



Covid 19: Self Regulated Learning Mahasiswa

Ade Chita Putri Harahap¹, Samsul Rivai Harahap²

1. Dosen Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Jl. Williem Iskandar pasar V Medan Estate, Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia
2. Guru Bimbingan Konseling SMA Negeri 1 Sidamanik, Jl. Besar Sidamanik Kab. Simalungun provinsi Sumatera Utara, Indonesia

Abstract: pandemi covid 19 yang sedang melanda dunia termasuk Indonesia membuat pemerintah mengambil keputusan untuk melakukan PSBB (pembatasan sosial berskala besar) dengan meminta masyarakat untuk tetap berada di rumah (stay at home) termasuk proses pembelajaran/perkuliahannya. Peraturan tersebut dibuat agar memutus mata rantai penyebaran covid -19. Proses perkuliahan yang dilakukan secara daring atau online secara tidak langsung membuat mahasiswa beradaptasi dengan proses pembelajaran yang baru. Mahasiswa dituntut untuk bisa melakukan pengaturan diri dalam belajar (self regulated learning) pada masa covid-19. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan subjek penelitian adalah mahasiswa BKI Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self regulated learning mahasiswa BKI berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 71,7%, kategori tinggi 17,5% dan kategori rendah 10,8%. Hal ini menunjukkan bahwa masih perlu adanya adaptasi belajar bagi mahasiswa selama masa pandemi dan perlu adanya pengaturan diri dalam belajar (self regulated learning) yang baik pada dirinya.

Keywords: *Self regulated learning, Mahasiswa, Covid-19*

PENDAHULUAN

Pandemi covid 19 (corona) saat ini menjadi hal yang sangat ditakutkan oleh seluruh masyarakat di dunia. Corona menjadi virus yang paling mematikan yang pertama kali muncul di Wuhan, Cina. WHO mengumumkan bahwa covid 19 (corona) sebagai pandemi/wabah (Sohrabi, 2020). Perkembangan virus ini semakin meluas ke negara-negara lain, bukan hanya di cina. Angka kematian di

berbagai negara yang disebabkan virus ini semakin meningkat, termasuk Indonesia. Indonesia termasuk negara yang penyebaran virusnya sangat cepat. Sampai dengan juni 2020 tercatat kasus positif corona mencapai angka 35.295 orang, sembuh 12.636 orang dan meninggal 2.000 orang (Detik News, 2020). Hal ini membuat pemerintah melakukan berbagai cara untuk bisa menekan angka peningkatan penularan virus tersebut. Adapun hal yang dilakukan adalah penerapan social distancing, tetap stay di rumah, PSBB (pembatasan sosial berskala besar, penggunaan masker, penggunaan handsanitizer, dan sebagainya. Seluruh sektor yang ada di Indonesia terkena dampak dari munculnya virus tersebut baik dari sektor ekonomi, perdagangan bahkan sektor pendidikan. Berbagai kebijakan dan pembaharuan diubah oleh pemerintah agar pelaksanaan pendidikan, proses belajar mengajar dilaksanakan di rumah melalui daring (dalam jaringan). Termasuk pelaksanaan kegiatan perkuliahan di perguruan tinggi (kampus). Sesuai dengan anjuran pemerintah mahasiswa untuk tetap melakukan pembelajaran online (daring) dari rumah. Mahasiswa diminta untuk tetap melaksanakan perkuliahan di rumah dengan menggunakan berbagai aplikasi yang mendukung agar proses perkuliahan dapat berjalan dengan baik.

Setyosari (2015) menyatakan bahwa pembelajaran yang dilakukan melalui jaringan (daring) mempunyai banyak potensi diantaranya kebermaknaan belajar, kemudahan untuk mengakses, dan peningkatan hasil belajar. Namun, tidak menutup kemungkinan adanya berbagai hambatan yang dialami oleh mahasiswa seperti dinyal yang tidak baik/bagus, fasilitas seperti alat komunikasi handphone atau laptop yang tidak memadai, banyaknya paket internet yang habis digunakan, kondisi di rumah yang sangat tidak nyaman, dan lain sebagainya. Pada keadaan seperti itu, mahasiswa dituntut untuk bisa mengatur keadaan dirinya dalam kegiatan belajar dengan baik (*self regulated learning*).

Self regulated learning dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengelola secara baik dan efektif pengalaman belajarnya dengan berbagai cara sehingga memperoleh hasil belajar yang optimal (Wolters dan Christoper, 1998:4). Selain itu *self regulated learning* juga diartikan sebagai porses yang dilakukan oleh siswa dengan menetapkan tujuan untuk pembelajarannya kemudian siswa berusaha untuk memonitor, mengatur dan mengendalikan

kognisi, motivasi perilakunya sendiri untuk mencapai tujuan yang telah dibuatnya (Pinteich (dalam Schunk, 2005). Ziimerman (1989) menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai *self regulated learning* yang tinggi adalah seseorang yang efektif menggunakan potensinya dalam memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilakunya dalam proses kegiatan belajar.

Self regulated learning dibutuhkan siswa dalam kegiatan belajar agar siswa memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama dalam menghadapi tugas yang sulit. Mahasiswa diminta untuk bisa mengatur diri dalam belajar pada masa pandemi covid-19. Mahasiswa harus bisa merencanakan kegiatan belajarnya dengan baik, mampu mengontrol waktu sehingga jadwal belajar teratur, mahasiswa tahu cara menciptakan lingkungan belajar yang baik dan menyenangkan, mahasiswa disiplin dalam belajar, mahasiswa juga tahu cara membuat suatu rencana untuk mencapai tujuan, mampu memanfaatkan fasilitas yang ada, dan tidak melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas (prokrastinasi). Perkuliahan secara daring juga mampu menumbuhkan kemandirian siswa dalam belajar seperti mencari informasi mengenai materi kuliah dan tugas yang diberikan kepadanya (Firman dan Rahman, 2020). Namun kenyataan yang terjadi di lapangan pada saat ini bahwa mahasiswa tidak melakukan *self regulated learning* dengan baik. Masih ada mahasiswa yang menunda mengerjakan tugas yang diberikan dosen, membagi waktu dalam mengerjakan pekerjaan rumah dengan tugas dari kampus, sulit membuat rencana dalam mencapai tujuan belajar yang baik, tidak memanfaatkan fasilitas yang ada seperti internet, handphone yang canggih, dan sebagainya. Hasil penelitian Irma (2014) menunjukkan sebanyak 41,70% subjek penelitian memiliki *self regulated learning* yang rendah. Sehingga peneliti tertarik untuk melihat gambaran dari *self regulated learning* mahasiswa pada masa pandemi covid -19.

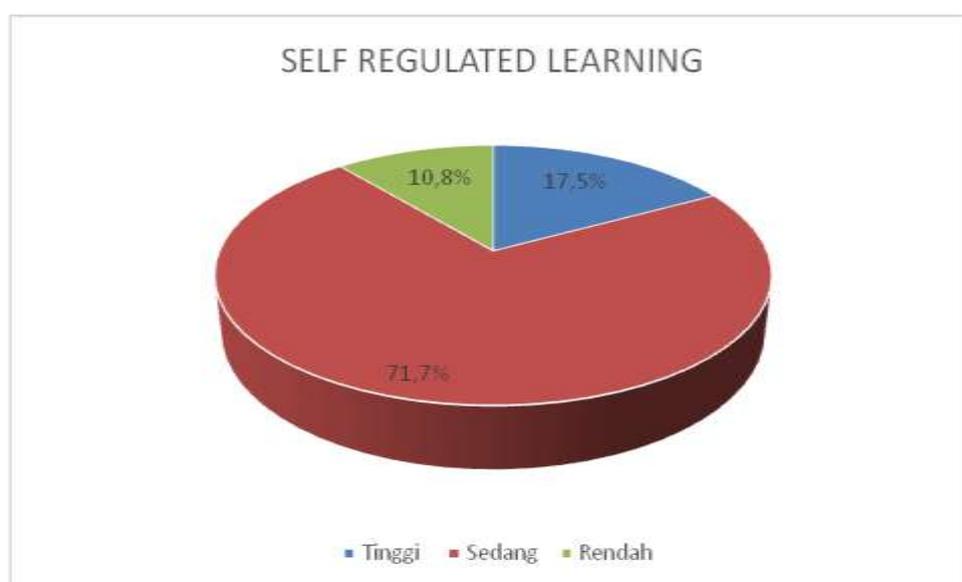
METODE

Jenis penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Menurut Lehmann (dalam Yusuf, 2014:62) penelitian deskriptif kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan

secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta dan sifat tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Peneliti ingin mendapatkan gambaran keadaan *self regulated learning* mahasiswa selama masa pandemi covid-19. Adapun populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa BKI sebanyak 240 orang yang aktif melaksanakan perkuliahan secara daring di rumah selama masa pandemi covid-19.

HASIL

Pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti kemudian diolah untuk menemukan gambaran keadaan *self regulated learning* mahasiswa. Kategori yang digunakan pada skala *self regulated learning* ini menggunakan tiga kategori yaitu tinggi (T), sedang (S), dan rendah (R). adapun hasilnya adalah *self regulated learning* mahasiswa berada pada kategori tinggi sebesar 17,5% atau sebanyak 42 mahasiswa, untuk kategori sedang sebesar 71,7% atau sebanyak 172 mahasiswa dan kategori rendah sebesar 10,8% atau sebanyak 26 mahasiswa. Adapun hasil tersebut dapat digambarkan pada grafik berikut:



Gambar 1. Grafik Gambaran *Self regulated learning*

PEMBAHASAN

Hasil temuan yang didapatkan oleh peneliti adalah *self regulated learning* mahasiswa berada pada kategori tinggi sebesar 17,5% atau sebanyak 42 orang mahasiswa, untuk kategori sedang sebesar 71,7% atau sebanyak 172 orang mahasiswa dan kategori rendah sebesar 10,8% sebanyak 26 orang mahasiswa. Hal ini dapat diartikan bahwa *self regulated learning* mahasiswa paling banyak berada pada kategori sedang atau sebesar 71,7%. Bandura (dalam Mukhid, 2008) menjelaskan bahwa jika seseorang menjadi baik/atau kurang baik dalam *self regulated learning*nya maka dia berhak untuk memberikan penghargaan atas dirinya sendiri dalam pencapaian belajarnya. *Self regulated learning* yang baik ditandai dengan adanya monitoring terhadap proses-proses kognitif dan afektif yang yang tercakup pada terselesaikannya tugas-tugas akademik dengan baik (Bandura, 1977).

Self regulated learning mahasiswa pada kategori tinggi terdapat 42 orang mahasiswa. Itu artinya bahwa hanya 17,5% mahasiswa yang *self regulated learning*nya baik. Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa seorang pembelajar yang memiliki *self regulated learning* yang baik dapat dijelaskan dari derajat metakognitif, motivasi dan perilakunya tentang seberapa aktif dirinya dalam proses/kegiatan belajar. *Self regulated learning* yang baik tergantung pada kepercayaan seseorang terhadap kemampuan mereka dalam mencapai sesuatu yang ditunjukkan dalam sebuah performa (Bandura, 1977). Artinya bahwa seorang pembelajar mempunyai strategi khusus, memiliki planning (rencana) agar tujuan pembelajaran yang ingin dicapainya dapat diperoleh secara maksimal.

Zimmerman (1998) menyatakan bahwa ciri dari *self regulated learner* yang aktif adalah dalam kegiatan belajarnya komponen dari metakognitif, motivasi dan perilaku sangat aktif dan digunakan secara maksimal. *Self regulated learning* mahasiswa yang rendah sebesar 10,8%. Hal dapat diartikan bahwa hanya ada 26 orang mahasiswa yang *self regulated learning*nya rendah. *Self regulated learning* yang baik dapat digambarkan dalam bentuk proses-proses yang mana pembelajar dapat menggerakkan dan mendorong perilaku, kognisi, dan afektif yang secara sistematis berorientasi pada arah pencapaian tujuan belajar (Zimmerman, 1990).

PENUTUP

Dari hasil penelitian yang diperoleh menggambarkan bahwa *self regulated learning* mahasiswa berada pada kategori sedang. Hal ini membuktikan bahwa pengaturan diri mahasiswa dalam kegiatan belajar (*self regulated learning*) selama masa pandemi covid-19 baik. Berbagai manfaat dan hasil yang diperoleh jika seseorang terutama mahasiswa melakukan *self regulated learning* dalam kegiatan belajarnya baik itu kegiatan belajar secara langsung maupun kegiatan belajar secara daring yaitu tujuan belajar dapat tercapai dengan baik dan maksimal.

DAFTAR RUJUKAN

- A. Bandura. 1977. *Social Learning Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall Publishers).
- A. Bandura. 1997. *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman and Company).
- B.J. Zimmerman. 1989. "Models of Self-regulated learning and Academic Achievement" dalam B.J. Zimmerman & D.H. Schunk (Ed.), *Self-regulated learning and Academic Achievement: Theory, Research, and Practice* (New York: Springer-Verlag: 1-25).
- B.J. Zimmerman. 1990. "Self-regulated learning and Achievement: The Emergence of a Sociual Cognitive Perspective. *Educational Psychology Review*, 2: 173-201.
- B.J. Zimmerman. 1998 "Developing Self-Fulfilling Cycles of Academic Regulation: An Analysis of Exemplary Instructional Model.
- Firman dan Rahman, S.R. 2020. Pembelajaran Online di tengah pandemi covid 19. *Indonesian journal of Education Science*. 2 (02): 81-89
<https://www.detik.com/tag/data-terbaru-virus-corona-indonesia>
- Irma, A. 2014. "Hubungan *Self regulated learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi (SMAN 1 Samarinda)". *eJournal Psikologi*, 2 (2): 227-237.
- Mukhtar. 2013. *Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif*. Jakarta : GP Press Group
- Setyosari, P. 2007. Pembelajaran Sistem Online: Tantangan dan Rangsangan. *Jurnal Majalah Ilmiah Pembelajaran Edisi Oktober 2007* 2:7-8.
- Sohrabi, dkk. 2020. World Health Organization declares global emergency: A review of the 2019 novel coronavirus (COVID-19) . *International Journal of Surgery*.

Wolters., dan Christopher, A. 1998. “*Self regulated learning and College Students Regulation of Motivation*”. *Journal of Educational Psychology*, 90 (2): 224-235.

Yusuf, A. M. 2014. *Metode Penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Zimmerman. 1989. *Self Regulated Learning and Academic achievement: Theory, research, and practive*. Londong. Spring Verlag Inc.