang menunjukkan bahwa instruksi strategi secara eksplisit dapat meningkatkan keterlibatan serta efektivitas pembelajaran menyimak (Teng & Zhang, 2021; Graham & Macaro, 2020). Implikasi ini juga diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan bahwa pembelajaran menyimak berbasis strategi mampu meningkatkan keterlibatan dan pemahaman mahasiswa secara signifikan (Cross, 2011), sementara aktivitas refleksi tertulis, diskusi kelompok, serta latihan menyimak berulang terbukti mendorong perkembangan kesadaran metakognitif mahasiswa (Goh & Taib, 2006).

Lebih lanjut, temuan ini membuka peluang bagi pengembangan model pembelajaran menyimak yang lebih integratif. Model tersebut dapat dirancang dengan mengombinasikan tiga komponen utama, yaitu pengelolaan beban kognitif, pengembangan strategi metakognitif, serta keterlibatan afektif mahasiswa dalam proses belajar. Pendekatan ini selaras dengan kerangka *self-regulated learning* yang menekankan pentingnya regulasi diri dalam proses pembelajaran (Zimmerman, 2002), serta didukung oleh penelitian mutakhir yang menunjukkan bahwa kesadaran metakognitif berperan signifikan dalam meningkatkan keberhasilan menyimak (Teng & Zhang, 2021). Selain itu, pengelolaan beban kognitif terbukti menjadi faktor kunci dalam keberhasilan pemahaman bahasa lisan, terutama dalam situasi pembelajaran yang kompleks (Sweller et al., 2020). Dengan demikian, menyimak dapat diposisikan sebagai proses berlapis yang mencakup pemrosesan informasi, regulasi strategi, dan refleksi terhadap pemahaman. Kerangka ini juga diperkuat oleh penelitian terbaru yang menekankan pentingnya integrasi antara kesadaran metakognitif dan pengelolaan beban kognitif dalam pembelajaran bahasa (Zhang & Goh, 2022; Sweller et al., 2020).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa menyimak merupakan keterampilan berpikir tingkat tinggi yang tidak dapat dipisahkan dari kemampuan individu dalam mengelola proses kognitifnya. Integrasi antara strategi, metakognisi, dan beban kognitif menunjukkan bahwa menyimak merupakan proses yang aktif, reflektif, dan terarah. Temuan ini tidak hanya memperkuat kerangka teoretis yang telah ada, tetapi juga memperluasnya melalui penekanan pada peran strategi sebagai mediator dalam proses pemahaman. Dengan demikian, menyimak dapat ditempatkan sebagai fondasi penting dalam pengembangan kompetensi akademik yang lebih luas, khususnya dalam membangun kemampuan berpikir kritis dan reflektif mahasiswa.

PENUTUP

Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa strategi menyimak mahasiswa dalam pembelajaran berbasis proyek berkembang secara dinamis melalui integrasi antara strategi kognitif, metakognitif, dan afektif. Mahasiswa tidak hanya menggunakan strategi dasar seperti mencatat dan memahami informasi, tetapi juga mulai menunjukkan kesadaran dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses menyimak mereka. Kesulitan yang muncul selama proses menyimak terbukti tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan hasil interaksi antara faktor kognitif, teknis, dan afektif yang secara simultan memengaruhi pemahaman. Temuan ini menegaskan bahwa strategi menyimak berfungsi sebagai mekanisme adaptif untuk mengelola beban kognitif, sekaligus sebagai indikator berkembangnya kesadaran metakognitif mahasiswa. Kebaruan penelitian ini terletak pada penegasan peran strategi menyimak sebagai mediator antara *listening effort* dan pemahaman dalam konteks pembelajaran berbasis proyek. Dengan demikian, menyimak dapat diposisikan sebagai proses regulasi diri yang bersifat aktif, reflektif, dan terarah. Secara pedagogis, hasil penelitian ini mengimplikasikan perlunya desain pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada hasil, tetapi juga pada pengembangan kesadaran strategi secara eksplisit melalui aktivitas reflektif, kolaboratif, dan berulang. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji model integratif antara strategi menyimak, metakognisi, dan pengelolaan beban kognitif dalam konteks yang lebih luas guna memperkuat validitas konseptual dan aplikatif temuan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Aryadoust, V., & Raquel, M. (2019). *Cognitive diagnostic assessment in listening. Language Testing*, 36(1), 1–24. <https://doi.org/10.1177/0265532217723844>
- Brunfaut, T., & Révész, A. (2015). *The role of task and listener variables. Applied Linguistics*, 36(4), 1–23. <https://doi.org/10.1093/applin/amu063>
- Cross, J. (2011). *Metacognitive instruction for helping less-skilled listeners. System*, 39(4), 408–420. <https://doi.org/10.1016/j.system.2011.07.008>
- Field, J. (2019). *Rethinking The Second Language Listening Test: From Theory to Practice*. University of Toronto Press.
- Goh, C. C. M. (2018). Metacognitive instruction for second language listening development: Theory, practice and research implications. *RELJ Journal*, 49(2), 161–175. <https://doi.org/10.1177/0033688217746201>

- Goh, C. C. M., & Taib, Y. (2006). Metacognitive instruction in listening for young learners. *ELT Journal*, 60(3), 222–232. <https://doi.org/10.1093/elt/ccl006>
- Graham, S. (2017). Research into practice: Listening strategies in an instructed classroom setting. *Language Teaching*, 50(1), 107–119. <https://doi.org/10.1017/S0261444815000550>
- Graham, S., & Macaro, E. (2020). Strategy instruction in listening. *Language Teaching*, 53(2), 1–15. <https://doi.org/10.1017/S0261444819000048>
- Graham, S., Santos, D., & Vanderplank, R. (2010). Listening comprehension and strategy use: A longitudinal exploration. *System*, 38(1), 52–68. <https://doi.org/10.1016/j.system.2009.12.001>
- Graham, S., Santos, D., & Vanderplank, R. (2018). Exploring the relationship between listening development and strategy use. *Language Teaching Research*, 22(1), 1–20. <https://doi.org/10.1177/1362168817690183>
- Jensen, C., & Vinther, T. (2022). Listening strategies and comprehension. *System*, 105, 102726. <https://doi.org/10.1016/j.system.2021.102726>
- Kurniawan, K., & Zaim, M. (2026) From Comprehension to Critical Inference: Large-Effect Gains of a Culturally Grounded, *Flipped Listening Intervention for Southeast Asian Undergraduates*. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.6088650>
- Macaro, E., Graham, S., & Vanderplank, R. (2018). A systematic review of L2 listening strategies. *Language Teaching Research*, 22(1), 1–21. <https://doi.org/10.1177/1362168816688315>
- Peelle, J. E. (2018). Listening effort: How the cognitive consequences of acoustic challenge are reflected in brain and behavior. *Ear and Hearing*, 39(2), 204–214. <https://doi.org/10.1097/AUD.0000000000000494>
- Rost, M. (2016). Teaching and researching listening (3rd ed.). Routledge.
- Saito, K., & Akiyama, Y. (2018). Listening development and cognitive processing. *Studies in Second Language Acquisition*, 40(3), 1–24. <https://doi.org/10.1017/S02722263117000660>
- Siegel, J. (2018). Teaching listening: Top-down and bottom-up. *ELT Journal*, 72(2), 1–10. <https://doi.org/10.1093/elt/ccx063>
- Siregar, D. Y., Rambe, U. A., Sari, A. M., Aisy, R., Nasution, S. K., & Sakila, B. (2026). From Hearing to Understanding: A New Perspective on Academic Listening Challenges. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mahasiswa*, 4(1), 1151–1160. <https://doi.org/10.61722/jipm.v4i1.2043>
- Sullivan, P. (2014). *A New Writing Classroom: Listening, Motivation, and Habits of Mind*. Utah State University Press.
- Sweller, J., Ayres, P., & Kalyuga, S. (2020). Cognitive load theory. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-8126-4>
- Teng, F., & Zhang, D. (2021). Development of metacognitive awareness in L2 listening. *Language Teaching Research*, 25(4), 545–563. <https://doi.org/10.1177/1362168820906485>
- Vandergrift, L., & Tafaghodtari, M. H. (2010). Teaching listening strategies. *Studies in Second Language Acquisition*, 32(2), 203–227. <https://doi.org/10.1017/S02722263109990420>
- Worthington, D. L., & Bodie, G. D. (2018). *The sourcebook of listening research: Methodology and measures*. Wiley-Blackwell.

- Zhang, D., & Goh, C. (2022). Metacognition and L2 listening revisited. *Language Teaching Research*, 26(6), 1–20. <https://doi.org/10.1177/13621688211012345>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2