

**GAMBARAN REGULASI DIRI DALAM PEMBELAJARAN  
DARING PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau  
untuk Memenuhi sebagian dari Syarat-syarat Guna Mencapai  
Derajat Sarjana Strata Satu Psikologi



**OLEH:**

**NOVI LOLITA BR DAMANIK**

**148110144**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**PEKANBARU**

**2021**

**PERSEMBAHAN**

**BISMILLAHIRRAHMANIRRAHIM**

**ATAS IZIN ALLAH SUBHANA WATA'ALA**

**SAYA PERSEMBAHKAN KARYA INI UNTUK**

**DIRI SAYA SENDIRI**

**DAN KEDUA ORANG TUA YANG TELAH MENDIDIK,  
MEMBESARKAN, MEMBIMBING, MENYAYANGI, MENDO'AKAN,**

**DAN HAL BAIK LAINNYA UNTUK SAYA  
SEMOGA MEREKA TENANG DI SISI ALLA TA'ALA**

**SERTA UNTUK SELURUH KELUARGA KANDUNG SAYA**

**ABANG-ABANG, KAKAK, DAN KAKAK IPAR SAYA**

MOTTO

**“ALLAH MENGHANCURKAN RENCANAMU AGAR  
RENCANAMU TIDAK MENGHANCURKANMU”**

**“BE YOUR SELF”**

**“행복하다”**

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karena atas Rahmat dan Hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Sholawat beserta salam kepada Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi Wassalam (Asyhadualla Ilahailallah Wa Asyhaduanna Muhammadan Rasulullah) yang telah membimbing umat manusia dari alam kegelapan ke alam yang berilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai tugas akhir di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata Satu (S1) pada jurusan Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru. Adapun judul skripsi ini adalah **“Gambaran Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring pada Mahasiswa”**.

Proses penyelesaian penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapatkan bimbingan dan pengarahan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi., SH., MCL selaku Rektor Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan penulis menimba ilmu pengetahuan di Universitas tercinta ini.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si selaku Wakil Dekan I yang sangat peduli kepada penulis semasa kuliah dan dalam pengerjaan skripsi ini.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan II yang sangat perhatian kepada kepada penulis semasa kuliah dan dalam pengerjaan skripsi ini.



5. Ibu Yulia Herawaty, S.Psi., M.A selaku Wakil Dekan III dan Dosen Pembimbing yang sangat baik hati, selalu membimbing, menyemangati penulis, selalu sabar terhadap penulis dari semasa kuliah, dalam pembuatan skripsi hingga saat ini.
6. Ibu Juliarni, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi yang selalu memberi masukan kepada penulis dalam hal apapun.
7. Bapak Didik Widiantoro, M.Psi., Psikolog selaku Sekretaris Program Studi Psikologi yang baik kepada penulis semasa kuliah dan dalam pengerjaan skripsi.
8. Ibu Leni Armayati, S.Psi., M.Psi selaku Dosen Pembimbing Akademik yang begitu baik, sangat perhatian, selalu sabar kepada penulis semasa kuliah sampai saat ini.
9. Terima kasih kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi, Ibu Tengku Nila Fadhlia, M.Psi., Psikolog, Ibu dr. Raihanatu Bin Qolbin Ruzain M.Kes, Ibu Dr. Syarifah Faradinna, S.Psi., M.A, Bapak Sigit Nugroho M.Psi., Psikolog. Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I, M.Psi., Psikolog. Kepada Kak Icha Herawati, S.Psi., M.Soc., Sc dan Kak Irfani Rizal, S.Psi., M.Psi selaku dosen yang baik hati selalu membantu penulis dalam hal apapun.
10. Kepala Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Bapak Zulkifli Nur, SH. dan seluruh karyawan tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Kak Eka Mailina, Bang Ridho Lesmana, Kak Liza, Bang Iwan, Pak Barus, Ibu Masrifah, Ibu Endang yang telah membantu dalam menyelesaikan segala kelengkapan administrasi penulis semasa kuliah sampai penulis dapat menyelesaikan dan menyajikan skripsi ini. Serta karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau lainnya yang telah hadir dengan ramah kepada penulis semasa kuliah sampai sekarang.
11. Ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Ayah dan Ibu penulis yang sekarang telah berada di Sisi Allah Azaa Wa Jalla. Terima kasih telah menjadi orang tuaku dan menerimaku sebagai anak dengan apa adanya.
12. Terima kasih selalu kepada Abangku Bang Samsri dan Kakak Iparku Kak Liza serta Kak Nova yang telah menjadi *support system* dalam hal apapun begitu

juga dengan Abangku Bang Samsul yang telah berpulang ke Sisi-Nya, Bang Erwan dan Kak Wati, Bang Andi beserta Istri.

13. Terima kasih untuk teman terkasih Bang Virahmat yang selalu hadir menemani dan membantu penulis disaat susah maupun senang, semoga jodoh kita segera dipertemukan.
14. Terima kasih untuk teman-teman seangkatan, kakak-kakak tingkat, adik-adik tingkat, dan teman-teman sepermainan yang telah membantu penulis dalam pengerjaan skripsi ini.
15. Terakhir, untuk seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi yang tidak bisa disebutkan satu persatu, penulis ucapkan terima kasih banyak.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala memberi dan melipatgandakan pahala serta amal kepada semua pihak yang telah hadir dan membantu penulis selama penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik dan saran dari semua pihak sangat berharga, serta mohon maaf apabila ada kekhilafan atau kesalahan yang penulis lakukan selama ini.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Salam hangat.

Penulis,

**Novi Lolita Br Damanik**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b>	
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Pengertian Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring .....	10
B. Dimensi Regulasi Diri dalam Belajar .....	12
C. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Regulasi Diri dalam Belajar .....	15
D. Fase-fase Regulasi Diri dalam Belajar .....	17



### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	22
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	22
C. Definisi Operasional Variabel .....	23
D. Subjek Penelitian .....	23
E. Metode Pengumpulan Data .....	26
F. Validitas dan Reliabilitas .....	30
G. Metode Analisis Data .....	31

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Persiapan Penelitian .....	32
B. Pelaksanaan Penelitian .....	33
C. Hasil Penelitian .....	33
D. Pembahasan .....	39

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	44
B. Saran .....	44

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
-----------------------------	-----------

### **LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

3.1 Populasi Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi UIR T.A 2020/2021.....	24
3.2 Penskoran Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring.....	27
3.3 <i>Blue Print</i> Skala sebelum <i>Try Out</i> .....	28
3.4 <i>Blue Print</i> Skala sesudah <i>Try Out</i> .....	29
4.1 Data Demografi Penelitian .....	33
4.2 Deskripsi Data Empirik dan Data Hipotetik .....	34
4.3 Kategorisasi .....	35
4.4 Hasil Kategorisasi Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring .....	35
4.5 Gambaran Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring .....	36
4.6 Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Jenis Kelamin ....	36
4.7 Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Semester .....	37
4.8 Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Dimensi .....	38

Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

## DAFTAR GAMBAR

1.1 Fase dan Subproses Regulasi Diri dalam Belajar .....	21
4.1 Diagram Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring.....	36
4.2 Diagram Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Jenis Kelamin.....	37



# GAMBARAN REGULASI DIRI DALAM PEMBELAJARAN DARING PADA MAHASISWA

NOVI LOLITA BR DAMANIK  
148110144

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

## ABSTRAK

Dunia termasuk Indonesia saat ini tengah dilanda wabah *Covid-19* (*Corona Virus Disease*) sehingga Pemerintah mewajibkan untuk menjaga jarak dalam interaksi sosial (*Social Distancing*) dengan melakukan pembatasan sosial berskala besar (PSBB atau *lockdown*). Oleh karena itu proses pembelajaran juga harus dilakukan dari rumah (*Work from Home*) secara daring (dalam jaringan atau *online*). Mahasiswa kini dituntut untuk dapat mengelola belajar secara mandiri melalui pembelajaran daring (*Self-Regulated Online Learning*) di masa pandemi *Covid-19*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa sebanyak 191 subjek penelitian adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *stratified sampling* dengan teknik pengumpulan data menggunakan skala regulasi diri dalam pembelajaran daring yang berjumlah 27 aitem. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 54.5%.

**Kata kunci:** Regulasi diri dalam pembelajaran daring, mahasiswa, *Covid-19*



**DESCRIPTION OF SELF-REGULATED ONLINE LEARNING ON  
STUDENTS**

**NOVI LOLITA BR DAMANIK  
148110144**

**FACULTY OF PSYCHOLOGY  
ISLAMIC UNIVERSITY OF RIAU**

**ABSTRACT**

*The whole world including Indonesia is now affected by Covid-19 (Coronavirus Disease) outbreak. By then, the Indonesian government obligates the citizen to practice social distancing by implementing Indonesia large-scale social restrictions or Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB or lockdown). Furthermore, the learning activities are also done from home (Work from Home) virtually or online. Nowadays, students are required to organize their online learning activities individually or usually called as Self-Regulated Online Learning during this Covid-19 pandemic. This study aims to discover the self-regulation in online learning in 191 students as research subjects who are the students of the Psychology Faculty of the Islamic University of Riau using descriptive quantitative research methods. The used sampling technique in this research study is using stratified sampling technique. This technique is carried out by collecting the data using the scale of 27 items self-regulated online learning. The study result's shows that the self-regulated online learning is on the average category with the data percentage of 54.5%.*

**Keyword:** *Self-regulated online learning, students, Covid-19*

# وصف التنظيم الذاتي في تعلم الطلاب

نوفي لوليتا بر دامانيك

148110144

كلية علم النفس  
جامعة رياو الإسلامية

## الملخص

العالم بما فيها إندونيسيا ويجري حاليا ضرب من قبل وباء كوفيد-19 كورونا فيروس حتى أن الحكومة تلزم للحفاظ على المسافة في التفاعل الاجتماعي (التباعد الاجتماعي) من خلال تنفيذ القيود الاجتماعية على نطاق واسع (PSBB) أو تأمين، وبالتالي يتم تنفيذ عملية التعلم الخروج من المنزل (العمل من المنزل) عبر الإنترنت (عبر الإنترنت أو عبر أونلاين). يُطلب من الطلبة الآن التعلم بشكل مستقل من خلال التعلم عبر الإنترنت (التعلم عبر الإنترنت المنظم ذاتيًا) خلال وباء كوفيد-19. استخدم هذا البحث أسلوب البحث الوصفي الكمي مع 191 ذات بحث من طلبة كلية علم النفس بالجامعة الإسلامية الرياوية. تشير نتائج هذا البحث إلى أن التنظيم الذاتي في التعلم عبر الإنترنت للطلبة يقع في الفئة المتوسطة بنسبة 54,5%.

الكلمات الرئيسية: التنظيم الذاتي في التعلم عبر الإنترنت، الطلبة، كوفيد-19

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Dunia saat ini dikejutkan dengan adanya wabah *Corona* atau *Covid-19* (*Corona Virus Disease*) sehingga semua orang diwajibkan untuk menjaga jarak dalam interaksi sosial (*social distancing*). Hal ini membuat beberapa negara termasuk Indonesia menerapkan kebijakan untuk memberlakukan perbatasan di tempat-tempat tertentu (*lockdown*) demi mencegah terjadinya penyebaran virus *Corona* atau *Covid-19*.

Di Indonesia sendiri, penyakit *Corona* atau *Covid-19* semakin meningkat setiap harinya. Hal tersebut membuat Presiden RI menerbitkan Peraturan Pemerintah RI nomor 21 tahun 2020 tentang pembatasan sosial berskala besar (PSBB) dalam rangka percepatan penanganan *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)*. Dikutip dari laman *kompas.com* pada hari Jumat (10/04/2020) kasus *Covid-19* beranjak naik, ada 219 kasus baru yang dikonfirmasi pemerintah dengan total pasien *Covid-19* yaitu 3.521 orang.

Pembatasan sosial berskala besar (PSBB) telah diterapkan di Indonesia, semua kegiatan yang dilakukan di luar rumah harus dihentikan sampai pandemi ini mereda. Hal ini sangat berpengaruh pada berbagai sektor, salah satunya yaitu sektor pendidikan saat ini. Dunia pendidikan ikut merasakan dampak dari pandemi *Covid-19*.



Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan melalui Pemerintah telah menerbitkan Surat Edaran Nomor 3 tahun 2020 tentang pencegahan *Covid-19* dalam satuan pendidikan sebagai antisipasi terhadap penyebaran virus *Covid-19* atau *Corona* di semua perguruan tinggi maupun sekolah. Lalu Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan menerbitkan lagi Surat Edaran Nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *Corona Virus Disease (Covid-19)*. Para Rektor Perguruan Tinggi juga menerbitkan surat edaran, salah satunya adalah kampus Universitas Islam Riau yang juga menerbitkan Surat Edaran Nomor 1192 tahun 2020 pada hari Senin (16/04/2020) tentang pencegahan *Covid-19* dengan melakukan perkuliahan dari rumah melalui pembelajaran daring (dalam jaringan) atau jarak jauh.

Dampak dari pandemi bagi sektor pendidikan adalah berubahnya sistem proses belajar mengajar. Pembelajaran yang biasa dilakukan dengan tatap muka kini harus dilakukan dengan daring (jarak jauh). Dosen harus memastikan kegiatan belajar mengajar tetap berjalan, meskipun mahasiswa berada di rumah. Solusinya adalah dosen dituntut mendesain media pembelajaran dengan memanfaatkan media daring (*online*) dan mahasiswa dituntut untuk belajar mandiri dalam belajar melalui pembelajaran daring ini.

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang diselenggarakan melalui jejaring *web*. Setiap mata kuliah menyediakan materi dalam bentuk rekaman video atau *slideshow*, dengan tugas-tugas mingguan yang harus dikerjakan dengan batas waktu pengerjaan yang telah ditentukan dan beragam sistem penilaian (Bilfaqih & Qomarudin, 2015). Proses belajar mengajar dalam pembelajaran daring dapat

dilaksanakan dengan menggunakan media *e-learning*, *whatsapp*, *google classroom*, *google meet*, *zoom*, dan media lainnya. Berdasarkan hasil penelitian Zhafira, Ertika, dan Chairiyaton (2020) bahwa sebanyak 37% mahasiswa menggunakan *whatsapp*, 32% menggunakan *google classroom*, 19% menggunakan *zoom*, dan 12% menyatakan bahwa mereka menggunakan *google meet*, *e-mail*, *edmodo* sebagai media pembelajaran daring.

Pola pembelajaran daring menekankan pada media sebagai sumber informasi utama dalam kegiatan pembelajaran. Pola ini memberikan keleluasan lebih kepada media untuk secara langsung berinteraksi dengan mahasiswa, sedangkan dosen akan lebih berperan sebagai fasilitator dan evaluator pembelajaran (Riyana, 2019)

Pembelajaran daring ini menuai dampak dan respon yang beragam bagi mahasiswa dalam belajar. Dampak positif dalam pembelajaran daring yaitu: a) mahasiswa dapat dengan mudah mengambil mata kuliah di manapun tanpa terbatas lagi batasan institusi dan negara; b) mahasiswa dapat dengan mudah berguru dan berdiskusi dengan para tenaga ahli atau pakar di bidang yang diminatinya; c) materi kuliah bahkan dapat dengan mudah diambil di berbagai penjuru dunia tanpa tergantung pada perguruan tinggi di mana mahasiswa belajar (Mutia & Leonard, 2013).

Fenomena-fenomena yang terjadi selama wabah *Covid-19*, khususnya yang dialami oleh Universitas Islam Riau di mana salah satunya adalah ditundanya kegiatan kemahasiswaan dan dosen yang melibatkan orang banyak seperti kuliah umum, seminar, *workshop*, senam pagi, serta meniadakan kegiatan seminar



proposal, dan lain sebagainya (Tribun, 2020). Universitas Malikussaleh (Unimal) Aceh Utara juga meniadakan perkuliahan tatap muka (dalam kelas) dan bimbingan skripsi untuk mahasiswa di kampus terhitung Senin (16/3/2020). Seluruh perkuliahan dan bimbingan mahasiswa dilakukan secara daring dengan seluruh fasilitas yang ada baik itu layanan *whatsApp*, *e-mail*, media sosial dan lain sebagainya. Selain itu, kegiatan kuliah kerja nyata (KKN) yang direncanakan ditunda hingga batas waktu yang tidak ditentukan (Masriadi, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Adijaya dan Santosa (2018) diungkapkan bahwa ada beberapa permasalahan yang biasa muncul dalam pembelajaran daring seperti: a) penggunaan materi ajar yang memiliki peranan yang sangat penting dalam proses pembelajaran sebagai sumber kajian dalam belajar; b) interaksi mahasiswa; c) suasana belajar. 38,89% mahasiswa merasa nyaman untuk mengutarakan permasalahan yang dihadapi kepada dosen melalui daring dari pada tatap muka, 35,19% mahasiswa mudah untuk berinteraksi dengan sesama mahasiswa dalam pembelajaran daring. Sedangkan pada lingkungan belajar, 3,33% mahasiswa memahami materi pembelajaran dengan mudah melalui pembelajaran daring, 37,04% mahasiswa termotivasi untuk lebih giat untuk memahami materi dalam lingkungan pembelajaran daring, dan sebanyak 38,89% dalam lingkungan pembelajaran daring ini memudahkan mahasiswa mengatasi masalah belajar yang dihadapi, sehingga interaksi mahasiswa dan lingkungan belajar dalam pembelajaran daring ini belum sepenuhnya mendukung mahasiswa untuk belajar.

Mahasiswa yang tidak punya *laptop* juga menjadi hambatan karena harus melakukan pembelajaran daring dan tetap menjaga jarak terhadap orang lain



sehingga kesulitan untuk belajar seperti kasus Nur Ralda yang *laptop*-nya tertinggal di China. Benda itu tidak sempat dibawa saat dievakuasi dari Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China. Nur Ralda juga terkendala jaringan, karena aplikasi yang dipakai membutuhkan jaringan internet yang baik (Syamsyuddin, 2020).

Kemudahan mengakses media pembelajaran daring membuat mahasiswa dapat belajar dari mana saja dan kapan saja asal memiliki koneksi internet yang memadai, namun tidak berlaku pada 14 mahasiswa yang penulis wawancarai pada hari Sabtu (13/06/2020) bahwa mahasiswa yang berada di kampung halaman dan banyaknya pengguna internet saat ini menjadikan sinyal semakin lelet sehingga mahasiswa menjadi terhambat dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan. Biaya pengeluaran untuk membeli kuota juga jadi keluhan bagi mahasiswa yang ingin melaksanakan pembelajaran daring. Tidak hanya itu mereka juga mengeluh dengan tugas yang begitu banyak diberi oleh dosen diberbagai mata kuliah sementara materi tidak dipahami sepenuhnya dan harus mencari sendiri materi tersebut.

Tugas yang menumpuk membuat beberapa mahasiswa tidak bisa mengarahkan diri sendiri untuk menjadwalkan pengerjaan tugas-tugas tersebut. Sistem pembelajaran daring tidak bisa memastikan pelajar yang hadir di dalam kelas seperti kelas tatap muka. Jadi, beberapa dosen memberikan tugas setiap pertemuan untuk sebagai bukti bahwa mahasiswa tersebut hadir di kelas daring tersebut (Reyhan, 2020).

Pembelajaran daring sebenarnya memiliki waktu belajar yang fleksibel, namun banyak individu salah mempergunakan waktu belajar daring atau kurang memanfaatkan belajar daring. Banyak ditemukan ketika pembelajaran daring dilakukan, mahasiswa malah membuka *instagram*, bermain *game online*, bermain *tiktok*, dan lain sebagainya. Sedangkan *e-learning* dibuka hanya untuk sekadar mengisi absen saja dan bukan untuk membaca materi atau untuk melanjutkan aktivitas pembelajaran dalam daring. Kurangnya niat belajar mandiri dalam pembelajaran daring dapat berdampak pada mahasiswa seperti materi yang tidak dipahami, sehingga mahasiswa ketinggalan dan tidak bisa menjawab ujian atau pembelajaran pada materi tersebut (Bramantyo, 2020).

Mahasiswa mau tidak mau harus mengambil sikap dari permasalahan tersebut. Mahasiswa sebaiknya mampu mengelola pembelajaran mereka secara mandiri demi mencapai tujuan akademik yang diinginkan. Hasil penelitian Winters, Greene dan Costich (2008) menyatakan dalam lingkungan pembelajaran daring bahwa pembelajar yang berhasil adalah pembelajar yang mampu mengelola pembelajarannya sendiri.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang terjadi di atas dapat dinyatakan bahwa mahasiswa masih belum mampu melaksanakan kewajiban untuk menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan dalam pembelajaran daring secara maksimal. Kemampuan untuk mengelola belajar mahasiswa ini disebut juga dengan istilah regulasi diri dalam belajar. Regulasi diri dalam belajar mengacu pada konsep regulasi diri yang berasal dari teori kognitif sosial Albert Bandura di mana pembelajaran regulasi diri yaitu memunculkan dan memonitor diri sendiri pikiran,



perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik seperti penyelesaian tugas-tugas kuliah maupun tujuan sosioemosional seperti mengontrol kemarahan dalam belajar (Santrock, 2010).

Regulasi diri dalam belajar melibatkan kemampuan dalam pengetahuan tentang kesadaran diri, motivasi diri, dan kemampuan perilaku individu untuk menerapkan pengetahuan itu dengan tepat serta melibatkan kemampuan selektif dalam pembelajaran seperti menetapkan tujuan proksimal yang spesifik untuk diri sendiri, memantau kinerja seseorang secara selektif untuk menandai kemajuan, merubah struktur konteks fisik dan sosial seseorang untuk membuatnya menjadi kompatibel dengan tujuan individu, mengatur waktu penggunaan individu secara efisien, mengevaluasi sendiri metode individu, menghubungkan perhitungan dengan hasil, dan mengadaptasi metode untuk masa depan (Zimmerman, 2002).

Arbityah dan Triatmoko (2016) menyebutkan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring disebut juga dengan istilah *self-regulated online learning* (SROL). Mahasiswa dalam pembelajaran daring dengan tujuan akademik seharusnya perlu meningkatkan kemampuan pembelajarannya dalam mengelola pembelajaran secara mandiri, jika ingin pembelajar tersebut berhasil dalam pembelajaran. Penelitian mengenai regulasi diri dalam pembelajaran daring belum banyak dilakukan di Indonesia.

Menurut penelitian Johnson dan Davies (2014) mengungkapkan bahwa Regulasi diri dalam belajar diperlukan desain pembelajaran yang efektif, semua bahan dan sumber daya mendukung penyelesaian tugas-tugas yang diperlukan



mahasiswa, menunjukkan kemampuan dan penguasaan konten juga diperlukan. Mengingat volume yang terus meningkat dan kompleksitas pembelajaran yang dibutuhkan dalam masyarakat, regulasi diri dalam belajar semakin penting untuk keberhasilan mahasiswa. Secara keseluruhan, literatur empiris yang ada mendukung temuan dari penelitian di ruang kelas tradisional atau tatap muka, khususnya, regulasi diri dalam belajar itu penting untuk pembelajaran dan kinerja yang efektif dalam lingkungan digital atau daring. Pada akhirnya, mereka yang mendesain dan mengajar daring harus terlebih dahulu mempertimbangkan dan secara eksplisit membahas sejauh mana mahasiswa memiliki kapasitas regulasi diri dalam belajar.

Menurut Niemi, Nevgi, dan Virtanen (2003) regulasi diri dalam pembelajaran daring juga dibutuhkan untuk menumbuhkan strategi yang tepat karena mereka telah terbukti berkorelasi dengan hasil akademik yang sukses. Zimmerman (2001) menyatakan ada tiga karakteristik dari regulasi diri dalam pembelajaran daring, yaitu: a) proses meregulasi diri dan strategi yang digunakan untuk mengoptimalkan proses-proses tersebut; b) adanya umpan balik dari orientasi diri; c) pembelajaran dan motivasi adalah proses motivasional yang saling berkaitan. Mahasiswa dapat dengan sendirinya mengembangkan kemampuannya untuk belajar melalui proses selektif dari strategi metakognitif dan motivasi

Berdasarkan fenomena dan uraian telah yang dijabarkan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan literatur sekaligus memberikan manfaat di bidang ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan dan psikologi positif.

### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau referensi terkait penelitian tentang regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Pengertian Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring

Regulasi diri dalam pembelajaran daring dikenal juga dengan istilah *self-regulated online learning* (SROL). Zimmerman (dalam Arbiyah & Triatmoko, 2016) berasumsi bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring adalah kemampuan untuk belajar melalui proses selektif dari strategi metakognitif dan motivasi dapat dikembangkan dengan sendirinya oleh mahasiswa serta secara proaktif memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan belajar yang menguntungkan. Mahasiswa juga berperan besar dalam memilih bentuk dan jumlah bantuan yang dibutuhkan. Penelitian mengenai regulasi diri dalam pembelajaran daring belum banyak dilakukan, terutama di Indonesia. Berdasarkan penelusuran yang dilakukan oleh penulis di situs perpustakaan *online* Universitas Islam Riau ([library.uir.ac.id](http://library.uir.ac.id)), penulis tidak menemukan satupun penelitian mengenai regulasi diri dalam pembelajaran daring, yang ada hanyalah penelitian mengenai regulasi diri dalam belajar.

Vermunt (1998) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar adalah proses belajar yang dapat direncanakan secara sistematis, kemajuan belajar selalu dimonitor dan bila tidak terdapat kemajuan belajar, akan dilakukan diagnosis apa yang menjadi penyebab dan kemudian dicari permasalahannya, sehingga kesulitan belajar dapat diatasi dan akhirnya tujuan belajar tercapai. Sejalan dengan pendapat Purdie, Hattie, dan Douglas (1999) bahwa regulasi diri dalam belajar adalah



kemampuan untuk mengevaluasi kemajuan individu dengan tujuan yang telah ditetapkan dan menyesuaikan tingkah laku sesuai hasil evaluasi yang dilakukan individu sendiri.

Zimerman (1989) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar adalah strategi untuk mengaktifkan metakognisi, motivasi, tingkah laku dalam proses belajar individu itu sendiri dengan harus mengetahui terlebih dahulu tujuan akademis dan persepsi atas kemampuannya sendiri. Sejalan dengan hal ini, McCombs dan Morzano (1990) berpendapat bahwa individu yang memiliki regulasi diri dalam belajar akan bertanggung jawab dalam belajar mereka sendiri, individu berhak untuk mengatur dirinya. Individu merumuskan tujuan dan hambatan-hambatan yang mungkin akan terjadi dalam proses pencapaian tujuannya, menaikkan standar keberhasilan dalam mencapai tujuan, serta mengevaluasi diri terhadap proses-proses yang telah dilakukan. Individu memiliki strategi dalam memperbaiki kesalahannya dan saat rencana yang telah dibuat tidak berhasil, individu mampu mengarahkan kembali dirinya ke jalan yang benar. Individu dapat memahami kelebihan dan kekurangan yang dimiliki dan dapat mengetahui bagaimana cara memanfaatkannya secara produktif dan konstruktif. Individu yang dapat melakukan regulasi diri dalam belajar akan mampu membentuk dan mengelola perubahan.

Regulasi diri dalam belajar menurut Pintrich & de Groot (1990) merupakan strategi untuk mengelola, mengontrol, merencanakan, memantau, dan memodifikasi kognisi individu dalam tugas-tugas akademik untuk belajar, mengingat, dan memahami materi bidang studi. Santrock (2007) menyatakan

bahwa regulasi diri dalam belajar adalah proses penunjang dalam prestasi yang membuat individu mampu mengatur tujuan, mengevaluasinya dan membuat adaptasi pada lingkungan belajar.

Regulasi diri dalam belajar merupakan kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan memonitor pikiran, perasaan dan perilaku dalam mencapai tujuan belajar. Aktivitas psikis tersebut diwujudkan dalam aktivitas mengevaluasi belajarnya sendiri, kemudian dianalisis sebagai dasar dalam merumuskan tujuan belajar, kemudian membuat perencanaan belajar, melaksanakan rencana tersebut dengan memonitoring hasil dan menentukan bentuk *reward* dan *punishment* terhadap pencapaian yang diperoleh (Mu'min, 2016).

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat ditentukan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring adalah kemampuan individu dalam mengelola dan menyusun strategi-strategi belajar untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

## **B. Dimensi Regulasi Diri dalam Belajar**

Scunk, Pintrich, dan Meece (dalam Arbiyah & Tratmoko, 2016) menyatakan bahwa regulasi diri dalam belajar memiliki beberapa dimensi, yaitu:

### **1. Penetapan Tujuan (*Goal Setting*)**

Penetapan tujuan (*goal setting*) merujuk pada keyakinan individu dalam menjalankan pembelajaran, termasuk di dalamnya penetapan target-target pembelajaran. Penetapan tujuan mengindikasikan mahasiswa untuk mencapai tujuan pendidikan atau sub-tujuan dan menyusun urutan prioritas serta

menyelesaikan semua aktivitas yang terkait dengan tujuan tersebut. Contohnya seperti mahasiswa membuat target untuk pengerjaan tugas-tugas perkuliahan daring.

## **2. Struktur Lingkungan (*Environment Structuring*)**

Struktur lingkungan (*environment structuring*) yaitu bagaimana individu mengelola lingkungan yang efektif sehingga membantu proses pembelajaran. Individu berupaya untuk mengatur lingkungan belajar agar membuat belajar lebih nyaman, dengan mengatur lingkungan fisik maupun psikologis. Contohnya adalah mahasiswa dapat memilih sendiri lokasi belajar untuk menghindari gangguan-gangguan di sekitar saat pembelajaran daring berlangsung.

## **3. Strategi Pembelajaran (*Task Strategies*)**

Strategi pembelajaran (*task strategies*) adalah bagaimana individu merancang dan menetapkan strategi yang digunakan dalam menjalankan pembelajarannya. Adanya upaya individu mencatat hal-hal penting dalam pelajaran atau diskusi dan membaca kembali catatan atau buku teks. Strategi pembelajaran ini dicontohkan seperti mahasiswa mencoba membuat catatan secara menyeluruh dalam perkuliahan daring.

## **4. Manajemen Waktu (*Time Management*)**

Manajemen waktu (*time management*) merupakan pengelolaan dan pemanfaatan waktu yang dilakukan individu dalam belajar. Contohnya yaitu



mahasiswa mengatur dan menetapkan jadwal-jadwal tertentu untuk belajar dalam perkuliahan daring.

#### **5. Mencari Bantuan (*Help-Seeking*)**

Mencari bantuan (*help-seeking*) adalah kemampuan individu untuk menemukan pihak lain yang dapat membantu mengatasi permasalahan dalam proses pembelajaran. Individu berupaya untuk mencari bantuan dari sumber-sumber lain misalnya buku teks atau jurnal di internet, mencari bantuan dari rekan-rekan sebaya atau dosen. Contohnya seperti mahasiswa bertanya kepada dosen, teman, mencari dari *Google* jika menemukan kesulitan dalam belajar dalam perkuliahan daring.

#### **6. Evaluasi Diri (*Self-Evaluation*)**

Evaluasi diri (*self-evaluation*) merupakan kemampuan individu untuk melakukan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang telah dilakukan. Individu menilai kualitas tugas yang telah diselesaikan, pemahaman terhadap lingkup kerja, atau usaha dalam kaitan dengan tuntutan tugas. Contohnya seperti mahasiswa melakukan evaluasi mengenai strategi pembelajaran yang telah digunakan apakah mampu atau tidak mencapai target yang diinginkan dalam perkuliahan daring.

### C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri dalam Belajar

Menurut Zimmerman (1989) ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri dalam belajar, yaitu:

#### 1. Faktor Pribadi (Individu)

Faktor pribadi dirancang untuk mengendalikan perilaku dan lingkungan. Menurut Mardianto (2019), faktor pribadi melibatkan kemampuan individu dalam mengorganisasikan dan menginterpretasikan informasi. Kemampuan ini meliputi:

- a. Mengorganisasi dan mengelola informasi, di mana saat menerima informasi, apakah informasi melalui proses belajar mengajar maupun informasi yang diperoleh dari berbagai sumber (misalnya buku, jurnal dan internet), individu harus mampu mencari ide pokok, membuat ringkasan, menyusun kembali materi, menggarisbawahi hal-hal yang penting, mengorganisasikan pencatatan (menggunakan *flash card/index card*), memanfaatkan gambar, diagram, bagan maupun melakukan pemetaan kognitif.
- b. Merencanakan tujuan dan standar, dalam hal ini individu atau mahasiswa mampu menyusun perencanaan yang melibatkan waktu yang dibutuhkan dan mengatur jadwal.
- c. Membuat catatan dan monitoring, dalam hal ini mahasiswa sebagai individu harus tetap melakukan pencatatan (misalnya membuat daftar masalah, kesalahan-kesalahan, dan hal-hal penting) dan monitoring.

Catatan tersebut harus disimpan dan disusun dalam sebuah sistem sehingga mudah ditemukan saat diperlukan.

- d. Mengingat dan mengulang informasi, yaitu individu dapat menerapkan berbagai strategi mengingat dan mengulang kembali materi yang diterima untuk mengantisipasi efek lupa. Beberapa strategi mengingat yang dapat dilakukan antara lain *menomonic*, mengulang-ulang, berdiskusi dengan orang lain, mengajarkannya pada orang lain, dan sebagainya.

## 2. Perilaku

Faktor perilaku digunakan secara proaktif dari mahasiswa terhadap strategi evaluasi diri misalnya memeriksa tugas matematika, yang akan memberikan informasi tentang akurasi dan apakah pengecekan harus dilanjutkan melalui umpan balik. Mardianto (2019) mengungkapkan bahwa faktor perilaku merupakan kemampuan yang melibatkan kegiatan-kegiatan yang dilakukan individu antara lain:

- a. Evaluasi diri, meliputi kemampuan melakukan *checking* pada kualitas dan kemajuan yang diperoleh, termasuk di dalamnya yaitu kemampuan melakukan analisis tugas, memerintah diri sendiri dan mengobservasi kegiatan yang dilakukan.
- b. *Self consequating*, meliputi kemampuan untuk memotivasi diri, menyusun sendiri hukuman atau konsekuensi bilamana keluar dari perencanaan atau lalai terhadap godaan, dan menunda pemuasan kebutuhan.



### 3. Lingkungan

Regulasi diri dalam belajar dipengaruhi oleh faktor lingkungan, di mana faktor ini merupakan penggunaan strategi manipulasi lingkungan mahasiswa secara proaktif seperti mengatur area belajar yang tenang untuk menyelesaikan tugas akademik di rumah. Menggunakan pengaturan yang terstruktur ini untuk belajar akan tergantung pada persepsi efektivitas dalam membantu pembelajaran. Menurut Mardianto (2019), faktor lingkungan merupakan kesanggupan dalam mencari bantuan dan mengubah lingkungan fisik bilamana diperlukan untuk mencapai tujuan. Kemampuan ini meliputi:

- a. Kesanggupan mencari informasi dari lingkungan seperti memanfaatkan perpustakaan, internet, membaca kembali catatan, dan sebagainya.
- b. Kesanggupan mengusahakan lingkungan fisik yang menarik, meminimalkan gangguan, dan sanggup beristirahat.
- c. Kesanggupan mencari bantuan, baik mencari bantuan melalui teman, dosen, senior, junior, dan sebagainya. Kesanggupan mencari bantuan ini terkait dengan kemampuan individu menjalin relasi sosial dengan orang lain.

#### D. Fase-fase Regulasi Diri dalam Belajar

Fase-fase regulasi diri dalam belajar ini membawa pada pertanyaan penting tentang bagaimana cara mahasiswa melakukan proses belajar tertentu, tingkat kesadaran diri, dan keyakinan motivasi untuk menjadi mahasiswa yang teregulasi diri dalam belajarnya (Zimmerman, 2002). Ada tiga fase dalam proses regulasi diri

dalam belajar oleh Zimmerman dan Campillo (dalam Wandler & Imbriale, 2017), yaitu:

### **1. Fase Perencanaan (*Forethought Phase*)**

Fase perencanaan menjelaskan proses-proses di mana mahasiswa memulai rencana untuk menyelesaikan tugas atau mencapai suatu tujuan.

Proses-prosesnya antara lain:

- a. Penetapan tujuan, yaitu mengatur tujuan jangka pendek yang berfungsi sebagai jalur proksimal menuju tujuan jangka panjang.
- b. Perencanaan strategi, yaitu penggunaan strategi untuk membimbing kognisi, mengendalikan pengaruh, dan mengarahkan tindakan.
- c. Efikasi diri, yaitu percaya bahwa mahasiswa mampu mencapai tujuan jangka pendek dan tujuan yang jauh pada tingkat yang diinginkan.
- d. Harapan, yaitu percaya bahwa tugas yang disajikan realistis dan dapat dicapai.
- e. Minat belajar/nilai, seperti mahasiswa merasa tugas yang diberikan adalah kepentingan pribadi dan memiliki nilai.
- f. Orientasi tujuan, yaitu berorientasi pada penguasaan tujuan.

### **2. Fase Performa (*Performance Phase*)**

Fase performa menggambarkan proses yang digunakan mahasiswa saat bekerja menuju penyelesaian tugas atau tujuan. Proses-prosesnya antara lain:

- a. Strategi belajar, yaitu penggunaan strategi khusus yang memungkinkan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas.

- b. Kemauan, yaitu penggunaan strategi untuk mempertahankan tingkat kemauan mahasiswa yang tinggi.
- c. Instruksi diri, yaitu pernyataan untuk memfokuskan orientasi penguasaan tujuan bukan kinerja tujuan.
- d. Kesan, yaitu penggunaan kesan mental untuk mengatur informasi dan memusatkan tujuan.
- e. Manajemen waktu, yaitu mengatur waktu mahasiswa untuk dengan tepat untuk menyelesaikan tugas dengan menghindari penundaan.
- f. Pengaturan lingkungan, yaitu mengubah lingkungan fisik menjadi lingkungan yang lebih kondusif untuk menyelesaikan tugas.
- g. Mencari bantuan, yaitu dengan mencari bantuan dari orang lain yang lebih berpengetahuan.
- h. Meningkatkan minat, yaitu memandang tugas-tugas sulit sebagai tantangan.
- i. Konsekuensi diri, yaitu mengatur konsekuensi positif atau negatif yang jelas untuk diri sendiri.
- j. Memonitor metakognisi, yaitu memantau proses saat mahasiswa bekerja untuk mencapai tujuan mereka.
- k. Catatan diri, yaitu melakukan pencatatan-pencatatan diri.



### 3. Fase Refleksi Diri (*Self-Reflection Phase*)

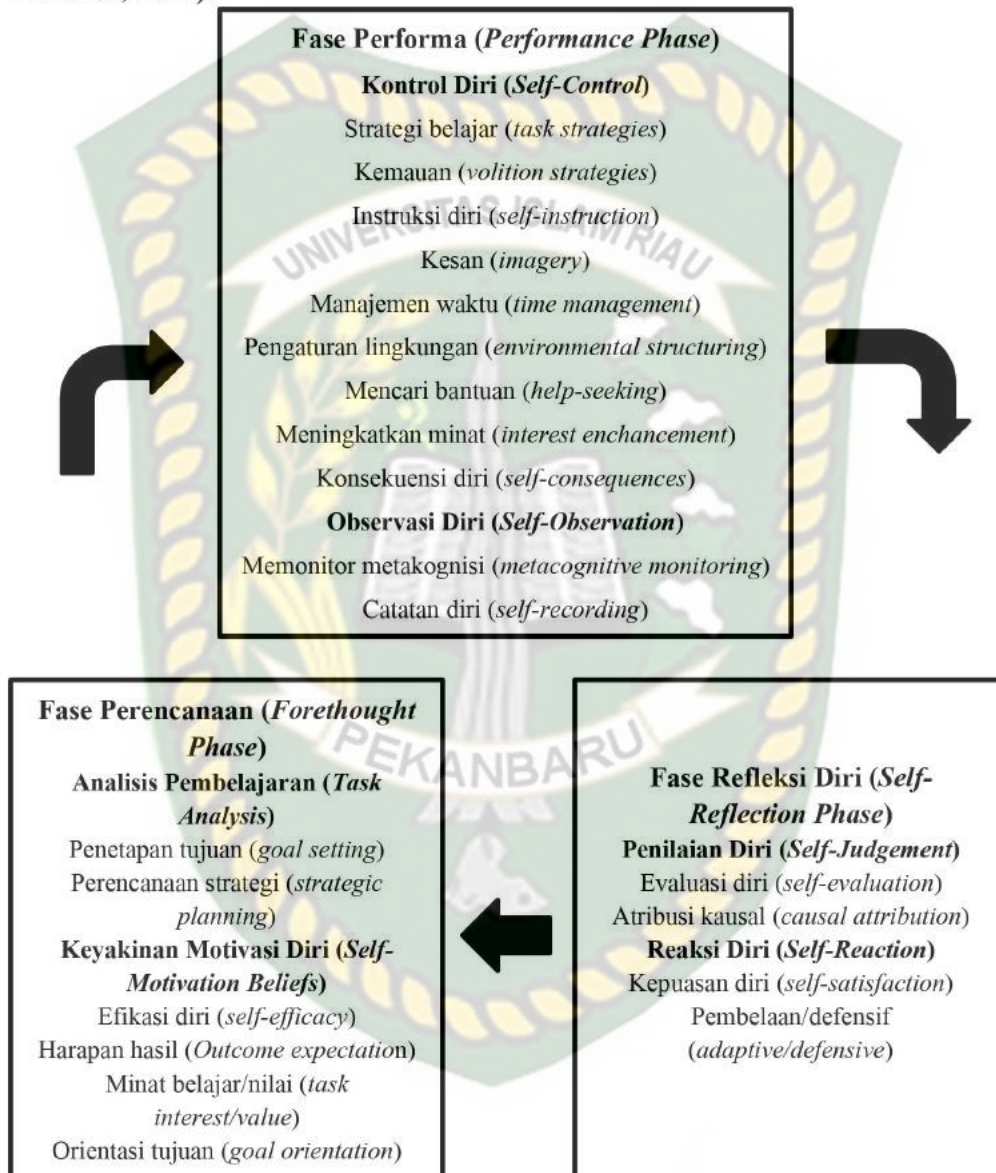
Mahasiswa dalam fase refleksi diri akan merefleksikan kemajuan mereka untuk tugas, tujuan, atau hasil jika mahasiswa telah menyelesaikan suatu tugas.

Proses-prosesnya antara lain:

- a. Evaluasi diri, yaitu mahasiswa secara efektif mengevaluasi kinerja mereka selama dan setelah menyelesaikan tugas.
- b. Atribusi kausal, yaitu tidak mengaitkan kegagalan dengan faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti kemampuan, sebaliknya mahasiswa menghubungkan dengan usaha yang tidak mencukupi.
- c. Kepuasan diri, yaitu tidak membiarkan kegagalan menghambat mahasiswa dan mahasiswa menemukan kepuasan dalam kesuksesan.
- d. Pembelaan/defensif, yaitu tidak menjadi defensif dan menganggap kegagalan sebagai penyebab yang tidak terkendali, tetapi berupaya untuk meningkatkan kinerja belajar di masa depan.

Gambar 1.1

Fase dan subproses dari regulasi diri dalam belajar dari “*Motivating self-regulated problem solver*” oleh Zimmerman dan Campillo (dalam Wandler & Imbriale, 2017).



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang tidak menguji hipotesis, namun memberikan penjelasan atau gambaran terhadap fenomena berdasarkan data yang telah dianalisa, dan disajikan secara sistematis dengan analisis data kuantitatif yang dikumpulkan untuk memberikan penjelasan dan memberikan kesimpulan mengenai situasi dan kondisi yang terjadi di masyarakat (Bungin, 2011). Data kuantitatif diperoleh melalui skor dari jawaban subjek pada skala regulasi diri dalam pembelajaran daring.

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel berasal dari kata *variable* yaitu faktor tetap atau berubah-ubah. Dengan demikian, variabel adalah fenomena yang bervariasi dalam bentuk kualitas, kuantitas dan mutu. Variabel perlu ditentukan dengan jelas agar hubungan variabel dalam penelitian dapat dicari dan dianalisa (Bungin, 2011). Penelitian ini menggunakan satu variabel yaitu:

- 1) Variabel terikat (Y) = Regulasi diri dalam pembelajaran daring



### C. Definisi Operasional Variabel

#### 1. Pengertian Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring

Regulasi diri dalam pembelajaran daring adalah kemampuan individu dalam mengelola dan menyusun strategi-strategi belajar untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan. Untuk mengukur regulasi diri dalam pembelajaran daring menggunakan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Scunk, Pintrich, dan Meece (dalam Arbiyah & Triatmoko, 2016), yaitu: 1) penetapan tujuan; 2) struktur lingkungan; 3) strategi pembelajaran; 4) manajemen waktu; 5) mencari bantuan; 6) evaluasi diri.

### D. Subjek Penelitian

#### 1. Populasi Penelitian

Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksudkan untuk diselidiki dan dibatasi sebagai sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat yang sama (Hadi, 2004). Sebagaimana halnya dengan pendapat Sugiyono (2015) bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi penelitian adalah sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian, maka dari itu, populasi penelitian merupakan objek penelitian secara menyeluruh dapat berupa manusia, peristiwa, kejadian, hewan, sikap, dan sebagainya, sehingga objek tersebut dapat menjadi sumber data penelitian (Bungin, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas

Psikologi Universitas Islam Riau semester ganjil I, III, dan V T.A 2020/2021 yang berjumlah 635 mahasiswa.

**Tabel 3.1**  
**Populasi Mahasiswa Aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau**  
**T.A 2020-2021**

Semester	Jumlah
I	230
III	191
V	214
<b>Total</b>	<b>635</b>

## 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah dari populasi atau sebagian dari populasi (Hadi, 2004). Sugiyono (2015) mengungkapkan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

Menurut Bungin (2011) sampel adalah sebagian unit yang ada di dalam populasi. Bila populasi besar maka tidak mungkin dijadikan semua menjadi sampel penelitian, maka penelitian dapat dilakukan dengan sistem perwakilan yang diambil dari populasi tersebut. Sampel yang diambil dari populasi harus mewakili dari subjek yang akan diteliti. Sugiyono (2015) mengungkapkan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah yang dimiliki oleh populasi. Jumlah sampel yang akan diteliti pada penelitian ini adalah dengan menggunakan tabel penentuan jumlah sampel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 10% yaitu 191 orang sampel.

### 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel disebut dengan teknik *sampling*. Terdapat berbagai teknik *sampling* yang digunakan untuk menentukan sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2015). Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *stratified sampling*. Hadi (2004) menyatakan bahwa *stratified sampling* yaitu teknik *sampling* yang digunakan jika populasi terdiri dari golongan-golongan yang mempunyai susunan bertingkat. Jika tingkatan-tingkatan dalam populasi itu diperhatikan, maka yang pertama harus diperhatikan adalah berapa banyak strata atau tingkatan yang ada dalam populasi, lalu tiap-tiap tingkatan harus diwakili dalam sampel penelitian, selanjutnya subyek-subyek dalam tiap-tiap sampel terdiri dari tiap-tiap tingkatan dapat diambil random dengan cara undian.

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Psikologi Universitas Islam Riau semester I, III, dan V T.A 2020-2021, karena peneliti ingin melihat secara umum bagaimana gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa. Populasi dalam penelitian ini berstrata, maka sampelnya juga berstrata. Sugiyono (2015) menyatakan bahwa strata ditentukan oleh jenjang pendidikan, dengan demikian masing-masing sampel untuk tingkat pendidikan harus proporsional sesuai dengan populasi. Berdasarkan perhitungan dengan cara berikut ini jumlah sampel untuk semester I adalah 69 orang, semester III adalah 58 orang, dan semester V adalah 64 orang. Sampel diambil dari 2 kelas per semester.



### E. Metode Pengumpulan data

Berhasil atau tidaknya suatu penelitian ditentukan oleh bagian instrument pengumpulan data disebut juga dengan metode pengumpulan data (Bungin, 2005). Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah metode skala. Skala adalah berupa pertanyaan atau pernyataan yang disusun dengan tidak mengungkapkan secara langsung apa yang ingin diketahui dari pertanyaan atau pernyataan tersebut (Azwar, 2015).

Menurut Hadi (2004) bahwa skala dari psikologi adalah deskripsi mengenai aspek kepribadian individu, aitem dari skala juga berupa penerjemah dari indikator berperilaku guna memancing jawaban yang tidak secara langsung menggambarkan keadaan diri subjek, yang biasanya tidak disadari oleh responden bersangkutan, kemudian respon terhadap skala psikologi diberi skor melalui proses penskalaan (*scaling*), lalu diinterpretasi hasilnya setelah diukur validitas dan reliabilitasnya.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi diri dalam pembelajaran daring dalam bentuk skala *Likert*, di mana skala tersebut mempunyai 4 pilihan jawaban yang terdiri dari pernyataan *favourable* dan pernyataan *unfavourable* yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai) agar partisipan tidak cenderung memilih nilai tengah untuk mencari “aman” bagi dirinya, dan memilih respon yang cenderung ke satu arah tertentu. Nilai yang diberikan dari pernyataan *favourable* yaitu dari pernyataan sangat sesuai mendapatkan nilai 4 hingga pernyataan sangat tidak sesuai mendapatkan nilai 1.

Begitu sebaliknya, nilai yang diberikan dari pernyataan *unfavourable* yaitu dari pernyataan sangat sesuai mendapatkan nilai 1 hingga pernyataan sangat tidak sesuai mendapatkan nilai 4.

**Tabel 3.2**  
**Penskoran Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring**

Respon	Skor <i>Favourable</i>	Skor <i>Unfavourable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

### 1. Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi diri dalam pembelajaran daring yang diadaptasi dari Arbiyah dan Triatmoko (2016) dengan 24 aitem yang terdiri dari pernyataan *favoureble* dan *unfavoureble*. Skala regulasi diri dalam pembelajaran daring yang diadaptasi dari Arbiyah dan Triatmoko (2016) memiliki reliabilitas sebesar 0.918 ( $\alpha=0.918$ ), sehingga menunjukkan bahwa reliabilitas yang diperoleh tergolong tinggi.

Tabel 3.3

*Blue print* Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring sebelum *Try Out*

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
<b>Penetapan tujuan</b> ( <i>Goal setting</i> )	Adanya target dan standar belajar untuk mencapai tujuan	4, 11, 34, 36	13, 24	6
<b>Struktur lingkungan</b> ( <i>Environment structuring</i> )	Menentukan lingkungan belajar yang nyaman	1, 8, 12, 26	27, 32	6
<b>Strategi pembelajaran</b> ( <i>Task strategies</i> )	Membuat strategi untuk menyelesaikan tugas Mempersiapkan pertanyaan untuk materi yang dibahas	15, 30, 31	16, 20, 23	6
<b>Manajemen waktu</b> ( <i>Time management</i> )	Melaksanakan tugas tepat waktu Mengatur waktu belajar dengan efektif	14, 17, 29	7, 19, 28	6
<b>Mencari bantuan</b> ( <i>Help-seeking</i> )	Berani bertanya atau berpendapat demi hasil belajar yang lebih baik	9, 10, 18, 22	2, 33	6
<b>Evaluasi diri</b> ( <i>Self-evaluation</i> )	Menilai diri terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan	3, 5, 6, 25	21, 35	6
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>14</b>	<b>36</b>



**Tabel 3.4**  
**Blue print Skala Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring sesudah Try Out**

Dimensi	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
<b>Penetapan tujuan</b> ( <i>Goal setting</i> )	Adanya target dan standar belajar untuk mencapai tujuan	4, 11, 34, 36	13, 24	6
<b>Struktur lingkungan</b> ( <i>Environment structuring</i> )	Menentukan lingkungan belajar yang nyaman	<u>1</u> , <u>8</u> , 12, 26	27, 32	6
<b>Strategi pembelajaran</b> ( <i>Task strategies</i> )	Membuat strategi untuk menyelesaikan tugas Mempersiapkan pertanyaan untuk materi yang dibahas	15, 30, 31	16, 20, 23	6
<b>Manajemen waktu</b> ( <i>Time management</i> )	Melaksanakan tugas tepat waktu Mengatur waktu belajar dengan efektif	14, 17, 29	7, <u>19</u> , 28	6
<b>Mencari bantuan</b> ( <i>Help-seeking</i> )	Berani bertanya atau berpendapat demi hasil belajar yang lebih baik	9, <u>10</u> , 18, <u>22</u>	<u>2</u> , <u>33</u>	6
<b>Evaluasi diri</b> ( <i>Self-evaluation</i> )	Menilai diri terhadap pembelajaran yang telah dilaksanakan	<u>3</u> , 5, 6, 25	21, <u>35</u>	6
<b>Jumlah</b>		<b>22</b>	<b>14</b>	<b>36</b>

Setelah melakukan *tryout* dari 36 aitem pernyataan terdapat 9 aitem pernyataan yang gugur setelah melakukan seleksi aitem pernyataan dan tersisa 27 aitem. Aitem pernyataan yang gugur yaitu: 1, 2, 3, 8, 10, 19, 22, 33, dan 35. Aitem-aitem yang digugurkan tidak dapat dimasukkan sebagai aitem pernyataan untuk pengolahan data selanjutnya.

## F. Validitas Dan Reliabilitas

### 1. Validitas Skala

Azwar (2015) mengungkapkan bahwa validitas berasal dari kata *validity* yang berarti keakuratan atau ketepatan, yaitu seberapa jauh skala dalam menjalankan fungsinya. Pengukuran mempunyai validitas yang tinggi apabila dapat memberikan data yang tepat/akurat dalam memberi penjelasan terhadap variabel yang hendak diukur dari pengukuran tersebut. Valid tidaknya suatu alat ukur tergantung pada ketepatan alat ukur dalam mencapai tujuan yang hendak diukur.

### 2. Reliabilitas

Azwar (2015) mengungkapkan bahwa reliabilitas adalah terjemahan dari kata *reliability*. Suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang mempunyai tingkat reliabilitas disebut dengan pengukuran yang reliabel. Hal yang terkandung dalam reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran itu dapat di percaya. Uji pengukuran reliabilitas dilakukan untuk melihat sejauh mana alat ukur tersebut mempunyai konsistensi tetap bila dilakukan pengukuran kembali pada subjek yang sama.

Penelitian ini menghitung reliabilitas dengan menggunakan rumus koefisien *alpha*. Azwar (2015) menyatakan rentang reliabilitas yaitu mulai dari 0 sampai 1.00. Jika angka koefisien mendekati 1.00 maka reliabilitasnya tinggi, dan jika reliabilitas yang mendekati 0, maka semakin rendah reliabilitasnya. Pengukuran reliabilitas alat ukur penelitian ini, diketahui dengan menggunakan konsistensi internal dengan *alpha cronbach*.

### G. Metode Analisis Data

Metode analisis data dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa. Analisis data deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai sekelompok subjek berdasarkan data dari variabel yang didapat dan diteliti, serta tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis. Hasil analisis deskriptif dari data yang diperoleh adalah berupa gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa yang disajikan dalam bentuk persentase dan grafik (Bungin, 2011). Perhitungan analisis dilakukan dengan program komputer *IBM SPSS 25.0 For Windows*.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Persiapan Penelitian

##### 1. Persiapan Administrasi Penelitian

Proses penelitian ini terlebih dahulu dipersiapkan administrasi-administrasi penelitian. Penulis dalam persiapan administrasi penelitian ini mempersiapkan data-data jumlah mahasiswa aktif semester I, III, dan V T.A 2020-2021 termasuk jumlah kelas dari semester I, III, dan V tersebut. Penulis meminta izin kepada Wakil Prodi dan Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau untuk meminta data yaitu jumlah mahasiswa aktif Semester I, III, dan V T.A 2020-2021.

##### 2. Persiapan Instrumen Penelitian

Setelah mendapatkan data dari Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, penulis menyebarkan skala ke mahasiswa aktif Psikologi Universitas Islam Riau T.A 2020-2021 semester I, III, dan V dengan *link* atau tautan melalui grup-grup kelas, *chat* melalui *whatsapp* dengan subjek dan meminta untuk menyebar luaskan lagi ke teman kelas lainnya. Skala penelitian dibuat melalui *Google Form* dengan disediakannya pemilihan jawaban berdasar semester dan kelas dari mata kuliah tertentu yang diambil dengan maksud agar subjek tidak dua kali atau lebih dalam mengerjakan skala penelitian dan mahasiswa tidak bingung dalam pengisian identitas. Dengan demikian penulis dapat menyaring serta mengambil data berdasar ketentuan pengambilan sampel.

## B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 09 November sampai dengan 26 November 2020 dengan jumlah sampel sebanyak 191 orang mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Penulis meminta kesediaan dari subjek penelitian dan menyertakan prosedur pengisian serta menjelaskan bahwa kerahasiaan dalam segi apapun yang diberikan oleh subjek akan dijaga dan tidak diungkap. Skala penelitian ini diisi melalui *google form* dikarenakan mahasiswa tahun ajaran 2020-2021 masih melakukan pembelajaran dalam jaringan (daring).

## C. Hasil Penelitian

### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Data berikut ini merupakan data demografi subjek penelitian, dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.1**  
**Data Demografi Penelitian**

	<b>Detail Data Demografi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	24	12.57
	Perempuan	167	87.43
<b>Semester</b>	I (satu)	69	36.12
	III (tiga)	58	30.17
	V (lima)	64	33.51

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa subjek penelitian paling banyak: 1) berjenis kelamin perempuan sebanyak 87.43%; 2) remaja akhir (17-19 tahun) sebanyak 56.02%; 3) semester I sebanyak 36.12%.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian pada penelitian ini merupakan data skor empirik dan skor hipotetik. Skor empirik dan skor hipotetik mencakup skor maksimal, skor minimal, rata-rata, dan standar deviasi. Hasil data skor empirik dan skor hipotetik dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.2**

Variabel Penelitian	Skor X yang diperoleh (Empirik)				Skor X yang diperoleh (Hipotetik)			
	$X_{max}$	$X_{min}$	Mean	SD	$X_{max}$	$X_{min}$	Mean	SD
Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring	96	37	73.66	7.692	108	27	67.5	13.5

Tabel di atas menggambarkan secara umum regulasi diri dalam pembelajaran daring, dilihat dari: 1) rentang skor empirik diperoleh dari 37 sampai 96 dan rentang skor hipotetik diperoleh dari 27 sampai 108; 2) memiliki skor rata-rata empirik 73.66 dan skor rata-rata hipotetik 67.5; 3) dengan standar deviasi empirik 7.692 dan standar deviasi hipotetik 13.5.

Hasil deskripsi data tersebut digunakan untuk mengkategorisasikan skala dengan menggunakan nilai rata-rata (*Mean*) dan standar deviasi (SD) hipotetik dengan lima kategori yaitu: 1) sangat rendah; 2) rendah; 3) sedang; 4) tinggi; 5) sangat tinggi. Kategori tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:



**Tabel 4.3**  
**Kategorisasi**

Kategori	Rumus
Sangat Rendah	$X \leq M - 1.5 SD$
Rendah	$M - 1.5 SD < X \leq M - 0.5 SD$
Sedang	$M - 0.5 SD < X \leq M + 0.5 SD$
Tinggi	$M + 0.5 SD < X \leq M + 1.5 SD$
Sangat Tinggi	$M + 1.5 SD < X$

### 3. Gambaran Umum Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring

Kategorisasi regulasi diri dalam pembelajaran daring dapat diperoleh berdasarkan rumus kategorisasi di atas, yang terdiri atas kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi melalui tabel berikut:

**Tabel 4.4**  
**Hasil Kategorisasi Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring dari Data Hipotetik**

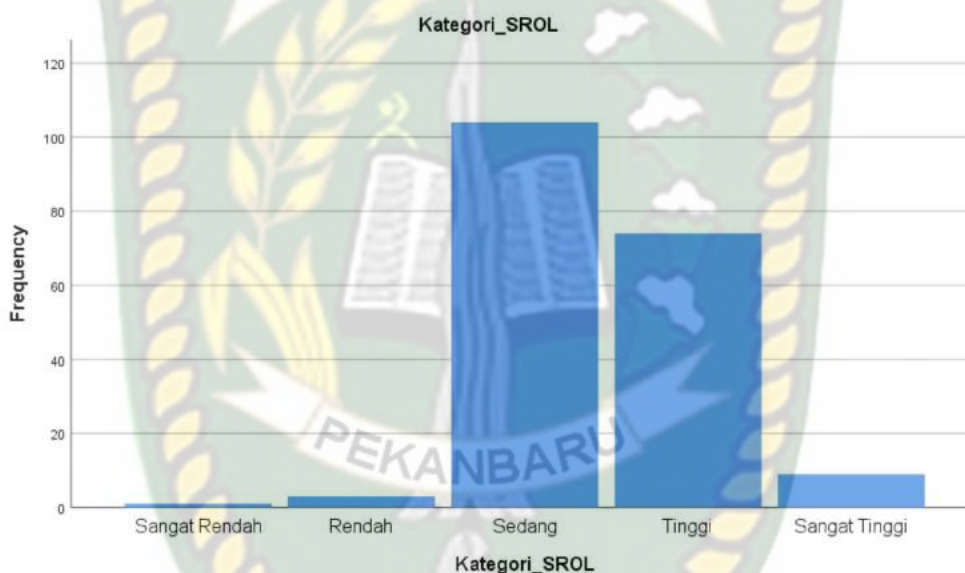
Kategori	Hasil
Sangat Rendah	$X \leq 47.25$
Rendah	$47.25 < X \leq 60.75$
Sedang	$60.75 < X \leq 74.25$
Tinggi	$74.25 < X \leq 87.75$
Sangat Tinggi	$87.75 < X$

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa secara umum regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa berada pada kategori sedang, yaitu 104 orang dengan persentase sebesar 54.5%. Untuk kategori sangat tinggi dengan persentase 4.7%, kategori tinggi dengan persentase 38.7%, kategori rendah dengan persentase 1.6%, dan untuk kategori sangat rendah dengan persentase 0.5%. Gambaran lengkap regulasi diri dalam pembelajaran daring dapat dilihat pada tabel dan gambar diagram berikut:

**Tabel 4.5**  
**Gambaran Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	1	0.5
Rendah	3	1.6
Sedang	104	54.5
Tinggi	74	38.7
Sangat Tinggi	9	4.7
<b>Total</b>	<b>191</b>	<b>100</b>

**Gambar 4.1**  
**Diagram Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring**

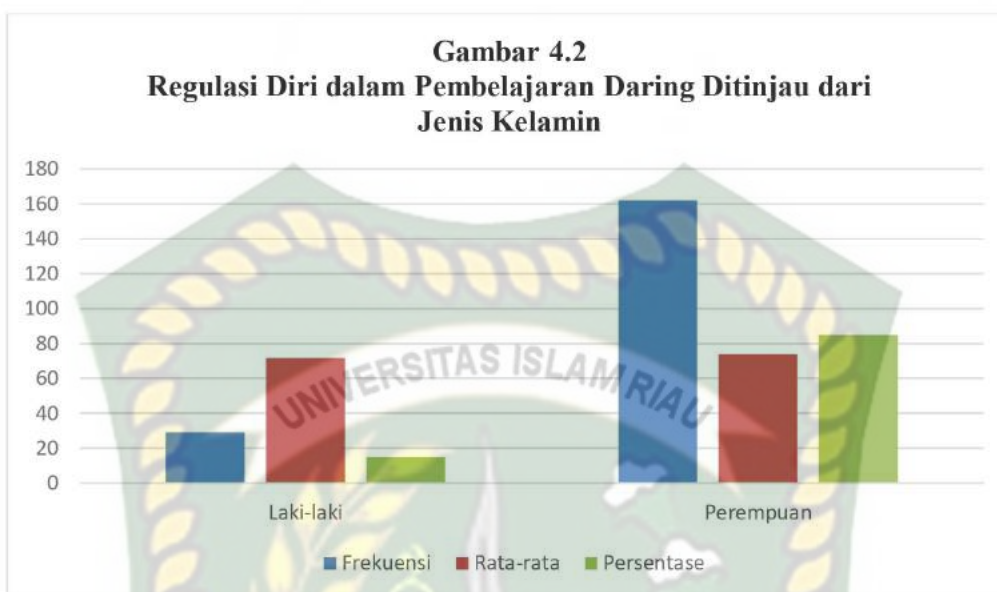


**a. Analisis Data Ditinjau dari Jenis Kelamin**

**Tabel 4.6**  
**Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Rata-rata	Persentase (%)
Laki-laki	29	71.79	15.2
Perempuan	162	74	84.8

**Gambar 4.2**  
Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Jenis Kelamin



Hasil penelitian berdasar tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring lebih baik yaitu pada perempuan yang memiliki nilai rata-rata 74 dengan persentase sebesar 84.8%, sedangkan laki-laki memiliki nilai rata-rata 71.79 dengan persentase sebesar 15.2%.

#### b. Analisis Data Ditinjau dari Semester

**Tabel 4.7**  
Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Semester

Kategori	Hasil	Frekuensi			Persentase (%)		
		Smt I	Smt III	Smt V	Smt I	Smt III	Smt V
<b>Sangat Rendah</b>	$X \leq 47.25$	0	1	0	0.0	1.7	0
<b>Rendah</b>	$47.25 < X \leq 60.75$	1	2	0	1.4	3.4	0
<b>Sedang</b>	$60.75 < X \leq 74.25$	28	35	41	40.6	60.3	64.1
<b>Tinggi</b>	$74.25 < X \leq 87.75$	34	19	21	49.3	32.8	32.8
<b>Sangat Tinggi</b>	$87.75 < X$	6	1	2	8.7	1.7	3.1

Hasil penelitian berdasar tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki regulasi diri dalam pembelajaran daring lebih baik paling banyak terdapat pada semester V dengan kategori sedang yang



memiliki nilai persentase sebesar 64.1% dengan frekuensi sebanyak 41, sedangkan semester III dengan kategori sedang yang memiliki nilai persentase sebesar 60.3% dengan frekuensi sebanyak 45, dan semester I dengan kategori tinggi yang memiliki nilai persentase sebesar 49.3% dengan frekuensi sebanyak 34.

c. Analisis Data Ditinjau dari Dimensi

**Tabel 4.8**  
**Regulasi Diri dalam Pembelajaran Daring Ditinjau dari Dimensi**

Kategori	Penetapan Tujuan		Struktur Lingkungan		Strategi Pembelajaran		Manajemen Waktu		Mencari Bantuan		Evaluasi Diri	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
	Sangat Rendah	2	1.0	9	14.7	3	1.6	4	2.1	6	3.1	1
Rendah	15	7.9	34	17.8	28	14.7	43	22.5	12	6.3	11	5.8
Sedang	75	39.3	89	46.6	90	47.1	73	38.2	64	33.5	43	22.5
Tinggi	85	44.5	54	28.3	57	29.8	64	33.5	74	38.7	102	53.4
Sangat Tinggi	14	7.3	5	2.6	13	6.8	7	3.7	35	18.3	34	17.8

Hasil penelitian berdasar tabel di atas, dapat dijelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki regulasi diri dalam pembelajaran daring lebih dominan paling banyak terdapat dimensi evaluasi diri dengan kategori tinggi yang memiliki nilai persentase sebesar 53.4% dengan frekuensi sebanyak 102, sedangkan pada dimensi strategi pembelajaran dengan kategori sedang memiliki nilai persentase sebesar 47.1% dengan frekuensi sebanyak 90, pada dimensi struktur lingkungan dengan kategori sedang memiliki nilai persentase sebesar 46.6% dengan frekuensi sebanyak 89, pada dimensi mencari bantuan dengan kategori tinggi memiliki nilai persentase sebesar 38.7% dengan frekuensi sebanyak 74, dan pada dimensi manajemen waktu dengan kategori sedang memiliki nilai persentase sebesar 38.2% dengan frekuensi sebanyak 73.

#### D. Pembahasan

Regulasi diri dalam belajar adalah hal yang sangat penting bagi mahasiswa karena hal ini merupakan proses yang harus dilalui mahasiswa mulai dari perencanaan, pengontrolan, sampai dengan evaluasi dalam belajar (Latipah, 2012). Artinya, jika mahasiswa ingin meraih kesuksesan akademik, maka mahasiswa perlu memiliki regulasi yang baik dalam belajar.

Penelitian ini dikhususkan untuk mengetahui gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring. Hal yang membedakan regulasi diri dalam pembelajaran daring (dalam jaringan) dengan pembelajaran biasa (tatap muka) adalah terpisahnya jarak antara dosen dan mahasiswa yang kemudian difasilitasi dengan menggunakan media teknologi daring (dalam jaringan atau *online*). Oleh karena itu sangat penting bagi mahasiswa untuk mampu mengelola pembelajarannya sendiri agar dapat mengikuti dan mencapai proses belajar yang maksimal.

Secara umum menurut Mulyadi, Basuki, dan Rahardjo (2016) berpendapat bahwa regulasi diri dalam belajar adalah proses metakognisi yang mengatur proses perencanaan, pemantauan dan evaluasi dalam aktivitas belajar. Proses tersebut dilandasi oleh keyakinan pada kemampuan sendiri (*self-efficacy beliefs*) dan oleh komitmen pencapaian tujuan belajar atau tugas-tugas akademis, sehingga tujuan belajar yaitu penguasaan (*acquisition*) pengetahuan dan keterampilan dapat tercapai.

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 191 mahasiswa,



memiliki regulasi diri dalam pembelajaran daring pada tingkat kategori sedang sebanyak 104 mahasiswa dengan persentase sebesar 54.5%. Artinya, mahasiswa cukup mampu untuk mengelola dirinya sendiri mulai dari perencanaan belajar daring, pemantauan dan proses berlangsungnya pembelajaran daring hingga evaluasi dalam aktivitas pembelajaran daring. Hasil penelitian terkait oleh Harahap dan Harahap (2020) menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa BKI berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 71,1% sebanyak 172 mahasiswa, yang berarti bahwa selama masa pandemi *Covid-19*, pengaturan diri mahasiswa dalam kegiatan belajar tergolong baik. Penelitian yang dilakukan oleh Nurhasanah, Dimiyati dan Intan (2013) pada Siswa kelas XI SMA Negeri 83 Jakarta Utara dikategorisasikan memiliki tingkat regulasi diri dalam belajar yang tinggi sebesar 76%, dalam artian bahwa siswa memiliki kemampuan regulasi diri dalam belajar yang tinggi dengan melibatkan kemampuan metakognitif, motivasi, dan perilaku sehingga mampu mengontrol strategi belajar untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan secara maksimal.

Mahasiswa laki-laki dan perempuan mempunyai perbedaan terhadap bagaimana mereka meregulasi diri dalam proses pembelajaran daring. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa mahasiswi (perempuan) memiliki regulasi diri dalam pembelajaran daring lebih baik dengan persentase sebesar 84.8% dan nilai rata-rata 74 sedangkan mahasiswa (laki-laki) dengan persentase sebesar 15.2% dengan nilai rata-rata 71.9. Hal ini sejalan dengan penelitian Karina dan Herdiyanto (2019) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap regulasi ditinjau dari jenis kelamin dengan nilai signifikansi sebesar 0.023 ( $p < 0.05$ ). Hasil penelitian



Latipah (2012) juga menunjukkan bahwa nilai rerata regulasi diri dalam belajar untuk perempuan sebesar 111.3 dan nilai rerata regulasi diri dalam belajar untuk laki-laki sebesar 105.2, dinyatakan bahwa perempuan terbukti memiliki tingkat regulasi diri dalam belajar lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Laki-laki cenderung menggunakan kemampuan visual-spasial dalam cara meregulasi diri sedangkan perempuan menggunakan kemampuan motorik halus dan verbal sehingga mempunyai cara tertentu pula dalam meregulasi diri dalam pembelajaran daring. Perempuan lebih mudah diatur, tertib, dan disiplin dibanding laki-laki. Perempuan cenderung menyukai kerapian sehingga perempuan akan menata lingkungan belajarnya agar nyaman. Saat terjadi kendala dalam proses belajar, perempuan cenderung lebih tanggap seperti bertanya kepada teman atau dosen untuk mengatasi hambatan dalam proses belajar.

Hasil penelitian ini juga menjelaskan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa yang baik paling banyak yaitu pada tingkat semester V dengan persentase sebesar 64.1% yang berada pada kategori sedang sedangkan tingkat semester III dengan persentase sebesar 60.3% yang berada pada kategori sedang, dan tingkat semester I dengan persentase sebesar 49.3% yang berada pada kategori tinggi. Berdasarkan penelitian Zimmerman dan Pons (1990) diketahui bahwa kemampuan regulasi diri dalam belajar meningkat seiring tingkat kelas mereka yang diteliti pada subjek anak tingkat kelas 5, 8, dan 11. Hasil penelitian Radovan (2010) juga menjelaskan bahwa siswa yang lebih tua lebih sering menggunakan strategi pembelajaran kognitif dan metakognitif terutama terkait

dengan efikasi diri, menilai materi pembelajaran dan menetapkan tujuan intrinsik dibandingkan orang yang lebih muda.

Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa berdasar dimensi yang paling dominan adalah dimensi evaluasi diri dengan persentase sebesar 53.4% yang berada pada kategori tinggi sedangkan dimensi strategi pembelajaran dengan persentase sebesar 47.1% yang berada pada kategori sedang, dimensi struktur lingkungan dengan persentase sebesar 46.6% yang berada pada kategori sedang, dimensi penetapan tujuan dengan persentase sebesar 45.5% yang berada pada kategori tinggi, dimensi mencari bantuan dengan persentase sebesar 38.7% yang berada pada kategori tinggi, dan yang terakhir adalah dimensi manajemen waktu dengan persentase sebesar 38.2% yang berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa evaluasi diri merupakan bagian dari regulasi diri yang sangat penting dalam pembelajaran daring karena dapat melihat sejauh mana perkembangan atau kemajuan hasil belajar dalam pembelajaran daring.

Penelitian L (2019) menjelaskan bahwa evaluasi diri dalam belajar yaitu pengumpulan data maupun informasi terhadap kemampuan belajar mahasiswa, bertujuan menilai sejauh mana program pembelajaran tersebut sudah berjalan, evaluasi diri dalam belajar juga bertujuan untuk mengetahui prestasi mahasiswa dalam suatu proses pembelajaran dan untuk membantu kekurangan mahasiswa dengan tujuan menempatkan mahasiswa dalam situasi belajar yang lebih sesuai dengan mereka. Evaluasi diri dalam pembelajar berfungsi dalam membantu proses kemajuan dan perkembangan hasil belajar mahasiswa secara berkelanjutan dan

dapat mengetahui kemampuan dan kelemahan mahasiswa dalam mata kuliah tertentu.

Penelitian ini tentu saja tidak terlepas dari berbagai keterbatasan seperti penelitian ini merupakan penelitian dasar yang menjelaskan gambaran secara umum mengenai regulasi diri dalam pembelajaran daring, sehingga tidak menjelaskan secara mendalam mengenai apa saja hal-hal yang berperan dalam mewujudkan regulasi diri dalam pembelajaran daring. Sedikitnya jumlah subjek yang diteliti juga menjadi keterbatasan dalam penelitian ini serta dalam penyajian aitem, jumlah aitem terbatas sehingga menjadi kurang bervariasi.

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Hasil penelitian gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 54.5%.
2. Regulasi diri yang baik dalam pembelajaran daring pada mahasiswa lebih banyak dimiliki oleh perempuan dengan persentase sebesar 84.8%.
3. Regulasi diri yang baik dalam pembelajaran daring pada mahasiswa lebih banyak dimiliki oleh tingkat semester V dengan persentase sebesar 64.1% yang berada pada kategori sedang.
4. Regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa berdasar dimensi paling dominan adalah dimensi evaluasi diri dengan persentase sebesar 53.4% yang berada pada kategori tinggi.

#### B. Saran

Saran yang diajukan oleh penulis adalah sebagai berikut:

##### 1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa dapat melakukan hal-hal untuk meregulasi diri dalam pembelajaran daring selama pandemi *Covid-19* maupun jika ada perkuliahan yang memakai sistem pembelajaran daring yaitu seperti membuat target-target yang harus dicapai dalam perkuliahan daring, mengatur lingkungan belajarnya

agar terasa nyaman, membuat rangkuman materi perkuliahan untuk dipelajari kembali sebelum ulangan diadakan, membuat jadwal kelas daring, mengerjakan tugas, belajar kembali, atau mengerjakan pekerjaan rumah setelah perkuliahan daring berakhir, mencari bantuan untuk belajar dari situs *web* seperti penjelasan materi kuliah, jurnal, *e-book*, dan lain-lain, serta melakukan pengamatan ulang terhadap kegiatan pembelajaran daring yang telah dilakukan sebelumnya, seperti mengecek tugas-tugas yang dilakukan apakah sudah benar, mengintropeksi diri atas apa yang dilakukan saat tidak berhasil mengerjakan tugas atau mendapat nilai yang rendah saat ulangan.

## **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Merujuk berdasar keterbatasan penelitian ini disarankan kepada peneliti selanjutnya agar lebih memperbanyak aitem skala agar lebih bervariasi, memperbanyak jumlah responden, partisipan, atau subjek penelitian. Penelitian ini juga dapat dikaitkan dengan variabel-variabel lain yang saling berkaitan seperti prestasi akademik, daya juang, efikasi diri, konsep diri, dan lain sebagainya. Serta, memperluas populasi sehingga hasil penelitian dapat menjadi referensi dan acuan untuk meningkatkan regulasi diri dalam pembelajaran daring pada mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adijaya, N. & Santosa, L. P., (2018). Persepsi mahasiswa dalam pembelajaran online. *Wanastra*, 10(2), 105-110.
- Arbiyah, N., & Triatmoko, F. A., (2016). Pengembangan skala regulasi diri dalam pembelajaran daring (self-regulated online learning scale) pada mahasiswa. *Mind Set*, 7, 20-32.
- Azwar. S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bidjerano, T. (2005). Gender differences in self-regulated learning. *Northeastern Educational Research Association*, 1-8.
- Bilfaqih, Y. & Qomarudin, M. N., (2015). Esensi pengembangan pembelajaran daring. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Bramantyo, (2020). Dampak virus covid-19 bagi mahasiswa. Diakses dari <https://www.unisbank.ac.id/v2/news/dampak-virus-covid-19-bagi-mahasiswa/> tanggal 10 Juni 2020.
- Bungin, Burhan (2011). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research (Jilid 1)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Harahap, A. C. P. & Harahap, S. R. (2020). Covid 19: self regulated learning mahasiswa. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(1), 36-42.



- Johnson, G. M. & Davies, S. M., (2014). Self-regulated learning in digital environment: theory, research, praxis. *British Journal of Research*, 1(2), 68-80.
- Karina, N. K. G. & Herdiyanto, Y. K. (2019). Perbedaan regulasi diri ditinjau dari urutan kelahiran dan jenis kelamin remaja Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 79-88.
- L, Idrus. (2019). Evaluasi dalam proses pembelajaran. *Adaara: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 9(2), 920-935.
- Latipah, E. (2012). Pengaturan diri dalam belajar (self regulated learning) mahasiswa ditinjau dari strategi experimental learning dan jenis kelamin. *Al-Bidayah*, 4(2), 139-156.
- Mardianto, (2019). Peran guru di era digital dalam mengembangkan self regulated learning siswa generasi z untuk pencapaian hasil pembelajaran optimal. *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper*, 150-157.
- Masriadi, (2020). *Suka duka kuliah online saat pandemi corona: dosen dan mahasiswa gaptek*. Diakses dari: <https://regional.kompas.com/read/2020/04/07/22044941/suka-duka-kuliah-online-saat-pandemi-corona-dosen-dan-mahasiswa-gaptek> tanggal 10 Juni 2020.
- McCombs, B.L., & Marzano, R. J. (1990). Putting the self in self regulated learning: The self as agent in integrating skill and will. *Educational Psychologist*, 25, 51-70.

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI, (2020). *Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 tentang Pencegahan Corona Virus Disease (Covid-19) pada Satuan Pendidikan*. Jakarta: Nadiem Anwar Makarim.

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI, (2020). *Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan kebijakan Pendidikan dalam masa darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19)*. Jakarta: Nadiem Anwar Makarim.

Mu'min, S. A., (2016). Regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Al-Ta'dib*, 9(1), 1-19.

Mulyadi, S., Basuki, A. M. H. & Rahardjo, W., (2016). *Psikologi Pendidikan: dengan Pendekatan Teori-teori Baru dalam Psikologi (Edisi Kedua)*. Depok: Rajawali Pers.

Mutia, I. & Leonard., (2013). Kajian penerapan e-learning dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi. *Faktor Exacta*, 6(4), 278-289.

Niemi, H., Nevgi, A., & Virtanen. P., (2003). Towards self-regulation in web-based learning. *Journal of Education Media*, 1-23.

Nurhasanah, Dimiyati, M., & Intan, M. (2013). Regulasi diri dalam belajar pada siswa kelas XI SMA negeri 83 Jakarta Utara. *Jurnal UNJ*, 70-75.

Perkuliahan Berlangsung Online, (17 Juni 2020). *Tribun Pekanbaru*, 17, 19.

Pintrich, P. R. & de Groot, E. V., (1990). Motivational and self-regulated learning component of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33-40.

Presiden Republik Indonesia, (2020). *Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 Tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019* (Salinan). Jakarta: Joko Widodo.

Purdie, N., Hattie, J. & Douglas, G., (1996). Student conception of learning and their use self-regulated learning strategies: a cross-cultural comparison. *Journal of Educational Psychology*, 88(1), 87-100.

Radovan, M., (2010). The influence of self-regulated learning and age on success in studying. *Journal of Contemporary Educational Studies*, 5, 102-104.

Reyhan, M., (2020). Dampak positif dan negatif pembelajaran daring di tengah pandemi covid-19. Diakses dari:  
<https://www.kompasiana.com/muhammadheryan5091/5eaa9096d541df10cb598de2/dampak-positif-dan-negatif-pembelajaran-daring-di-tengah-pandemi-covid-19> tanggal 10 Juni 2020.

Riyana, C., (2019). *Produksi Bahan Pembelajaran Berbasis Online*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka.

Santrock, J. W. (2007). *Educational Psychology*. Canada: McGrawHill Companies, Inc.



- Santrock, J. W., (2010). *Psikologi Pendidikan (Edisi Kedua)*. Jakarta: Kencana.
- Sugiono, (2015). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta: Bandung.
- Syamsuddin, (2020). *Tak punya laptop dan internet cepat mahasiswi yang dievakuasi dari China sulit kuliah online*. Diakses dari <https://regional.kompas.com/read/2020/02/20/14532391/tak-punya-laptop-dan-internet-cepat-mahasiswi-yang-dievakuasi-dari-china> tanggal 10 Juni 2020.
- Vermunt, J. D. H. M., (1998). Metacognitive, cognitive and affective aspect of learning styles and strategies: a phenomenographic analysis. *Higher Education*, 31, 25-50.
- Wandler, J. B. & Imbriale, W. J., (2017). Promoting undergraduate student self-regulation in online learning environments. *Online Learning*, 21(2), 1-16.
- Winters, F. I., Greene, J. A., Costich, C. M., (2008). Self-regulation of learning within computer-based learning environment: a critical analysis. *Educ Psychol Rev*, 20, 429-444.
- Zhafira, N. H., Ertika, Y., & Chairiyaton, (2020). Persepsi mahasiswa terhadap perkuliahan daring sebagai sarana pembelajaran selama masa karantina covid-19. *Jurnal Bisnis dan Kajian Strategi Manajemen*, 4(1), 37-45.
- Zimmerman, J. B., (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(03), 64-329-339.

- Zimmerman, J. B., (2001). *Theories of self-regulated online learning and academic achievement: an overview and analysis*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Zimmerman, J. B., (2002). Becoming a self-regulated learner: an overview. *Theory Into Practice*, 41(02), 64-70.
- Zimmerman, J. B. & Pons, M. M., (1990). Student differences in self-regulated learning relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 51-59.

