

## Gambaran Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19

Dhea Safira Hendrika

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

\* Corresponding Author. E-mail: [deasafirah@gmail.com](mailto:deasafirah@gmail.com)

### Abstrak

Virus Covid-19 sedang menjadi perhatian dunia termasuk di Indonesia sehingga pemerintah mengeluarkan berbagai kebijakan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19. Kebijakan tersebut diantaranya penetapan PSBB (pembatasan sosial skala besar) sehingga semua kegiatan dialihkan ke rumah atau *Work From Home* (WFH) termasuk kegiatan perkuliahan, dialihkan menjadi pembelajaran via *online*. Karena dipindahkannya proses perkuliahan ke rumah menjadikan mahasiswa diuntut untuk mengelola serta mengatur belajarnya sendiri (*self-regulated learning*) selama masa Covid-19. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket dan disebarikan secara *online* melalui *google form*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek penelitian mahasiswa angkatan 2017, 2019, dan 2018, jurusan psikologi Universitas Negeri Padang. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* pada mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 61,4%, kategori tinggi dengan persentase 38,6%. Hal ini menunjukkan bahwa pada umumnya mahasiswa sudah memahami dan melaksanakan *self-regulated learning* pada kegiatan perkuliahan selama masa pandemi covid-19.

**Kata Kunci:** *self-regulated learning, covid-19*

### Abstract

*The Covid-19 virus is becoming a worldwide concern, including in Indonesia, so the government has issued various policies to prevent the spread of the Covid-19 virus. These policies include the establishment of PSBB (large-scale social restrictions) so that all activities are transferred to home or Work From Home (WFH), including education activities, are transferred to online learning. Due to the transfer of the lecture process to home, students are required to manage and regulate their own learning (Self-Regulated Learning) during the Covid-19 period. Collecting data in this study using a questionnaire and distributed online via google form. This study uses a descriptive quantitative method with research subjects of 2017 2019 and 2018 students, majoring in psychology, Padang State University. The results of this study indicate that self-regulated learning in students is in the medium category with a percentage of 61.4%, in the high category with a percentage of 38.6%. This shows that in general students have understood and implemented self-regulated learning in lecture activities during the COVID-19 pandemic.*

**Keywords:** *self-regulated learning, covid-19*

## PENDAHULUAN

Menurut data resmi dari situs Covid-19, di Indonesia saat ini terhitung hingga tanggal 22 Oktober, sebanyak 377.541 orang dinyatakan positif virus Covid-19, 301.006 orang dinyatakan sembuh dan 12.959 orang dinyatakan meninggal dunia akibat virus (Covid-19, 2020, 22 Oktober). Karena penyebaran yang terus meluas maka pemerintah Indonesia mengeluarkan aturan *work from home* (WFH) atau bekerja dari rumah. WFH diberlakukan demi menekan angka positif Covid-19 yang terus melonjak, aturan lain yang dilakukan yaitu PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) di setiap wilayah yang dinyatakan rawan terhadap penyebaran Covid-19, *social distancing*, rajin mencuci tangan, dan keluar rumah hanya saat ada keperluan mendesak (Sadikin & Hamidah, 2020). WFH diberlakukan bagi semua kalangan tidak hanya pekerja tetapi juga pada siswa sekolah dan juga mahasiswa. Selain WFH, pemerintah Indonesia juga membuat kebijakan-kebijakan yang harus dilaksanakan selama masa pandemi (Sari & Noor, 2022).

Kebijakan yang di buat oleh pemerintah salah satunya dalam bidang pendidikan adalah berupa di alihkannya pelaksanaan pendidikan saat ini menjadi sistem daring (Dakhi, Jama, Irfan, Ambiyar & Ishak, 2020). Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang mampu mempertemukan mahasiswa dan dosen untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan internet (Kuntarto, 2017; Sari & Noor, 2022). Menurut Moore, Dickson-Deane, & Galyen (2011) Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan *internet* dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pelaksanaan pembelajaran daring memungkinkan mahasiswa dan dosen melaksanakan perkuliahan dari rumah masing-masing. Mahasiswa dapat mengakses materi perkuliahan dan mengirim tugas yang diberikan dosen tanpa

harus bertemu secara fisik di kampus (Awwaliyah, Purnamasari & Mushafanah, 2022).

Tindakan ini bisa mengurangi timbulnya kerumunan massa di kampus seperti yang terjadi pada perkuliahan tatap muka (Timor et al., 2020). Namun banyak terjadi hambatan pada sistem pembelajaran daring di Indonesia, seperti sinyal internet yang belum merata, fasilitas perangkat yang belum memadai, penggunaan paket *internet* yang banyak, dan kecendrungan bermain sosial media. Perkuliahan secara daring juga di rasa mampu menumbuhkan kemandirian mahasiswa dalam mencari informasi mengenai materi kuliah dan tugas yang diberikan kepadanya (Novalinda et al., 2020; Zagoto et al., 2019). Pembelajaran yang dilakukan secara daring mempunyai banyak potensi diantaranya kebermaknaan belajar, kemudahan untuk mengakses, dan peningkatan hasil belajar.

*Self-regulated learning* diartikan sebagai sejauh mana individu secara metakognitif, motivasi, dan partisipan aktif dalam proses kegiatan belajar dirinya sendiri (Bintoro, 2013; Sagita & Mahmud, 2019). Menurut Aisyah & Alfita (2017), *self-regulated learning* merupakan proses belajar di mana pelajar mengaktifkan kognisi, perilaku dan perasaan secara sistematis untuk mencapai tujuan belajar yang sudah di tetapkan. *Self-regulated learning* dapat di definisikan sebagai pembelajaran di mana individu mengatur sendiri motivasi dan proses perilaku yang memungkinkan individu mengatur dan mempertahankan kognisi, perilaku, dan emosi dengan cara sistematis dalam mencapai tujuan pembelajaran mereka sendiri (Sari, 2018). *Self-regulated learning* memainkan peran penting dalam keberhasilan belajar seorang mahasiswa, dan situasi pandemi saat ini menuntut mahasiswa untuk dapat belajar secara mandiri dan mampu meregulasi diri selama pembelajaran daring (Gunawan & Setianingrum, 2018). Dengan adanya *self-regulated learning* seseorang mahasiswa, akan menjadi lebih bertanggung jawab

terhadap proses belajarnya, mahasiswa akan menkonstruksi sendiri konsep belajarnya dan solusi terhadap permasalahan belajarnya sendiri (Fasikhah & Fatimah, 2013).

Pada realitanya mahasiswa masih belum mampu untuk mengatur situasi dan keadaannya untuk kegiatan belajar daring (Utari, Senen & Rasto, 2018). Sebagian mahasiswa lebih memprioritaskan kegiatan yang tidak memberikan manfaat untuk pengembangan diri mereka, dibandingkan melakukan kegiatan belajar (Lase & Ndruru, 2022; Mulyana, Mujidin & Bashori, 2015).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Laoli, Dakhi & Zagoto (2022) menyebutkan bahwa pola belajar yang belum terstruktur menjadi masalah yang kerap dialami oleh mahasiswa. Masalah yang muncul selama pembelajaran daring adalah mahasiswa cenderung menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan, kesulitan membagi waktu antara waktu dalam belajar dan bermain, sulit membuat perencanaan dalam mencapai tujuan belajar, serta menggunakan fasilitas internet untuk keperluan sosial media dan bukan untuk belajar. Berdasarkan pada fenomena yang terjadi menunjukkan bahwa mahasiswa masih belum mampu melakukan *self-regulated learning*.

Berdasarkan hasil penelitian Irma (2014) menunjukkan sebanyak 41,70% subjek penelitian memiliki *self-regulated learning* yang rendah. Dan dari hasil penelitian Harahap & Harahap (2020) diperoleh bahwa *self-regulated learning* mahasiswa berada pada kategori sedang. Dengan hasil pada beberapa penelitian dan wawancara dengan beberapa mahasiswa, peneliti menemukan bahwa *self-regulated learning* mahasiswa pada masa pandemi tidak jauh berbeda dengan situasi sebelum pandemi, oleh karena itu untuk menemukan fakta yang lebih akurat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait analisis *self-regulated learning* pada mahasiswa di masa pandemi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif, Menurut Sugiyono (2016) penelitian deskriptif kuantitatif merupakan jenis penelitian yang mendeskripsikan penelitian dengan sistematis, faktual dan akurat mengenai segala fakta dan sifat pada populasi tertentu serta memberi gambaran secara lebih detail Sugiyono (2016). Dengan metode tersebut peneliti ingin mendapatkan gambaran *self-regulated learning* pada mahasiswa selama Covid-19 secara faktual dan akurat sesuai dengan kondisi pandemic saat ini. Metode pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah dengan menggunakan metode kuisisioner atau angket. Metode angket merupakan teknik pengumpulan data dalam penelitian yang menggunakan pernyataan tertulis yang ditujukan kepada responden untuk menjawabnya (Sugiyono, 2016). Pada masa pandemi Covid-19 saat ini, melakukan penyebaran angket secara langsung tidak diperbolehkan sebagaimana peraturan yang diberlakukan oleh pemerintah, sehingga peneliti menggunakan aplikasi *Google form* dalam menyebarkan angket kepada responden secara *online*.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif angkatan 2017, 2018, 2019 di Universitas Negeri Padang, dari populasi tersebut didapatkan sampel sebanyak 57 orang mahasiswa. Pemilihan sampel yang digunakan pada penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2016) teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan data dengan mempertimbangkan berbagai kriteria sesuai dengan fenomena yang diteliti oleh peneliti. Instrumen pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala *self-regulated learning*, yang disusun dengan menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Zimmerman (2008) yaitu aspek metakognisi, motivasi dan perilaku. Kuisisioner dari skala *self-regulated learning* disusun menjadi 18 pernyataan dan terdapat alternatif jawaban berupa SS

(Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Kuisisioner di sebar secara *online* dan memperoleh partisipan sebanyak 57 partisipan yang terdiri dari mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Padang dari angkatan 2017, 2018, dan 2019. Semua

partisipan menyelesaikan dan menjawab semua pernyataan yang ada di dalam kuisisioner. Partisipan yang banyak memberikan respon adalah angkatan 2017 yakni sebesar 59,6%, selanjutnya pada angkatan 2018 memberikan respon sebanyak 22,7% dan ada angkatan 2019 didapatkan respon sebanyak 17,5% seperti pada tabel 1, berikut:

Tabel 1. Angkatan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2017	34	59,6	59,6	59,6
2018	13	22,8	22,8	82,5
2019	10	17,5	17,5	100,0
Total	57	100,0	100,0	

Partisipan dibagi menjadi kategori jenis kelamin partisipan di dapat sebanyak 21,1% adalah laki-laki dan sebanyak 78,9%

berjenis kelamin perempuan seperti pada tabel 2, berikut:

Tabel 2. Jenis Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-Laki	12	21,1	21,1	21,1
Perempuan	45	78,9	78,9	100,0
Total	57	100,0	100,0	

Kuisisioner di buat berdasarkan aspek-aspek dari *self-regulated learning* yang dikemukakan oleh Zimmerman (2008) yakni aspek metakognisi, motivasi dan perilaku. Berdasarkan ketiga aspek di dapat kuisisioner yang terdiri dari 17 item. Peneliti menggunakan kategori dalam melihat gambaran *self-regulated learning* pada mahasiswa, terdapat tiga kategori yaitu rendah (R), sedang (S), dan tinggi (T). pada

tabel berikut dapat di lihat bahwa *self-regulated* pada mahasiswa berada pada kategori yang tinggi sebesar 38,6% dengan frekuensi mahasiswa sebanyak 22 mahasiswa, kemudian untuk kategori sedang sebesar 61,4% dengan frekuensi mahasiswa sebanyak 35 mahasiswa. Peneliti tidak menemukan adanya kategori rendah pengolahan data *self-regulated learning*.

Tabel 3. Kategori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sedang	35	61,4	61,4	61,4
Tinggi	22	38,6	38,6	100,0
Total	57	100,0	100,0	

### Pembahasan

Dalam temuan peneliti diperoleh data berupa kategori pada *self regulate learning*

pada mahasiswa. Pada kategori tinggi didapatkan 38,6% dengan frekuensi mahasiswa sebanyak 22 orang mahasiswa, pada kategori sedang di dapat 61,4% dengan frekuensi mahasiswa sebanyak 35 orang, dan pada data yang peneliti oleh tidak adanya mahasiswa dengan kemampuan *self-regulated learning* yang berkategori rendah. Aisyah & Alfita (2017) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* yang baik adalah ketika seseorang menggunakan metakognitifnya secara maksimal, mampu memotivasi dan berperilaku secara aktif dalam kegiatan belajar. Pada data didapatkan sebanyak 38,6% mahasiswa berada pada kategori sedang pada kemampuan *self-regulated learning*-nya. Berdasarkan temuan pada penelitian Kirana & Juliartiko (2021) ketika seseorang termotivasi untuk belajar, orang tersebut akan meluangkan lebih banyak waktu untuk belajar serta meningkatkan kemampuan *self-regulated learning*. Mahasiswa yang menjadi responden memiliki motivasi yang cukup rendah, hal ini di lihat dari analisis deskriptif item pada aspek motivasi dan memiliki nilai rata-rata dengan kategori yang rendah. Berdasarkan pengolahan data data di lihat bahwa responden memiliki kesadaran diri mengenai hasil IPK yang telah mereka peroleh, terdapat pada item dengan aspek metakognisi di mana pada item tersebut memiliki nilai rata-rata yang tertinggi.

Dengan demikian mahasiswa yang menjadi responden mempunyai kemampuan *self-regulated learning* dengan kategori sedang dan tinggi, Menurut Adicondro & Purnamasari (2011) strategi belajar yang di atur sendiri mengacu pada tindakan dan proses pada perolehan informasi ataupun keterampilan yang melibatkan persepsi tujuan, dan perantaraan oleh orang tersebut. Di lihat dari angka kategori sedang yang tinggi menjadikan mahasiswa responden sudah memahami konsep belajar secara mandiri dan kaitannya dengan motivasi dan strategi mereka dalam membantu perkuliahan.

## KESIMPULAN

Hasil pengolahan data yang di lakukan oleh peneliti menghasilkan 3 kategori kemampuan *self-regulated learning* pada mahasiswa. Tiga kategori tersebut adalah tingkat rendah, sedang, dan tinggi. Kategori tertinggi berada pada kategori sedang, dan dilanjutkan dengan kategori tinggi. Sehingga dapat di lihat bahwa mahasiswa responden memahami dan melakukan konsep belajar secara mandiri. Walaupun demikian sebagian besar mahasiswa sudah memahami bagaimana konsep *self-regulated learning* dan tanpa mereka sadari mereka sudah melakukan dan terus meningkatkan kemampuan *self-regulated learning*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self-Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII. *Humanitas*, VIII (1), 17-27. doi: <http://dx.doi.org/10.26555/humanitas.v8i1.448>
- Aisyah, S., & Alfita, L. (2017). Strategy Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9 (2), 202-212. doi: <https://doi.org/10.24114/jupiiis.v9i2.8246>
- Awwaliyah, I. Z., Purnamasari, I. ., & Mushafanah, Q. (2022). Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 54–59.
- Bintoro, W. (2013). Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Kecurangan Akademik Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 2(1), 1-12.

- Covid19.go.id. (2020, 22 Oktober). Situasi Virus Covid-19 di Indonesia. <https://covid19.go.id>
- Dakhi, O., Jama, J., Irfan, D., Ambiyar, & Ishak. (2020). Blended Learning: A 21st Century Learning Model At College. *International Journal of Multi Science*, 1(7), 17–23.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-Regulated Learning (SRL) Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145-155.
- Gunawan, B. A., & Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Self-Regulated Learning Pada Siswa Yang Tinggal Di Asrama. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(2), 161-176. doi: <https://doi.org/10.30996/persona.v7i2.1574>
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R. (2020). Covid 19: Self-Regulated Learning Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 26-42.
- Irma, A. (2014). Hubungan Self-regulated learning dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi (SMAN 1 Samarinda). *eJournal Psikologi*, 2(2), 227-237.
- Kirana, A., & Juliartiko, W. (2012). Self-regulated learning dan stress akademik saat pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19 pada mahasiswa universitas X di Jakarta Barat. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 52-61 doi:<https://doi.org/10.35760/psi.2021.v14i1.3566>
- Kuntarto, E. (2017). Keefektifan Model Pembelajaran Daring dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi. *Indonesian Language Education and Literature*, 3(1), 99-110. doi: [10.24235/ileal.v3i1.1820](https://doi.org/10.24235/ileal.v3i1.1820)
- Laoli, J. Kristian., Dakhi, O., Zagoto, M. M. (2022). Implementasi Model Pembelajaran Jigsaw untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan BK pada Perkuliahan Filsafat Pendidikan. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(3), 4408-4414.
- Lase, A., & Ndruru, F. I. . (2022). Penerapan Model Pembelajaran Discovery Inquiry Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), Page 35–44.
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same?. *The Internet and Higher Education*, 14(2),29-135. <https://doi.org/10.1016/j.jiheduc.2010.10.001>.
- Mulyana, E., Mujidin, M., & Bashori, K. (2015). Peran Motivasi Belajar, Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Self-Regulated Learning Pada Siswa. *Jurnal Fakultas Psikolgi*, 4(2), 165-173.
- Novalinda, R., Dakhi, O., Fajra, M., Azman, A., Masril, M., Ambiyar, A., & Verawadina, U. (2020). Learning Model Team Assisted Individualization Assisted Module to Improve Social Interaction and Student Learning Achievement. *Universal Journal of Educational Research*, 8(12A), 7974–7980. <https://doi.org/10.13189/ujer.2020.08.2585>.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah

- Wabah Covid-19. *Biodik*, 6(2), 214-224.
- Sagita, N., & Mahmud, A. (2019). Peran Self-Regulated Learning dalam Hubungan Motivasi Belajar, Prokrastinasi dan Kecurangan Akademik. *Economic Education Analysis Journal*, 8(2), 516-532. doi: <https://doi.org/10.15294/eeaj.v8i2.31482>
- Sari, A. P. (2018). Self-Regulated Learning Mahasiswa Stkip Muhammadiyah Sungai Penuh. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(1), 78-87.
- Sari, E., & Noor, A. F. (2022). Kebijakan Pembelajaran Yang Merdeka: Dukungan Dan Kritik. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 45-53.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Timor, A. R., Ambiyar, A., Dakhi, O., Verawardina, U., & Zagoto, M. M. (2020). Effectiveness of problem-based Model Learning On Learning Outcomes And Student Learning Motivation In Basic Electronic Subjects. *International Journal Of Multi Science*, 1(10), 1-8.
- Utari, A., Senen, S. H., & Rasto, R. (2018). Pengaruh Self-Regulated Learning (SLR) Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Sosio-Didaktika: Social Science Education Journal*, 1(1), 8-14. doi: [10.15408/sd.v1i1.9521](https://doi.org/10.15408/sd.v1i1.9521).
- Zagoto, M. M., Yarni, N., & Dakhi, O. (2019). Perbedaan Individu Dari Gaya Belajarnya Serta Implikasinya Dalam Pembelajaran. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(2), 259-265. <https://doi.org/10.31004/jrpp.v2i2.481>
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating Self-Regulation And Motivation: Historical Background, Methodological Developments, And Future Prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166-183. DOI: [10.3102/0002831207312909](https://doi.org/10.3102/0002831207312909)