



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Pengaruh Efikasi Diri terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Mahasiswa Skripsi Selama Pembelajaran Jarak Jauh

Saraqael Nareswara Raditya & Tino Leonardi

Departemen Psikologi Pendidikan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester selama pembelajaran jarak jauh. Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap usahanya yang akan menentukan keberhasilan atau kegagalan individu dalam menyelesaikan tugas. Untuk mampu menyelesaikan tugas sangat diperlukannya regulasi diri dalam belajar.

Partisipan pada penelitian ini merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester selama pembelajaran jauh di Indonesia, sejumlah 54 partisipan. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner regulasi diri dalam belajar yang terdiri dari 38 aitem yang disusun oleh Hardhito (Hardhito & Leonardi, 2011) dan efikasi diri terdiri dari 66 aitem yang disusun oleh Bangun (E. Bangun, 2018). Analisis data dilakukan dengan SPSS versi 26.0.0. dengan teknik analisis regresi non linier sederhana kuadrat. Pada hasil analisis data, data pada penelitian ini didapati bahwa efikasi diri berpengaruh signifikan terhadap regulasi diri dalam belajar.

Kata kunci: *efikasi diri, pembelajaran jarak jauh mahasiswa, pembelajaran regulasi diri dalam belajar*

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is an effect of self-efficacy on self-regulation in learning in students who work on thesis for more than one semester during distance learning. Self-efficacy is an individual's belief in his efforts that will determine the success or failure of the individual in completing the task. To be able to complete this task, it is very necessary to self-regulate in learning.

The subjects in this study were students who were working on a thesis for more than one semester during distance learning in Indonesia. A total of 54 subjects became participants. The data collection tool uses a self-regulation questionnaire in learning consisting of 38 items compiled by Hardhito (2018) and self-efficacy consisting of 66 items compiled by Bangun (2018). Data analysis was performed with SPSS version 26.0.0. with a simple linear regression analysis technique of quadratic. In the results of data analysis, the data in this study found that self-efficacy had a significant effect on self-regulation in learning.

Keywords: *college students, e-learning, self-efficacy, self-regulated learning*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: Tino.leonardi@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Berdasarkan Peraturan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 15 tahun 2020, menyatakan bahwa baik mahasiswa maupun pengajar dapat melakukan kegiatan pembelajaran jarak jauh dengan menggunakan berbagai media komunikasi untuk memudahkan berlangsungnya kegiatan belajar mengajar (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020). Kegiatan pembelajaran jarak jauh yang sebagian besar atau seluruh bahan ajar diantarkan secara daring atau tanpa tatap muka sama sekali (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020).

Selama pembelajaran jarak jauh mahasiswa diwajibkan tetap menyelesaikan tugas akademik mereka salah satunya skripsi. Pengerjaan skripsi sebelum pembelajaran jarak jauh, sering dianggap momok dikarenakan banyak mahasiswa tidak memiliki kemampuan tata tulis, kemampuan akademis yang kurang, serta kurangnya keterkaitan mahasiswa dengan topik penelitian (Febriyanto, 2015). Terlebih lagi dengan situasi pembelajaran jarak jauh dimana pembelajaran dapat diakses dari mana saja meskipun terpisah jarak yang jauh. Terpisahnya jarak antar mahasiswa dan mahasiswa dengan dosen, membuat mahasiswa menjadi kurang aktif dan jarang berkomunikasi (Banyard & Yilmaz, 2020). Perilaku berkurangnya komunikasi antar pelajar juga didukung oleh penelitian Agustiningsih (2020), menyebabkan mahasiswa tidak saling berbagi informasi sehingga skripsi tidak dapat terselesaikan sehingga mereka tidak lulus. Berdasarkan data kementerian pendidikan menunjukkan jumlah lulusan di tahun 2020 sejumlah 1.107.379 mahasiswa (Sekretariat direktorat jenderal pendidikan tinggi, 2020), dan pada tahun 2019 sebanyak 1.757.169 mahasiswa (Sekretariat direktorat jenderal pendidikan tinggi, 2019). Data ini mengindikasikan terjadi penurunan jumlah lulusan yang signifikan dari tahun 2019 ke 2020, dengan berkurangnya jumlah mahasiswa yang lulus menandakan banyak mahasiswa yang belum menyelesaikan skripsi.

Pengerjaan skripsi selama pembelajaran jarak jauh dirasakan kurang efektif, sebanyak 81% mahasiswa mengeluhkan pengerjaan skripsi dengan bimbingan secara daring (Kintama, 2020). Penelitian (Nabila et al., 2021) dengan jumlah responden yang sama dengan setting pengerjaan skripsi yang berbeda, menemukan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi sebelum pembelajaran jarak jauh. Stress lebih tinggi ini disebabkan pengerjaan skripsi yang berkepanjangan selama *work from home* (Nabila et al., 2021) Pengerjaan skripsi selama pembelajaran jarak jauh juga dirasakan mahasiswa cukup membuat kelelahan fisik, emosi, dan mental (Saputra et al., 2021). Kelelahan yang dialami mahasiswa disebabkan karena pengerjaan skripsi yang terlalu intens, tekanan, dan konflik diri (Saputra et al., 2021).

Berdasarkan fenomena yang terjadi, dapat dipahami bahwa mahasiswa kesulitan dalam memahami pengetahuan yang dimilikinya, lantaran kurang aktif dalam menyelesaikan skripsi dan jarang berkomunikasi, yang mana kesulitan tersebut menghambat regulasi diri dalam belajar mahasiswa sehingga pengerjaan skripsi menjadi terhambat dan lebih lama. Sebaliknya diharapkan regulasi diri dalam belajar tetap muncul dalam diri mahasiswa, karena dengan adanya regulasi diri dalam belajar membantu mahasiswa dalam pengerjaan skripsi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Hardhito & Leonardi, 2016) menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester mayoritas memiliki regulasi diri dalam belajar pada level tinggi telah menyelesaikan skripsi mereka. Mahasiswa yang masih mengerjakan skripsi mayoritas memiliki srl sedang dan sebagian kecil rendah. Diasumsikan mahasiswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar pada level sedang maupun rendah belum tentu mampu menyelesaikan skripsi, sehingga untuk menyelesaikan skripsi sangat diperlukan regulasi diri yang tinggi. Penelitian Sutikno (2016), mengungkapkan bahwa individu dengan regulasi diri dalam belajar yang tinggi akan menunjukkan hasil belajar yang baik dalam menyusun proses kerja, mengatur waktu, dan mendapat nilai akademik yang tinggi. Lebih lanjut, individu yang memiliki kendala dalam regulasi diri dalam belajarnya akan menunjukkan perilaku kurang berinteraksi antar peserta didik, tidak mampu menyelesaikan tugas mandiri yang kompleks, dan kesulitan dalam mengatur diri untuk belajar (Sutikno, 2016.). Kenyataannya sselama pengerjaan skripsi mahasiswa enggan bertanya kepada dosen pembimbing dan cenderung pasif (Isdiyah, 2020).

Menurut (Rahmi, 2019) efikasi diri merupakan faktor internal yang unik dan sangat penting terhadap keberhasilan regulasi diri dalam belajar. Individu yang memiliki efikasi diri, akan mampu memutuskan untuk melanjutkan pengerjaan tugasnya meskipun kecemasan meningkat dan godaan untuk berhenti muncul. Selain itu individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mampu bertahan meksipun dengan tugas yang sulit (Pajares, 1996 dalam Kauffman dkk, 2006)

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengeksplorasi pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini perlu untuk dilakukan lantaran belum ada penelitian yang membahas pengaruh efikasi diri terhadap regulasi pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi khususnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester selama pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini juga perlu untuk dilakukan karena terdapat perbedaan hasil pada penelitian (Rahmi, 2019) yang menemukan bahwa tidak terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar. Hipotesis dalam penelitian ini terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa skripsi selama pembelajaran jarak jauh.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan jenis survei. Penyebaran data dilakukan secara daring melalui *google form*. Variabel bebas (x) dalam penelitian ini adalah efikasi diri dan variabel terikat (y) adalah regulasi diri dalam belajar. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh dan mengerjakannya lebih dari satu semester. Penelitian ini menggunakan *non probability random sampling*, karena tidak semua populasi dapat menjadi sampel mengingat survei disebarakan secara daring. Kriteria pemilihan partisipan yaitu: 1) mahasiswa tingkat akhir 2) mengerjakan skripsi lebih dari satu semester 3) mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh.

Variabel efikasi diri yang digunakan peneliti adalah skala efikasi diri dari Bandura yang di buat oleh (E. B. Bangun, 2018) dalam bahasa Indonesia disesuaikan dengan dimensi setiap variabel dari Bandura. Skala efikasi diri ini terdiri dari tiga dimensi. Skala ini menggunakan empat alternatif pilihan jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai. Skala efikasi diri yang dibuat oleh Bangun (2018) telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas

yang dilakukan dengan menggunakan spss dengan total 9 dari 75 aitem tidak valid. Uji reliabilitas menunjukkan hasil sebesar 0,963, yang menunjukkan bahwa alat ukur ini dapat digunakan untuk mengukur objek yang sama akan cenderung menghasilkan data yang sama. Pada alat ukur regulasi diri dalam belajar yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala yang disusun oleh peneliti sebelumnya (Hardhito, 2018) disesuaikan dengan dimensi dan indikator regulasi diri dalam belajar Zimmerman Skala regulasi diri dalam belajar yang disusun oleh Hardhito (2018) telah melalui uji validitas dengan *expert judgement* dan reliabilitas dengan total 8 aitem tidak valid dan nilai reliabilitas sebesar 0,921 yang menunjukkan bahwa alat ukur ini dapat digunakan untuk mengukur objek yang sama akan cenderung menghasilkan data yang sama.

HASIL PENELITIAN

Tabel Analisis Deskriptif

Data Deskriptif	Efikasi Diri	Regulasi Diri Dalam Belajar
N	54	54
Mean	149,39	79,28
Std. Deviation	20,375	15,607
Kurtosis	0,310	0,43
Skewness	-0,234	-0,167
Minimum	101	45
Maximum	193	101

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa variabel efikasi diri memiliki nilai minimal 101 dan nilai maksimal 193. Standar deviasi 20,375 dan nilai mean 149,39. Penyimpangan data terhadap mean dianggap kecil karena nilai standar deviasi lebih kecil dibandingkan dengan nilai mean. Nilai skewness efikasi diri sebesar -0,234 dan nilai kurtosis sebesar 0,310. Nilai tersebut menunjukkan bahwa data lebih banyak berkumpul pada rentang skor tinggi dan persebaran data bersifat melandai.

Pada variabel regulasi diri dalam belajar, memiliki nilai minimal 45 dan maksimal 101. Standar deviasi 15,607 dan nilai mean 79,28. Penyimpangan data terhadap mean dianggap kecil karena nilai standar deviasi lebih kecil dibandingkan dengan nilai mean. Nilai skewness efikasi diri sebesar -0,167 dan nilai kurtosis sebesar 0,43. Nilai tersebut menunjukkan bahwa data lebih banyak berkumpul pada rentang skor tinggi dan persebaran data bersifat tinggi.

Tabel uji normalitas

	Kolmogrov-Smirnov		
	N	Tes Statistik	Sig
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	54	0,075	0,200

Berdasarkan hasil uji normalitas didapati nilai signifikan sebesar 0,200. Sehingga dapat dikatakan bahwa kedua variabel terdistribusi normal karena memiliki signifikansi lebih dari 0,05

Tabel uji linearitas

<i>Deviation From Linearity</i>	F	Sig
Efikasi Diri (X) Regulasi Diri Dalam Belajar (Y)	2.152	0,047

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi linearitas dari model deviation from linearity sebesar 0,047. Nilai tersebut menunjukkan hasil lebih kecil dari 0,05, menunjukkan kedua variabel tidak linear.

Tabel uji regresi non linier sederhana

Equation	R Square	F	Sig,	Constant	B1	B2
Quadratic	0,672	52.302	0,00	13,365	0,242	0,001

Berdasar table uji regresi non linier sederhana kuadratik diketahui bahwa nilai signifikansi adalah sebesar $p = 0,000$, nilai ini lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar. Selanjutnya terhadap nilai R Square pada tabel yaitu 0,672. Nilai tersebut menunjukkan bahwa efikasi diri memprediksi sebesar 67,2% terhadap regulasi diri dalam belajar dan 26% lainnya ditentukan oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Setelah mengetahui adanya pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar, maka perlu dibentuk persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X + b_2X$$

*keterangan a= nilai konstan, b = nilai B variabel independent

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa nilai a sebesar 13,365 nilai b1 sebesar 0,242, dan nilai b2 sebesar 0,001 sehingga menghasilkan persamaan sebagai berikut:

Regulasi Diri dalam Belajar = $13,365 + (0,242 \times \text{Efikasi diri}) + (0,001 \times \text{Efikasi diri})$ Uraikan cara pemerolehan skor yang dimasukkan di analisis data (dijumlah/ditotal, dirata-rata, dll).

Diskusi

Pada penelitian ini didapati bahwa mayoritas mahasiswa memiliki efikasi diri pada tingkat sedang. Pada variabel regulasi diri dalam belajar dikategorikan kedalam lima kategori dengan metode *stanfive* diantaranya sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Hasil didapati bahwa mayoritas tingkat regulasi diri dalam belajar mahasiswa berada pada tingkat sedang. Pada efikasi diri tidak ada mahasiswa yang tergolong dalam kategorisasi sangat tinggi. Hasil penelitian ini didapati bahwa terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Kerlin, 1992), yang menyatakan bahwa efikasi diri merupakan prediktor dari regulasi diri dalam belajar mahasiswa.

Penelitian ini berbeda hasil dengan penelitian Rahmi (2019) tentang pengaruh efikasi diri dan motivasi terhadap regulasi diri dalam belajar yang menemukan baik efikasi diri maupun motivasi tidak

mempengaruhi regulasi diri dalam belajar. Pada penelitian Rahmi (2019) ditemukan bahwa efikasi diri tidak berpengaruh terhadap regulasi diri dalam belajar dikarenakan adanya faktor lingkungan yang memaksa pelajar untuk bersekolah di sekolah tertentu, membuat pelajar menjadi enggan untuk bersekolah dan lebih sering *kabur* dari sekolah.

Pada penelitian ini penulis menemukan terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar yang sejalan dengan penelitian penelitian yang dilakukan oleh Saloom dan Sanyoto (2020) tentang pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar yang menunjukkan adanya pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar, dikarenakan dengan adanya efikasi diri mahasiswa akan lebih percaya diri dalam menghadapi tugas perkuliahan baik yang kompleks maupun tidak (Saloom & Sanyoto, 2020).

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu responden dapat mengisi penelitian ini lebih dari satu kali karena tidak adanya pengawasan secara langsung. Alat ukur efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini meskipun disesuaikan dengan teori dasar, namun jarang sekali diuji dalam penelitian lain dan belum terbukti adanya uji validitas dari *expert judgement*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, penulis menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh. Maka hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima karena terdapat pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama pembelajaran jarak jauh.

Adapun saran yang dapat penulis sampaikan dari hasil penelitian sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa:
 - a. Mahasiswa diharapkan lebih aktif dalam mencari informasi terkait dengan data-data pada penelitian mereka
 - b. Berdiskusi dengan dosen ataupun teman sebaya, untuk lebih memahami topik yang sedang mereka kerjakan.
2. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Dapat menggunakan alat ukur yang telah teruji validitasnya dan telah diujikan beberapa kali.
 - b. Pada penelitian selanjutnya juga perlu meneliti perbedaan regulasi diri dalam belajar mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester dan yang satu semester. Mengingat teori yang menyatakan regulasi diri dalam belajar membantu pengerjaan lebih efisien dan tepat waktu. Namun penulis belum menemukan hasil penelitian yang menunjukkan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester

PUSTAKA ACUAN

- Bangun, E. (2018). Efikasi Diri Mahasiswa Penyusun Skripsi (Studi Deskripsi Kuantitatif Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2014). Universitas Sanata Dharma.
- Bangun, E. B. (2018). Efikasi Diri Mahasiswa Penyusun Skripsi (Studi Deskripsi Kuantitatif Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2014) . Universitas Sanata Dharma.
- Banyard, & Yilmaz, A. (2020). Engagement in distance education settings: A trend analysis. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 1(21), 101–120.
- Hardhito, & Leonardi, T. (n.d.). Gambaran self-regulated learning pada mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester di fakultas psikologi universitas airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 1(5), 1–11.
- Hardhito, R., & Leonardi, T. (2016). Gambaran self-regulated learning pada mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester di fakultas psikologi universitas airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 1(5), 1–11.
- Isdiyah. (2020). Kesejahteraan psikologis mahasiswa semester akhir IAIN Surakarta di tengah pandemi Covid-19. Institut Agama Islam.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2020a). Kemendikbud minta perguruan tinggi beri kemudahan pembelajaran di masa darurat covid-19.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2020b). Kemendikbud terbitkan pedoman penyelenggaraan belajar dari rumah.
- Kerlin, B. A. (1992). Cognitive engagement style, self regulated learning and cooperative learning.
- Nabila, A., Susanti, R., Maulidia, S., & Ulfah, M. (2021). Pandemi dan tingkat stess mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir kuliah: Studi analitik pada mahasiswa fkm universitas mulawarman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 1(3), 1–8.

- Rahmi, A. A. (2019). Pengaruh motivasi belajar dan efikasi diri terhadap regulasi belajar santri. 7(1), 164–171.
- Saputra, B. N. A., Triningtyas, D. A., & Christina, R. (2021). Dinamika kelelahan emosional pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Seminar Nasional Virtual, 137–142.
- Sekretariat direktorat jenderal pendidikan tinggi. (2019). Statistik pendidikan tinggi .
- Sekretariat direktorat jenderal pendidikan tinggi. (2020). Statistik pendidikan tinggi 2020.
- Sutikno. (n.d.). Kontribusi self regulated learning dalam pembelajaran. Jurnal Dewantara, 2(2), 275–283.