LAPORAN PENELITIAN

SKALA AKTIVITAS BELAJAR UNTUK MENGUKUR REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

Oleh:

Arrumaisha Fitri, M.Psi.
NIP. 198712232019032005

FAKULTAS DAKWAH

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) JEMBER

2021

HALAMAN IDENTITAS DAN PENGESAHAN

1.	a. Judul Penelitian	:	Skala Aktivitas Belajar Untuk Mengukur Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa
	b. Jenis Penelitian	:	Kuantitatif
	c. Kategori Penelitian	:	Mandiri
2.	Peneliti		
	a. Nama	:	Arrumaisha Fitri, M.Psi.
	b. NIP	:	198712232019032005
	c. Pangkat	:	III/b
	d. Jabatan	:	Asisten Ahli
	e. Program Studi	:	Psikologi Islam
	f. Fakultas	:	Dakwah
3.	Lokasi Peneltian	:	Jember dan Tulungagung
4.	Sumber Dana	:	Mandiri

Jember, 14 Juni 2021

Mengetahui,
Ketua LP2M

Dr. H. Mustajab, S.Ag., M.Pd.I.
NIP: 197409052007101001

Peneliti,

Arrumaisha Fitri, M.Psi.
NIP: 198712232019032005

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Internet memberikan peluang individu untuk mengakses pengetahuan berbagai budaya yang mebuat individu memperoleh pengetahuan secara teoritis dan mengaplikasikan pengetahuan tersebut (Holmes & Gardner, 2006). Internet menawarkan kemudahan mengakses berbagai pengetahuan kapanpun dan dimanapun. Salah satu aplikasi pembelajaran melalui iernet yang semakin luas adalah pembelajaran secara online. Istilah yang digunakan dalam bahasa inggris dikenal dengan online learning, e-learning yang mengacu pada pembelajaran dalam jaringan atau daring. Pembelajaran daring upaya untuk mendapatkan pengetahuan dan keterampilan melalui aplikasi pembelajaran secara langsung (synchronous) atau tidak (asynchronous) yang dikomunikasikan dan dikelola dengan menggunakan teknologi internel (Morrison, 2003).

Pembelajaran daring menjadi salah satu aplikasi yang digunakan di perguruan tinggi. Lebih dari 30% pendidikan tinggi di Amerika Serikat berpartisipasi pada pembelajaran daring (Allen % Seaman, 2011). Berdasarkan hasil survei Allen, Seaman, Poulin dan Straut (2016) dilaporkan bahwa di Amerika sebanyak 5 juta siswa mengambil kuliah daring baik mengambil semua mata kuliah atau beberapa mata kuliah dengan 72.7% mahasiswa sarjana dan 38.7% mahasiswa pascasarjana. Tingkat pertumbuhan dari tahun 2013 hingga 2014 dari jumlah siswa yang mengambil pembelajaran jarak jauh adalah 3.9%, naik dari 3,7% dari tahun sebelumnya.

Sejak akhir tahun 2019, virus corona (covid-19) menyebar dengan cepat dan mengubah kehidupan secara global di seluruh dunia termasuk salah satunya dalam dunia pendidikan. Organisasi kesehatan dunia World Trade Organization (WHO) menyatakan bahwa pandemi covid-19 sebagai darurat kesehatan dan menjadi perhatian internasional (Karako, 2020). Dengan prinsip menjaga jarak sebagai upaya mencegah penyebaran virus covid-19, maka pembelajaran secara tatap muka ditangguhkan karena pandemi (Ferrel & Ryan, 2020). Pengajaran dalam jaringan (daring) atau disebut online menjadi kebutuhan dan penting untuk dilakukan. Walaupun, pembelajaran daring bukan merupakan konsep baru, namun model pengajaran kelas secara tradisional beralih ke daring memberikan tantangan bagi lembaga pendidikan (Debate, 2020).

Berkaitan dengan proses pembelajaran di Indonesia, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan surat edaran nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang pembelajaran dilakukan secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka mencegah penyebaran corona virus disease (covid-19). Indonesia menjadi salah satu negara dari 216 negara yang melakukan penutupan kegiatan pembelajaran secara tatap muka di semua jenjang pendidikan. Berdasarkan surat keputusan bersama empat menteri mengatakan bahwa model pembelajaran di perguruan tinggi pada semua zona untuk mata kuliah teori dan mata kuliah praktik sedapat mungkin tetap dilakukan dengan daring (https://www.kemdikbud.go.id).

Terdapat beberapa keuntungan dalam pembelajaran secara daring seperti kenyamanan, fleksibel dan mudah diakses, disisi lain pembelajaran daring juga memiliki tantangan yakni keterbatasan interaksi secara tatap muka antara siswa dan pengajar. Dalam pembelajaran daring dapat menjadi sumber yang mengurangi interaksi antara partisipan yang belajar (Carr, 2000). Tantangan utama dalam pembelajaran secara daring yang dihadapi adalah bagaimana mereka mempersepsikan diri dan mampu mengelola perubahan pola dan cara interaksi dengan dosen dan mahasiswa lain karena menggunakan teknologi informasi dan komunikasi. Kualitas interaksi ini tergantung pada teknologi yang digunakan dan kemampuan atau kesiapan mahasiswa untuk menggunakan teknologi informasi (Kaminski, Switzer, & Gloeckner, 2009).

Beberapa studi meneliti mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kepuasan siswa di lingkungan pembelajaran jarak jauh (Artino, 2007; Bolliger & Martindale, 2004; Reinhart & Schneider, 2001; Sahin, 2007). Faktor interaksi, efikasi diri dan regulasi diri dalam belajar merupakan prediktor kepuasan siswa. Studi regulasi diri dalam belajar menunjukkan korelasi positif yang signifikan terhadap kepuasan (Artino, 2007; Puzziferro, 2008). Regulasi diri dalam belajar mengacu pada orientasi motivasi dan strategi belajar yang digunakan oleh siswa guna mencapai tujuan yang diinginkan (Zimmerman, 1989). Zimmerman dan Martinez-Pons (1988) mengatakan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan sejauh mana siswa secara aktif berpartisipasi secara metakognitif, motibasi dan perilaku dalam proses belajar. Metakognitif mengacu pada kemampuan siswa dalam merencanakan, mengatur dan mengevaluasi pembelajaran. Motivasi

merupakan upaya memantau, mengontrol dan meregulasi keyakinan motivasi. Komponen motivasi terdiri dari efikasi diri, nilai atau minat instrinsik, harapan terhadap hasil dan orientasi tujuan sedangkan Strategi perilaku memacu pada manajemen lingkungan dan waktu, pengatuan usaha dan perilaku mencari bantuan.

Penelitian tentang program online menemukan bahwa faktor kepuasan mahasiswa berpengaruh pada keputusan untuk berhenti kuliah atau bertahan pada program (Park & Choi, 2009; Yukselturk & Yildirim, 2008). Astin (1993) mendefinisikan kepuasan siswa sebagai persepsi siswa yang berkaitan dengan pengalaman kuliah dan nilai-nilai yang dirasakan dalam sebuah lembaga pendidikan. Garrison, Anderson dan Archer (2000) kehadiran sosial, kognitif dan pengajaran merupakan hal penting bagi pengalaman belajar siswa dan kepuasan siswa. Interaksi individu dengan non individu merupakan komponen yang tidak terpisahkan dan timbal balik pada kualitas pembelajaran secara online. Konstruk interaksi merupakan modalitas penting dalam pembelajaran tatap muka dan online (Kuo, Walker, Belland & Schroder, 2013).

Kemampuan regulasi dalam belajar memberi pengaruh positif terhadap prestasi belajar mahasiswa dan berpotensi menurunkan prokrastinasi akademiknya (Grunschel, Schwinger, Steinmayr, & Fries 2016). Regulasi diri dalam belajar merupakan kemampuan untuk mengontrol perilaku dengan melakukan obeservasi, membuat keputusan berdasarkan standar serta memberikan respon. Zimmerman mendefinisikan regulasi diri dalam belajar sebagai proses konstruksi aktif yang mana pembelajar mengatur tujuan,

memantau pembelajaran, mengendalikan pengetahuan, motivasi dan perilaku untuk mencapai tujuan belajar (Cetin, 2015).

Individu yang memiliki regulasi diri dalam belajar memiliki strategi untuk mengetahui apa yang perlu dipelajari dan kapan harus menyelesaikan tugastugasnya. Individu tersebut mampu mengkombinasikan kemampuan belajar akademik dengan kontrol diri yang membuat proses belajar menjadi lebih mudah (Cetin, 2015). Tidak hanya itu, individu yang mampu meregulasi diri untuk belajar akan mempengaruhi kepribadian, emosi (Eckert, Ebert, Lehr, Sieland, & Berking, 2016) dan efektivitasnya untuk mencapai tujuan. Mahasiswa yang mampu meregulasi dirinya akan memiliki kecemasan yang rendah, kesadaran yang tinggi untuk berupaya mencapai tujuan serta lebih terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru (Dorenbacher & Parels, 2016).

Menurut Zimmerman (dalam Cetin, 2015) menyebutkan bahwa regulasi diri dalam belajar memiliki 3 aspek besar yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku. Penjabaran aspek-aspek tersebut antara lain: strategi meta kognitif yang meliputi perencanaan, monitoring, evaluasi, mengulang, elaborasi dan organisasi, motivasi yang meliputi efikasi diri, nilai/minat instrinsik terhadap tugas, harapan terhadap hasil atau konsekuensi dan orientasi tujuan serta perilaku yang meliputi pengelolaan waktu dan lingkungan, pengelolaan usaha dan perilaku mencari bantuan. Oleh karena itu, individu yang memiliki regulasi diri dalam belajar akan memiliki kemampuan dalam merencanakan tugasnya, memotivasi dirinya yang berorientasi terhadap tujuan serta mampu melakukan pengelolaan waktu, usaha serta mencari bantuan untuk mencapai

tujuannya. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada regulasi belajar mahasiswa dengan menggunakan alat ukur berupa skala aktivitas belajar.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa?
2. Bagaimana skala aktivitas belajar bisa mengukur regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan gambaran tentang arah yang dituju dalam melakukan penelitian. Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa.
2. Untuk skala aktivitas belajar dalam mempresiksi regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang akan diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi semua pihak yang terkait. Adapun manfaatnya dapat ditinjau dari manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi banyak pihak. Melalui penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengembangan ilmu psikologi dalam melihat regulasi diri dalam belajar mahasiswa dengan menggunakan skala aktivitas belajar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Program Studi Psikologi Islam, dapat dijadikan sebagai alat untuk bisa melihat regulasi diri dalam belajar mahasiswa dengan menggunakan skala aktivitas belajar.
b. Hasil penelitian dapat digunakan berbagai pihak untuk bisa melihat gambaran mahasiswa dalam melakukan regulasi belajarnya.

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Definisi Regulasi Diri dalam Belajar

Definisi Regulasi dalam Belajar Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa regulasi diri berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Ada tiga fase individu dapat dikatakan memiliki regulasi diri dalam belajar, yaitu forethought, performance control dan self reflection. Forethought meliputi berpikir mengenali masa depan, kegiatan menganalisa tugas-tugas yang akan dihadapi dan mengatur tujuan yang akan dicapai. Performance control meliputi pemantauan dan kontrol terhadap kognisi, perilaku, emosi dan motivasi yang akan mempengaruhi perilaku yang akan terbentuk dan self reflection meliputi pembentukan penilaian mengenai apa yang telah diperoleh atau dicapai dan mengubah perilaku serta tujuan sesuai dengan yang dikehendaki.

Cetin (2015) menyatakan regulasi diri dalam belajar sebagai proses aktif dimana individu menentukan tuntutan pembelajaran mereka, mencoba memantau pembelajaran mereka, meregulasi dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku mereka dengan mencapai prestasi yang diinginkan. Kemampuan individu untuk meregulasi dirinya dalam belajar memiliki korelasi yang tinggi dengan prestasi belajar. Pintrich (2004) menyatakan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan proses konstruktif aktif dimana individu mengatur, memantau tujuan belajar mereka, meregulasi dan mengontrol pikiran, motivasi dan perilaku mereka yang diarahkan dan didorong oleh tujuan dan situasi lingkungan tempat mereka berada.

Zimmerman (1989) juga menyebutkan bahawa regulasi dalam belajar merupakan inisiatif-inisiatif diri sendiri yang meliputi pengaturan tujuan, meregulasi usaha-usaha untuk mencapai tujuan yakni dengan melakukna kontrol terhadap diri (metakognisi), pengaturan waktu serta meregulasi lingkungan fisik dan sosial.

B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri dalam Belajar

Bandura (1997) menyebutkan tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri dalam belajar. Faktor-faktor tersebut antara lain:

1. Personal (Self)

   Faktor personal dianggap paling dominan mempengaruhi proses belajar berdasarkan regulasi diri. Individu dalam hal ini menggunakan strategi belajar, memantau kemajuan diri, tahu akan proses belajar yang dijalani serta memiliki tujuan dan yakin mencapai hasil sesuai tujuan yang dibuat.

2. Perilaku

   Faktor perilaku meliputi sejauh mana individu menunjukkan perilaku nyata mendatangkan keuntungan dalam mengoptimalkan proses belajarnya. Faktor perilaku tersebut meliputi observasi diri, penilaian terhadap diri dan reaksi diri.

3. Lingkungan

   Lingkungan dapat menjadi media tempat seseorang mempelajari suatu perilaku tertentu dan membentuk perilaku tersebut menjadi sikap dalam menghadapi segala sesuatu. Bandura menyebutnya sebagai modelling. Lingkungan juga akan memberikan pengalaman-pengalaman sosial kepada diri seseorang sehingga akan mempengaruhi perasaan dan perilaku dalam

menghadapi sesuatu. Belajar berdasarkan regulasi diri akan melibatkan dua faktor utama yaitu internal dan eksternal.

C. **Apek-aspek regulasi diri dalam belajar**

Menurut Zimmerman (1989) regulasi diri meliputi tiga aspek yaitu : metakognitif, motivasi dan prilaku.

1. Strategi Metakognitif.

Strategi metakognisi meliputi strategi kognisi dan metakognisi. Strategi kognisi meliputi proses mengulang, elaborasi dan organisasi yang berkaitan dengan performansi akademik. Mengulang merupakan proses mengingat kembali materi yang diperoleh sebelumnya, menyeleksi pengetahuan penting dan menyimpannya di memori jangka pendek. Elaborasi mengacu pada proses menghubungkan antara informasi baru dengan pengetahuan sebelumnya, meringkas, membuat pertanyaan dan mencoba menjawab pertanyaan. Organisasi meliputi menyeleksi dan memberi garis bawah informasi penting pada teks dan mengorganisasi ide pada materi melalui pembuatan diagram atau skema.

Strategi metakognitif meliputi perencanaan, pemantauan (monitoring) dan penilaian. Perencanaan terdiri dari penentuan tujuan belajar dan merencanakan strategi kognitif yang digunakan. Memonotor merupakan aktivitas memantau kemajuan penguasaan materi seperti memperhatikan ketika pelahar mulai membaca teks atau mendengarkan presentasi dan membuat pertanyaan untuk menguji pemahaman terhadap materi. Penilaian merupakan upaya menulai kemampuan atau usaha pelajar.

2. Motivasi

Motivasi merupakan upaya memanatau, megontrol dan meregulasi keyakinan motiasi. Komponen motivasi terdiri dari efikasi diri, nilai atau minat instrinsik, harapan terhadap hasil dan orientasi tujuan.

3. Perilaku

Strategi prilaku memacu pada manajemen lingkungan dan waktu, pengatuan usaha dan perilaku mencari bantuan. Manajemen pengelolaan lingkungan dan waktu misalnya mengelola lingkungan fisik dan sosial agar membuat nyaman untuk belajar, bebas gangguan dan membuat jadwal belajar. Pengaturan usaha merupakan upaya untuk tetap fokus pada tujuan walaupun ada hambatan dan berupaya mencapai hasil terbaik. Perilaku mencari bantuan adalah usaha meminta bantuan ketika mengalami kesulitan dengan mengetahui waktu, alasan dan kepada siapa meminta bantuan

METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian

Pada peneltian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang merupakan peneltian yang menggunakan analisa pada data numerik dan diolah dengan menggunakan statistik serta dilakukan dalam rangka pengujian hipotesis, sehingga diperoleh signifikasi antar variabel yang diteliti (Azwar, 2004). Variebel dari penelitian ini merupakan regulasi diri dalam belajar yang mana diukur dengan skala aktivitas belajar. Penilitian ini berfokus pada satu variabel.

B. Subjek Penelitian

Partisipan penelitian ini sejumlah 380 orang, adapun karakteristik partisipan penelitian adalah mahasiswa IAIN Tulungagung dan IAIN Jember dengan rentang usia 19-22 tahun dan mendapatkan mata kuliah secara daring. Jumlah partisipan perempuan sebanyak 313 (81.5%) sedangkan laki-laki sebanyak 71 (18.5%). Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan purposive sampling.

C. Instrumen Penelitian

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan survei dengan instrumen penelitian berupa skala likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala pertama yakni regulasi diri dalam belajar yang mengacu pada aspek regulasi belajar yang dikemukakan Zimmerman (1989) yaitu aspek metakognitif, motivasi dan perilaku. Skala regulasi diri dalam belajar terdiri dari 48 aitem dengan

korelasi item total antara 0.33 sampai 0.855 dengan nilai reliabilitas alpha cronbach sebesar 0.945.

Prosedur penelitian yang dilakukan mencakup merancang blue print skala penelitian, pembuatan skala dan uji coba skala. Ujicoba dilakukan pada 60 mahasiswa. Metode analisis data yang digunakan guna menguji hipotesis penelitian adalah korelasi pearson product moment. Sebelum melakukan pengujian hipotesis maka dilakukan uji asumsi yakni uji normalitas menggunakan kolmogov-smirnov dan uji linieritas menggunakan uji F (test for linearity) analisis varian.

Skala regulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang telah disusun dan divalidasi oleh Maulia (2011) yang terdiri dari 37 aitem. Koefisein korelasi aitem total yang digunakan adalah yang diatas 0,30 dan reliabilitas skala diuji dengan alpha cronbach dan memiliki koefisien reliabilitas sebesar, 0,845. Penilaian skala menggunakan bentuk 4 pilihan respon yaitu, SS (Sangat sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) dan STS (Sangat Tidak Sesuai) dengan skor bergerak 4-1 untuk aitem yang favourable. Skor bergerak 4-1 untuk pilihan STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai) dan SS (Sangat Sesuai) untuk aitem yang unfavourable. Aspek-aspek regulasi diri dalam belajar yang diukur, antara lain; (1) strategi meta kognitif yang meliputi perencanaan, monitoring, evaluasi, mengulang, elaborasi dan organisasi, (2) motivasi yang meliputi efikasi diri, nilai/minat instrinsik terhadap tugas, harapan terhadap hasil atau konsekuensi dan orientasi tujuan serta (3) perilaku yang meliputi pengelolaan waktu dan

lingkunga, pengelolaan usaha dan perilaku mencari bantuan. Blueprint skala aktivitas Belajar adalah sebagai berikut:

Tabel 1: Blue Print

Aspek	Indikator	Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
Metakognitif	Perencanaan	1,22	11	3
	Memonitor	12		1
	Evaluasi	2,23	13	3
	Mengulang materi	14	3	2
	Elaborasi	4	15	2
	Organisasi	16	5	2
Motivasi	Efikasi diri	6,24	29	3
	Nilai/Minat Intrinsik	17,30	7,25	4
	Harapan terhadap hasil	26	18,31	3
	Orientasi tujuan	19,31		2
Perilaku	Pengelolaan waktu	8,27,33,36	20,31	6
	Pengelolaan usaha	21,34	9	3
	Mencari bantuan	10.28	35	3
			Total	37

D. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama satu bulan yaitu dari bulan Mei 2021-Juni 2021 yang mana dilakukan seluruhnya secara daring. Peneliti menyebarkan skala aktivitas belajar dengan menggunakan google form kepada mahasiswa di 2 universitas, yaitu IAIN Jember dan IAIN Tulungagung.

PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berikut merupakan data demografi partisipan penelitian sebagaimana dipaparkan pada tabel 2.

Tabel 2
Deskripsi Demografi Partisipan Penelitian

Kriteria	Deskripsi	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	71	18,5%
	Perempuan	313	81,5%
Usia	19 tahun	98	25,5%
	20 tahun	154	37,8%
	21 tahun	101	26,3%
	>21 tahun	30	7,8%
Durasi kuliah daring	2 bulan	48	13%
	3 bulan	174	47,2%
	4 bulan	117	31,7%
	>4 bulan	25	6,8%
Kuota yang digunakan/bulan	< 10 giga	98	26,6%
	11-20 giga	113	30,7%
	21-30 giga	86	23,4%
	31-40 giga	30	8,2%
	>40 giga	41	11,1%
Perangkat yang digunakan	Handphone	330	89,9%
	Laptop	31	8,4%
	Tablet	19	1,7%

Berdasarkan tabel 1 di atas maka dijelaskan bahawa partisipan perempuan lebih banyak yakni s313 (81.5%) sedangkan laki-laki sebanyak 71 (18.5%). Mayoritas partisipan memiliki usia 20 tahun dan mengikuti kuliah selama 3-4 bulan. Sementara jumlah kuota internet yang digunakan selama satu bulan sebanyak 11-20 giga dan *gadget handphone* sebagai media untuk mengikuti kuliah daring.

Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis penelitian, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yakni normalitas dan linearitas. Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa skala regulasi diri dalam belajar diperoleh p=0.01, dari hasil ini diketahui bahwa variabel tersebut belum menyebar secara normal.

Menurut Azwar (2017), tidak perlu terlalu mengkhawatirkan uji normalitas ini sepanjang memiliki banyak subjek bagi masing-masing variabel. Data yang lebih dari 30 maka dapat dikatakan berdistribusi normal dan biasa disebut sampel besar (Priyatno, 2010). Pada penelitian ini dengan melibatkan subjek sebanyak 380.

B. Analisis Data

Berbeda dengan kelas tatap muka, pembelajaran daring mengharuskan peserta dirik untuk mengatur diri sendiri agar berhasil Artino, 2008; Azevedo, 2005). Pada dasarkan keterampilan mengatur diri sendiri merupakan mediasi dalam pencapaian peserta didik dalam pembelajaran daring. Yukselturk dan Bulut (2007) mengidentifikasi karakteristik pelajar daring yang berhasil sebagai individu yang menyadari tanggung jawab, mengelola waktu untuk menyelesaikan tugas, mencari bantuan ketika menghadapi masalah, memantau kemampuan belajar. Cetin (2015) menyatakan regulasi diri dalam belajar sebagai proses aktif dimana individu menentukan tuntutan pembelajaran mereka, mencoba memantau pembelajaran mereka, meregulasi dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku mereka dengan mencapai prestasi yang diinginkan.

Data regulasi diri dalam belajar menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki regulasi diri dalam belajar yang cukup tinggi. Mahasiswa rata-rata-rata mampu meregulasi dirinya dalam belajar sebanyak 73%. Tidak hanya itu, mahasiswa menunjukkan regulasi diri dalam belajar yang tergolong tinggi.

Mahasiswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar yang tinggi akan memiliki strategi untuk mengetahui apa yang perlu dipelajari dan batas waktu dari tugas-tugas yang diberikan kepadanya. Ia memiliki kesadaran yang tinggi untuk berupaya mencapai tujuan, memiliki kecemasan yang rendah dan memiliki

kontrol diri untuk membuat proses belajar secara mudah (Cetin, 2015; Dorenbacher & Parels, 2016; Eckert, dkk, 2016). Mahasiswa pun akan memiliki strategi metakognisi dalam belajarnya, memiliki motivasi untuk memantau, mengontrol dan meregulasi keyakinannya serta memiliki manajemen waktu dan pengaturan usaha yang efektif (Zimmerman, 1989).

Mahasiswa yang menjadi partisipan dalam penelitian ini memiliki regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri akademik yang cukup baik dikarenakan telah menyesuaikan gaya belajar sesuai dengan tuntutan Perguruan Tinggi. Pembelajaran di Perguruan Tinggi memiliki pola pendidikan untuk orang dewasa yang mana proses belajar dalam bentuk pengarahan diri sendiri untuk memecahkan permasalahan. Gaya belajar mahasiswa sebagai orang dewasa memiliki perbedaan dalam hal otonomi belajar dengan remaja. Mahasiswa memiliki kewenangan untuk mengatur waktu belajarnya sendiri tanpa harus ada pengawasan dan pengaturan dari orang dewasa lain. Mahasiswa pun memiliki keyakinan yang tinggi akan kemampuannya untuk menyelesaikan berbagai level tugas, cakupan tugas yang luas serta mempertahankan semangatnya untuk menuntaskan penyelesaian tugas (Pintrich, 2004; Santrock, 2003).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dismpulkan bahwa:

1. Regulasi diri dalam belajar yang dilakukan oleh mahasiswa tergolong cukup baik. Mahasiswa telah mampu mengatur dirinya dalam belajar secara mandiri dengan menggunakan strategi untuk mengetahui apa yang perlu dipelajari, memperhatikan batas waktu, memiliki kesadaran yang tinggi dalam tercapainya tujuan, memantau proses belajarnya dan melakukan evaluasi.
2. Skala aktivitas belajar dapat mengukur kemampuan mahasiswa dalam melakukan regulasi diri dalam belajar dengan korelasi item total antara 0.33 sampai 0.855 dengan nilai reliabilitas alpha cronbach sebesar 0.945.
3. Skala aktivitas belajar masih belum tersebar secara merata sehingga perlu diperluas cakupan partisipan penelitian agar mendapatkan hasil yang lebih optimal terkait penggunaan skala aktivitas belajar dalam mengukur regulasi belajar pada mahasiswa
4. Penyebaran skala dengan menggunakan media daring memiliki kelemahan yaitu tidak adanya pengawasan dari peneliti terkait pengisian skala. Hal ini membuat peneliti kurang mampu mengontrol apakah partisipan sendiri yang menjawab. Partisipan juga tidak dapat menanyakan sesuatu mengenai skala yang tidak dimengerti. Hal ini merupakan keterbatasan penelitian yang mungkinkan memberikan pengaruh terhadap hasil penelitian.

Daftar Pustaka

Azwar, S. (2015). Penyusunan skala psikologi (Ed ke - 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bandura, A. (1997). Self-ef icacy: The excercise of control. New York: W. H. Freeman and Company.

Cetin, B. (2015). Academic motivation and self regulated learning in predicting academic achievement in college. Journal of Internatioal Education Research, 11, 95-106. Diakses dari https://eric.ed.gov/?id=EJ1060062

Dorrenblacher, L., & Parels, F. (2016). Self-regulated learning profiles in college students: Their relationship to achievement, personality, and the effectiveness of an intervention to foster self-regulated learning. Learning and Individual Dif erences, 51, 229–241. doi:10.1016/j.lindif.2016.09.015 41

Eckert, M., Ebert, D. D., Lehr, D., Sieland, B., & Berking, M. (2016). Overcome procrastination: Enhancing emotion regulation skills reduce procrastination.

Pintrich, P. P. (2004). A conceptual Framework for assesing motivation and self regulated learning in college student. Educational Psychology Review, 16 (4), 385-407. doi:1040-726X/04/1200-0385