

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self Regulated Learning*

1. *Pengertian Self Regulated Learning*

Self Regulated Learning dalam bahasa Indonesia mempunyai ciri-ciri kemandirian belajar, mengatur belajar diri sendiri, dan belajar mengatur diri sendiri. Banyak ilmuwan yang telah menjelaskan apa itu belajar mandiri. Misalnya, Bandura menggambarkan *Self Regulated Learning* sebagai lingkungan di mana peserta didik mengelola aktivitas belajarnya sendiri, mengawasi motivasi dan tujuan akademiknya, serta mengelola materi dan sumber daya manusianya sendiri.²⁴

Menurut Zimmerman, *Self Regulated Learning* adalah daya tampung pembelajar untuk aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran pada tingkat kesadaran berpikir, motivasi, dan perilaku. Mahasiswa dapat mengendalikan cara berpikirnya sendiri, mengatur dan merencanakan, mendidik dirinya sendiri, mengawasi dirinya sendiri, serta melibatkan diri dalam proses pembelajaran. Belajar memotivasi orang karena memberi mereka rasa kebebasan, kompetensi, dan keyakinan diri (*Self Efficacy*). Individu yang belajar, bagaimanapun, memilih, mengatur, dan merencanakan lingkungannya sedemikian rupa sehingga membuat pembelajaran lebih berhasil.²⁵

²⁴ Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman and Company, 1997), 78.

²⁵ Siti Suminarti Fasikhah Dan Siti Fatimah, “*Self Regulated Learning (Srl) Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa*”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2013, 147.

Self Regulated Learning atau belajar mandiri, menurut Chamot, adalah suatu kondisi di mana siswa mempunyai kendali atas proses belajar melalui ilmu pengetahuan dan praktik yang sesuai, pemahaman tugas, penguatan pengambilan keputusan, dan motivasi belajar. Saat mahasiswa menentukan tujuan belajarnya dan kemudian berupaya memantau, mengatur, dan mengendalikan kognisi, motivasi, dan perilakunya agar sejalan dengan tujuan dan keadaan kontekstual kehidupannya, maka hal ini disebut dengan *Self Regulated Learning*. menurut Pintrich dan Zusho.²⁶

Berdasarkan konsep-konsep di atas, *Self Regulated Learning* atau pembelajaran mandiri diartikan sebagai suatu kegiatan dimana orang secara aktif mengatur pembelajarannya sendiri, dimulai dengan perencanaan yang sistematis, pemantauan, pengaturan, dan evaluasi kemajuannya menuju tujuan pembelajaran dan kondisi lingkungannya.

2. Aspek-Aspek *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman, *Self Regulated Learning* dapat dipecah menjadi tiga kategori besar:

- a. Kapasitas siswa untuk perencanaan, penetapan tujuan, pengorganisasian, pemantauan diri, dan motivasi diri di berbagai bidang selama proses penerimaan dianggap kognitif dalam *Self Regulated Learning*. Mereka mungkin belajar banyak, menjadi sadar diri, dan memilih gaya belajar berkat proses ini.

²⁶ Rizki Kurniawan, "Hubungan Antara *Self Regulated Learning* Dengan *Prokrastinasi Akademik* Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang" (Skripsi, Universitas Negeri Semarang, Semarang, 2013), 27.

- b. Motivasi dalam *Self Regulated Learning*, khususnya ketika siswa terlibat dalam aktivitas intrinsik dan memiliki tingkat efikasi diri dan atribusi diri yang tinggi.
- c. Perilaku *Self Regulated Learning* adalah upaya individu siswa untuk memilih, mengatur, dan merancang lingkungan belajar. Mereka mencari panduan, fakta, dan lokasi di mana mereka dapat belajar paling banyak.²⁷

3. Faktor yang mempengaruhi *Self Regulated Learning*

Self Regulated Learning dipengaruhi oleh tiga faktor, menurut Zimmerman dan Pons. Ketiga faktor adalah sebagai berikut:²⁸

a. Individu

Pengetahuan individu akan membantu seseorang dalam mengelola secara lebih luas ketika informasi tersebut menjadi lebih bervariasi. Manajemen diri akan lebih mudah diterapkan pada individu jika memiliki tingkat kapasitas metakognitif yang lebih besar. Kemungkinan seseorang melakukan manajemen *Self Regulated Learning* meningkat seiring dengan banyaknya dan kompleksitas tujuan yang harus dicapai.

b. Perilaku

Perilaku adalah usaha seseorang untuk memanfaatkan keterampilan yang dimilikinya. Tingkat *Self Regulated Learning* seseorang meningkat seiring dengan banyaknya upaya yang mereka lakukan dalam merencanakan dan mengatur suatu aktivitas. Ada tiga tahapan dalam pelaksanaan ini, menurut Bandura, antara lain :²⁹

²⁷ Ibid., 29.

²⁸ M. Nur Ghufron Dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010),

²⁹ Alwisol, *Psikologi Keprubadian* (Malang: Umm Press, 2009), 286.

- 1) *Observasi diri*, mengamati atau memantau berhubungan dengan observasi diri, yaitu mereka yang dapat memantau kinerjanya sendiri
- 2) *Evaluasi diri*, adalah proses mengevaluasi atau menilai perilaku berdasarkan pentingnya suatu kegiatan dan menetapkan kualitas kinerja. Ini melibatkan membandingkan perilaku dengan norma atau perilaku orang lain.
- 1) *Respon diri*, yaitu individu menampilkan diri mereka secara positif atau negatif, dan memberi penghargaan atau menghukum diri mereka sendiri berdasarkan observasi dan evaluasi.

c. Lingkungan

Teori kognitif sosial memberikan fokus khusus pada bagaimana faktor sosial dan pengalaman mempengaruhi bagaimana orang berperilaku. Tingkat dukungan lingkungan atau kurangnya dukungan lingkungan akan menentukan hal ini.

B. *Self Efficacy*

1. Pengertian *Self Efficacy*

Pengertian *Self Efficacy* atau efikasi diri pertama kali dikemukakan oleh Albert Bandura. Menurut sejumlah ahli, *Self Efficacy* diartikan sebagai berikut::

- a. Sejalan dengan Bandura, "*Perceived Self Efficacy* yang dirasakan mengacu pada keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi yang prospektif." Efikasi diri atau *Self Efficacy* adalah gagasan bahwa seseorang memiliki keyakinan terhadap kapasitasnya untuk merencanakan

dan melaksanakan aktivitas yang diperlukan untuk mengelola suatu masalah.

- b. Dalam kata-kata Baron dan Byrne, “Efikasi diri adalah penilaian seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya dalam melaksanakan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.”³⁰
- c. Menurut King, efikasi diri adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mengendalikan suatu situasi dan mencapai berbagai hasil yang bermanfaat.³¹

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa salah satu dari tiga faktor *Self Efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau melakukan tindakan tertentu. Karena kenyataan bahwa siswa tidak dapat mencapai tingkat tertingginya tanpa efikasi yang besar, efikasi diri memainkan peran penting dalam kinerja pembelajaran. Dibandingkan dengan siswa yang memiliki *Self Efficacy* rendah, siswa yang memiliki *Self Efficacy* tinggi akan menunjukkan prestasi belajar yang lebih besar.

Self Efficacy dapat berperan dalam kesuksesan atau pencapaian. Siswa berusaha mempengaruhi dirinya dengan bertindak atau berperilaku karena mempunyai efikasi diri yang tinggi dan yakin akan keberhasilan atau prestasi yang akan diraihinya. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi akan mempersiapkan dirinya untuk sukses dalam studinya dengan cara mengatur waktunya dengan baik. Sejalan dengan penegasan Siska Wulandari bahwa

³⁰ M. Nur Ghufon & Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 73.

³¹ King, *Psikologi Umum Sebuah Pandanganapresiattif* (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 23.

“*Self Efficacy* yang tinggi akan mampu meningkatkan hasil belajar siswa, sebaliknya jika *Self Efficacy* rendah maka hasil belajar akan menurun dan hal ini tentunya akan mempengaruhi prestasi belajar siswa itu sendiri”.³²

Siswa dengan *Self Efficacy* yang tinggi akan menetapkan tujuan yang lebih besar dibandingkan dengan siswa yang memiliki *Self Efficacy* buruk. Selain itu, pembelajar dengan *Self Efficacy* tinggi berinisiatif memilih kegiatan pembelajaran yang menantang, berpartisipasi lebih aktif di kelas, mencoba hal-hal baru yang positif dan *challenging* (menantang), meningkatkan kuantitas dan kualitas upaya belajarnya, serta rajin dan pantang menyerah serta mudah ketika mendapati kesulitan dan tantangan.

Self Efficacy dalam bentuk yang paling sederhana, adalah hasil dari proses kognitif dalam bentuk penilaian, keyakinan, atau harapan terhadap sejauh mana orang mengkarakterisasi kapasitas mereka untuk melakukan aktivitas atau perilaku tertentu untuk menghasilkan hasil yang diinginkan. *Self Efficacy* merupakan suatu keyakinan pribadi mengenai apa yang dapat dicapai seseorang dengan kemampuan yang dimilikinya, betapapun hebatnya, dan tidak ada hubungannya dengan bakat yang dimilikinya.

2. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Bandura membagi dimensi *Self Efficacy* menjadi tiga dimensi yaitu *level, generality, dan strength*.³³

³² Siska Wulandari, “Pengaruh Efikasi Diri, Sikap Belajar, Minat Belajar, dan Waktu Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Ekonomi Siswa Kelas X SMA Al-Istiqamah Pasaman Barat”, (STKIP PGRI Sumatera Barat, 2015), 2.

³³ Bandura, *Self-Efficacy, The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman and Company, 1997),

a. Dimensi *Level* atau *Magnitude*

Tiap individu memiliki tingkat kompleksitas suatu tugas yang dirasakan sehingga seseorang dapat melakukannya. Tingkat *Self Efficacy* setiap orang berbeda-beda. *Self Efficacy* akan bergantung pada seberapa sulit atau sederhananya suatu tugas untuk diselesaikan. Jika tidak ada kendala berarti yang harus diatasi dalam menjalankan tugas atau aktivitas, maka setiap orang harus memiliki efikasi diri yang besar terhadap permasalahan tersebut. Misalnya, Bandura mengungkapkan keyakinan terhadap kemampuan seseorang untuk melompat. Para atlet mengevaluasi kekuatan mereka sendiri dengan melihat seberapa percaya diri mereka bahwa mereka dapat melompati berbagai ketinggian rintangan kayu. Dengan mencari keadaan yang mungkin meningkatkan pertaruhan dan menghadapi hambatan dan masalah, seseorang dapat meningkatkan atau meningkatkan *Self Efficacy* mereka.

b. Dimensi *Generality*

Tentang berbagai keadaan di mana penilaian *Self Efficacy* dapat dilakukan. Seseorang dapat menilai keefektifannya sendiri dalam berbagai tugas atau hanya beberapa tugas. Seseorang akan memiliki *Self Efficacy* yang lebih baik jika ia dapat menerapkan *Self Efficacy* yang lebih besar pada berbagai situasi. Orang mungkin menilai tingkat kepercayaan diri mereka tinggi dalam berbagai upaya atau sangat rendah dalam bidang fungsional tertentu. Tingkat kesamaan aktivitas, pengertian kemampuan yang ditampilkan (perilaku, kognitif, afektif), karakteristik kualitatif situasi, dan karakteristik orang yang menjadi sasaran perilaku tersebut

hanyalah beberapa dari berbagai macam aktivitas yang dilakukan. sedemikian rupa sehingga keadaan umum bervariasi.

c. Dimensi *Strenght*

Strength berkaitan dengan seberapa kuat perasaan seseorang tentang kemampuannya untuk bekerja dengan baik di bawah tekanan atau memecahkan masalah. Pengalaman yang mengganggu saat menyelesaikan tugas mungkin dengan mudah mengesampingkan rendahnya *Self Efficacy*. Sebaliknya, orang yang memiliki keyakinan kuat akan terus bekerja keras meski banyak kesulitan dan hambatan. Derajat kestabilan keyakinan seseorang termasuk dalam kategori ini. Ketahanan dan keuletan seseorang ditentukan oleh kestabilan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dimensi *Self Efficacy* adalah: tingkat kesulitan tugas yang membuat seseorang yakin dapat menyelesaikannya; rentang aktivitas yang memungkinkan penerapan penilaian *Self Efficacy*; dan tingkat *Self Efficacy* seseorang ketika menghadapi tantangan.

3. Faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

Menurut Bandura, variabel-variabel berikut mungkin mempengaruhi *Self Efficacy* seseorang:³⁴

a. Budaya

Budaya berdampak pada efikasi diri melalui nilai-nilai dan keyakinan dalam proses pengaturan diri yang menjadi sumber evaluasi efikasi diri dan juga berdampak pada keyakinan efikasi diri.

³⁴ Bandura, *Self-Efficacy, The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman and Company, 1997), 56-71.

b. Gender

Self Efficacy dipengaruhi oleh perbedaan gender juga. Menurut penelitian Bandura, perempuan lebih efektif dalam mengatur posisinya dibandingkan laki-laki. Dibandingkan laki-laki yang bekerja, perempuan yang mempunyai karir dan tanggung jawab lain akan memiliki efikasi diri yang lebih baik.

c. Tugas yang dikerjakan

Persepsi individu terhadap kemampuannya sendiri akan bergantung pada seberapa berat dan rumit pekerjaannya. Semakin rumit tugasnya, semakin rendah pendapat orang tersebut terhadap bakatnya sendiri yang dianut oleh orang tersebut. Di sisi lain, jika seseorang diberi pekerjaan yang sederhana, mereka akan memiliki pendapat yang lebih baik tentang bakatnya.

d. Insentif atau imbalan

Imbalan yang diperoleh seseorang juga dapat berdampak pada tingkat efikasi diri mereka. Insentif dari orang lain yang diberikan sebagai respon atas prestasi yang dicapai seseorang, menurut Bandura, merupakan salah satu unsur yang dapat meningkatkan efikasi diri.

e. Status atau fungsi sebagai individu dalam lingkungannya

Semakin penting status individu, ia akan melakukan lebih banyak kendali yang akan menghasilkan lebih banyak kemampuan diri. Sementara itu, mereka yang berstatus lebih rendah akan kurang melakukan kontrol sehingga mengakibatkan rendahnya kemampuan diri.

f. Informasi tentang keterampilannya sendiri

Orang yang menerima masukan yang baik tentang dirinya akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi, sedangkan orang yang menerima masukan negatif tentang dirinya akan memiliki *self-efficacy* yang rendah.

Dari pembahasan di atas terlihat jelas bahwa budaya, gender, jenis aktivitas yang dilakukan, intensitas eksternal, kedudukan dan fungsi seseorang dalam lingkungan, serta pengetahuan tentang bakatnya merupakan unsur-unsur yang mempengaruhi efikasi diri/*Self Efficacy*.

C. *Internal Locus of Control*

1. Pengertian *Internal Locus of Control*

Menurut Ayudiati, *Internal Locus of Control* yakni sudut pandang pada diri seseorang akan hal yang mendorong tidakannya, dan kesadaran mendorong tindakannya atau tidak.³⁵ Menurut pandangan Rotter (dalam Hamzah) *Internal Locus of Control* lebih menerangkan akan keyakinan individu sepanjang individu tersebut mampu memiliki kontrol yang efektif atas apa yang terjadi dalam kehidupannya.³⁶

Spector menjelaskan bahwa seorang berkarakter *Internal Locus of Control* mempunyai keahlian, upaya besar, kesabaran, serta bertanggung jawab penuh atas terjadinya kegagalan maupun keberhasilan di hidupnya. Sementara itu, Sarafino dan Smith menemukan bahwa karakter *Internal Locus of Control* adalah percaya jika semua sesuatu dalam kehidupannya tergantung

³⁵ Ni Luh Putu Ayu Juliantari, Ni Luh Gde Novitasari, and Putu Wenny Saitri, "Pengaruh Profesionalisme, Komitmen Organisasi, Locus Of Control Internal, Dan Locus Of Control Eksternal Terhadap Kinerja Auditor Di Kantor Akuntan Publik Di Bali," JURNAL KHARISMA 2, No. 1, 2020, 191.

³⁶ Hamzah, *Kematangan Karir Teori Dan Pengukurannya* (Jakarta: CV Literasi Nusantara Abadi, 2021), 98.

pada diri mereka sendiri, baik dalam keberhasilan maupun dalam kegagalan.³⁷ Gucel juga berpendapat mengenai individu dengan karakter *Internal Locus of Control* berkemampuan mengupayakan serta mengontrol secara maksimal hasil baik atau buruk yang dapat diperoleh.³⁸

Dari berbagai definisi para tokoh diatas dapat ditarik kesimpulan *Internal Locus of Control* adalah keyakinan individu yang teguh akan kemampuan melakukan serta menentukan nasib atas hidupnya baik itu dalam bentuk kegagalan maupun keberhasilan.

2. Aspek-Aspek *Internal Locus of Control*

Phares (dalam Yunita dan Rahayu) mengungkapkan terdapat tiga dimensi *Internal Locus of Control* , yaitu :

a. Kapabilitas

Karakter *Internal Locus of Control* memiliki keyakinan teguh akan kemampuan yang ada dalam dirinya, serta kemampuan dalam dirinya juga berpengaruh besar terhadap kesuksesan dan kegalannya.

b. Minat yang lebih besar

Karakter *Internal Locus of Control* mempunyai keinginan yang tinggi dalam mengatur peristiwa, serta tindakan dan perilakunya.

³⁷ Hana Nurlaeli Fadillah and Abdurrohlim, "Hubungan Antara *Internal Locus Of Control* Dengan Stres Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Yang Sedang Mengerjakan Skripsi *The Relationship Between Internal Locus Of Control And Stress In Psychology Students Of Unissula Finishing Undergraduate Thes,*" *Konferensi Ilmiah Mahasiswa UNISSULA 000* (2019): 593–600.

³⁸ M. R. Fauzy and Saleh L. Luterlean, "Pengaruh *Internal Locus Of Control* Dan *Perceived Organizational Support Terhadap Organizational Citizenship Behavior Mochamad,*" *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, dan Akuntansi)* 4, no. 2 (2020): 22–35.

c. Usaha yang dilakukan

Karakter *Internal Locus of Control* bersikap tidak mudah putus asa serta akan berupaya sebanyak mungkin untuk mengatur perilakunya.³⁹

3. Faktor yang mempengaruhi *Internal Locus of Control*

Phares menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perubahan *Internal Locus of Control* seseorang, yakni :

a. Lingkungan

Orang-orang yang mempunyai kecenderungan *Internal Locus of Control* lebih mempunyai pendidikan yang menyenangkan dan demokratis.

b. Perubahan Usia

Seiring bertambahnya usia, *Internal Locus of Control* akan meningkat. Hal ini berkaitan dengan seberapa matang pemikiran Anda dan seberapa mampu Anda membuat pilihan.

c. Kondisi yang mendesak

Terkadang, situasi mendesak berdampak pada bagaimana *Internal Locus of Control* terbentuk. Seseorang harus membuat keputusan yang datang dari dalam ketika mereka berada di bawah tekanan dari keadaan tertentu.

d. Kebudayaan

Kebudayaan juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *Internal Locus of Control* , Rotter menegaskan bahwa budaya berdampak

³⁹ Ira Yunita and Anizar Rahayu, “*Internal Locus of Control Dan Konsep Diri Hubungannya Dengan Kematangan Karir Siswa SMA X Bekasi*,” *Ikra-ith Humaniora : Jurnal Sosial dan Humaniora* 5, no. 1 (2021): 1–9.

pada *Internal Locus of Control* , adanya budaya barat memiliki dampak yang lebih besar.⁴⁰

D. Hubungan Antar Variabel

1. Hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa

Self Regulated Learning adalah proses di mana siswa melibatkan ide, emosi, dan perilaku yang diantisipasi untuk mencapai tujuan akademik tertentu.⁴¹ Selain itu, Schunk & Zimmermann menggarisbawahi bahwa anak-anak yang terlibat secara kognitif, motivasi, dan perilaku serta terlibat aktif dalam proses pembelajaran dapat disebut *Self Regulated Learning*. Tanpa bergantung pada guru, orang tua, atau orang lain, peserta didik memulai upaya belajar mandiri untuk memperoleh informasi dan kemampuan yang dibutuhkan.⁴²

Jika siswa secara teratur mengendalikan perilaku dan kognisinya dengan memperhatikan arah dan tugas, memproses dan menafsirkan pengetahuan, mengulangi informasi untuk mengingatnya, dan menumbuhkan serta menjunjung tinggi keyakinan dalam kapasitas mereka untuk belajar serta kemampuan untuk memprediksi hasil belajar, maka siswa akan mampu mengendalikan diri. pembelajaran yang diatur dapat terjadi.

⁴⁰ E. Jerry Phares, *Locus Of Control in Personality*, (Publisher, General Learning Press, 2013), 158 ⁴¹ Zimmerman, B.J., & Martinez-Pons, M, *Construct Validation Of A Strategy Model Of Student Self Regulated Learning*. Journal of Educational Psychology, 2020, Vol. 80, 284-290. ⁴²Ibid., 300.

⁴¹ Bandura, *Self Efficacy, The Exercise of Control* (New York: W.H. Freeman and Company, 1997)

⁴² Jagad Dkk, "Hubungan antara efikasi diri dengan self regulated learnig pada siswa smpn x. Jurnal Penelitian Psikologi, (2018), 5

Berdasarkan temuan penelitian tahun 2014 berjudul Hubungan *Self Efficacy* dan *Self Regulated Learning* dengan Prestasi Akademik Matematika Siswa SMAN 2 Bangkalan yang dilakukan oleh Bekti Dwi Ruliyanti dan Riza Noviana Khairunnisa, diketahui terdapat hubungan yang positif antara variabel *Self Efficacy* dan *Self Regulated Learning* serta Prestasi Akademik Matematika. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi variabel *Self Efficacy* dan *Self Regulated Learning* masing-masing sebesar 0,000 dan p 0,005. Oleh karena itu, kedua faktor *Self Efficacy* dan pembelajaran yang diatur secara mandiri saling terkait satu sama lain dan berperan dalam meningkatkan kemajuan akademik siswa dalam matematika.⁴³ Salah satu keterampilan pengaturan diri seseorang adalah *Self Efficacy*. Bandura adalah orang pertama yang mengemukakan gagasan *Self Efficacy*. Efikasi diri adalah gagasan bahwa seseorang dapat merencanakan dan melaksanakan aktivitas untuk menunjukkan bakat tertentu. Pervin menawarkan perspektif yang mendukung klaim Bandura. Menurut Pervin, *Self Efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang mempunyai kekuatan untuk mempengaruhi perilaku yang sesuai untuk pekerjaan atau keadaan tertentu.

Penelitian yang telah dilakukan Jagad pada tahun 2018 dengan judul “Hubungan antara Efikasi Diri dengan *Self Regulated Learning* pada siswa smpn x” menunjukkan bahwa terdapat Hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*.⁴⁴ *Self Efficacy* atau efikasi diri

⁴² Ruliyanti, B. D., & Laksmiati, H. (2014). Hubungan antara *Self Efficacy* dan *Self Regulated Learning* dengan Prestasi Akademik Matematika Siswa SMAN 2 Bangkalan. *Character*, 3(2), 1-7.

⁴³ Jagad Dkk, “Hubungan antara efikasi diri dengan *Self Regulated Learning* pada siswa smpn x. *Jurnal Penelitian Psikologi*, (2018), 5.

memiliki pengaruh yang signifikan dan bahkan dapat menjadi pendorong utama kesuksesan. Orang lebih cenderung melakukan tugas-tugas yang mereka rasa mampu mereka lakukan dibandingkan tugas-tugas yang mereka rasa tidak mampu mereka lakukan.

Hasil penelitian dari Harleta tahun 2012 dengan judul “Hubungan kelas X di SMKN 2 Buduran”. Menunjukkan adanya hubungan yang positif yang signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada remaja.⁴⁵

Self Efficacy mendorong tumbuhnya keterampilan pendidikan melalui partisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Tingkat keberhasilan dan motivasi biasanya meningkat melalui kegiatan-kegiatan ini, yang berdampak baik.⁴⁶ Seorang siswa yang memiliki tingkat *Self Efficacy* yang tinggi terhadap suatu mata pelajaran tertentu mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, menemukan solusi yang tepat, mencapai tujuan, dan sering melampaui teman sekelasnya. Tujuan dari *Self Efficacy* adalah untuk memprediksi keberhasilan akademis, bukan kapasitas kognitif.

Zimmerman dan Martinez-Pons, penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 dengan judul “*Construct Validation of a strategy model of student Self Regulated Learning*” melakukan penelitian di kelas 5, 8, dan 11, bahwa penggunaan *Self Regulated Learning* oleh anak-anak yang berbakat dan biasanya berprestasi berkorelasi dengan efikasi diri verbal dan matematis. Kemanjuran matematika ditentukan oleh penilaian siswa terhadap

⁴⁵ Harleta Rohmatika,” Hubungan Antara Self Efficacy dengan Self Regulated Learning pada Remaja kelas I di SMK N 2 Buduran – Kabupaten Sidoarjo”, (2012).

⁴⁶ Ibid., 78.

kemampuannya dalam mendefinisikan istilah-istilah secara akurat, sedangkan kemandirian verbal ditentukan oleh pendapat mereka mengenai kemampuannya dalam memecahkan masalah. Siswa membaca situasi hipotetis yang menguraikan lingkungan belajar dan strategi pembelajaran otonom yang akan mereka terapkan saat belajar. Temuan ini menunjukkan korelasi yang menguntungkan antara *Self Efficacy* matematis dan verbal dan penerapan teknik pembelajaran mandiri yang berhasil (seperti memulai sendiri, penetapan tujuan dan perencanaan, pencatatan, dan pemantauan). Dibandingkan dengan anak-anak yang berprestasi, siswa berbakat menunjukkan lebih banyak *Self Efficacy* dan menggunakan lebih banyak teknik pembelajaran mandiri, dan siswa yang lebih tua menggunakan lebih banyak cara ini.⁴⁷

Penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmaida Irawani tahun 2020 ,dengan judul “Hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa yang Bekerja di Universitas Medan Area” dimana dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa Universitas Medan Area mempunyai hubungan yang baik antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*.⁴⁸ *Self Efficacy* akan tumbuh ketika mahasiswa menjadi lebih sadar akan nilai *Self Regulated Learning*, dan

⁴⁷ Zimmerman, B.J., & Martinez-Pons, M, *Construct validation of a strategy model of student selfregulated learning*, Journal of Educational Psychology, 2020, Vol. 80, 284-290.

⁴⁸ Nurmaida irawani, “Hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa yang Bekerja di Universitas Medan Area”. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 12 (1):83 -91. 2020

mereka yang menunjukkan *Self Efficacy* tinggi akan lebih baik dalam menggunakan *Self Regulated Learning*.⁴⁹

Selain itu pada penelitian Nurbowo Dwi Utomo pada tahun 2019 dengan judul “Pengaruh *Self Efficacy* dan *Positif affect* terhadap *Self Regulated Learning*” menjelaskan dimana pada penelitian Dari hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa penelitian *Self Efficacy* dan *positive affect* berpengaruh positif terhadap *Self Regulated Learning*.

Regulasi diri mengacu pada kapasitas anak untuk mempertahankan perhatian dan fokus sekaligus mengelola emosi dan proses tubuh yang intens. Pengaturan diri juga mencakup beberapa mekanisme yang memungkinkan anak bereaksi dengan benar terhadap lingkungannya. Individu yang mengatur dirinya sendiri dalam pembelajarannya akan menetapkan tujuan, memulainya, dan membuat perubahan yang diperlukan untuk mendorong kesuksesan. *Self Efficacy* dan *positive affect* memiliki dampak signifikan terhadap cara anak belajar mengatur emosinya.⁵⁰

Orang yang memiliki tingkat *Self Efficacy* yang tinggi terhadap suatu mata pelajaran tertentu merasa percaya diri dengan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, menemukan solusi yang tepat, mencapai tujuan, dan sering kali mengungguli teman-temannya. Suatu proses penciptaan diri dibangun dan dipertahankan ketika orang memperoleh atau mempertahankan *Self Efficacy* dalam suatu mata pelajaran atau bakat tertentu.

⁴⁹ Ryan E.B. Los, *The Effects Of Self-Regulation And Self-Efficacy On Academic Outcome, The International Journal of Educational and Psychological Assessment*, (2020), 7(2), 56-73.

⁴⁹ Utomo, N. B. (2019, November). Pengaruh self efficacy dan positive affect terhadap *Self Regulated Learning*. In *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* (pp. 374-377).

Pada penelitian Mehmed yang dilakukan pada tahun 2019 , dengan judul “*Self Efficacy, academic motivation, Self Regulated Learning and academic achievement*” Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan Positif antara efikasi diri, motivasi akademik, regulasi diri belajar, dan prestasi akademik siswa MAN. Prestasi akademis dapat ditingkatkan oleh siswa yang memiliki tingkat efikasi diri, dorongan akademik, dan pengaturan belajar mandiri yang kuat. Siswa dengan efikasi diri dan dorongan akademis yang kuat dapat menangani pembelajaran pengaturan diri, menurut penelitian tentang hubungan antara ketiga faktor ini. Prestasi akademis dan motivasi di kelas memiliki hubungan positif yang kuat, sehingga anak-anak yang memiliki motivasi tinggi di kelas lebih besar kemungkinannya untuk berhasil secara akademis.⁵¹

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Becti Dwi Ruliyanti dan Riza Noviana Khairunnisa pada tahun (2014) , Jagad pada tahun (2018), Harletta pada tahun (2012), Zimmerman dan Martinez pon (2020), Nurmaida Irawani pada tahun (2020), Nurbowo Dwi Utomo pada tahun (2019), Mehmed pada tahun (2020) Menunjukkan adanya hubungan positif antara *Self Efficacy*, dengan *Self Regulated Learning* sehingga dapat menjadi acuan hipotesis pada variabel ini yakni terdapat hubungan positif antara *Self Efficacy* dan *Self Regulated Learning*.

⁵¹Agustani, H, Efikasi diri and *Self Regulated Learning* as predictors of students academic performance. The open psikologi journal. No. 9 hlm 1-6

2. Hubungan antara *Internal Locus of Control* Dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa

Ciri psikologis yang dikenal sebagai *Internal Locus of Control* mengacu pada keyakinan seseorang bahwa dia memiliki kekuatan untuk mengubah semua keadaan yang berkaitan dengan dirinya atau pekerjaannya. Orang dengan *Internal Locus of Control* adalah mereka yang merasa mampu mengendalikan nasib atau keadaan dalam hidupnya.⁵²

Hasil penelitian diatas sesuai dengan penelitian dari Putra Ganesha pada tahun 2012 yang berjudul “ Hubungan antatra *Internal Locus of Control* dengan *Self Regulated Learning*” menunjukkan bahwa Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Internal Locus of Control* dengan *Self Regulated Learning*.⁵³

Pada penelitian dari Indra Agi pada tahun 2021 yang berjudul “Hubungan Antara *Internal Locus of Control* Dengan Regulasi Diri Akademik pada siswa Kelas 11 Sekolah Menengah Kejuruan Sidoarjo” menunjukkan hasil adanya hubungan yang signifikan dan positif antara *Locus Of Control* dan *Self Regulated Learning*.⁵⁴ Perspektif seseorang terhadap suatu peristiwa bergantung pada apakah mereka yakin bahwa mereka mempunyai pengaruh terhadap peristiwa tersebut atau tidak, adalah definisi *Internal Locus of Control* oleh Rotter. Sejauh mana seseorang mempersepsikan hubungan

⁵² Wiriani, *Efek Moderasi Locus Of Control Pada Hubungan Pelatihan Dan Kinerja Pada Bank Perkreditan Rakyat Di Kabupaten Badung*. Tesis tidak diterbitkan: PPS UNIVERSITAS UDAYANA, 2011.

⁵² Ganesha mahendra, “hubungan antara locus of contro internal dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata”. (2012).

⁵³ Indra agi, “Hubungan Antara Internal Locus of Control Dengan Regulasi Diri Akademik pada Siswa Kelas 11 Sekolah Menengah Kejuruan di Sidoarjo”, *Jurnal Psikologi*. Vol 6 No 2 (2021)

antara tindakan yang dilakukannya dan hasil atau akibat disebut sebagai *Internal Locus of Control* .

Keyakinan bahwa sesuatu yang dicapai selalu berada dalam kendali seseorang dan ditentukan oleh usaha, kemampuan, dan keterampilan individu itu sendiri merupakan tanda *Internal Locus of Control* . Orang-orang yang memiliki *Internal Locus of Control* terus-menerus mencari informasi sebelum membuat pilihan, lebih terdorong untuk sukses, dan lebih berupaya mempengaruhi lingkungannya.

Pada penelitian Lativa tahun 2016, yang berjudul “Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Internal Locus of Control* dengan kematangan Vokasional siswa SMK” mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *Internal Locus of Control* dengan *Self Regulated Learning*.⁵⁵ dimana peran *Internal Locus of Control* sebagai pengendali hidup yang ada di dalam diri pribadi individu itu ikut berperan dalam membentuk *Self Regulated Learning* seseorang, mahasiswa yang memiliki *Internal Locus of Control* tinggi memiliki keyakinan untuk mengendalikan kehidupannya sendiri, maka akan semakin tinggi kemampuan mereka untuk meregulasi diri sendiri, dan berlaku sebaliknya ketika *Internal Locus of Control* mereka rendah maka berdampak pada *Self Regulated Learning* yang rendah.

Dalam penelitian Hamzah pada tahun 2019 ,dengan judul penelitian “*Internal Locus of Control* ” merujuk pada adanya keyakinan bahwa peristiwa yang terjadi merupakan hasil perilaku dari seseorang tersebut. Siswa yang memiliki *Internal Locus of Control* merupakan siswa yang memiliki pendirian

⁵⁴ Lativa Hartiningtyas, hubungan *Self Regulated Learning* dengan Internal locus of control dengan kematangan vokasional siswa SMK, Vol 1, No 6 (2016)

teguh, serta tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.⁵⁶ Sejalan dengan penelitian Puspitasari pada tahun 2017 berjudul “Hubungan Antara *Internal Locus of Control* dengan kematangan karir Siswa SMA Negeri 4 Yogyakarta” menjelaskan bahwa pencapaian lebih bedar didapat oleh mahasiswa yang memiliki *Internal Locus of Control* , dimana untuk mencapai tujuan yang diinginkan maka mahasiswa tersebut akan berusaha memperoleh dan mencari segala informasi yang bisa didapatkan.⁵⁷

Berdasarkan penelitian dari Putra Ganesha (pada tahun 2012), Lativa Pada tahun 2016, Indra Agi Pada tahun 2021, Puspitasari Pada tahun 2017 dan Hamzah Pada tahun 2019 yang telah diuraikan diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *Internal Locus of Control* dengan *Self Regulated Learning*. Sehingga dapat menjadi acuan hipotesis pada variabel ini yakni terdapat hubungan positif antara *Internal Locus of Control* dengan *Self Regulated Learning*.

3. Hubungan Antara *Self Efficacy* dan *Internal Locus of Control* Dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa

Pada jenjang pendidikan saat ini, khususnya pada perguruan tinggi, mahasiswa memegang peranan yang sangat penting. Fungsi mahasiswa dalam sistem pendidikan telah diperjelas dengan undang-undang pendidikan tinggi. Siswa dipandang sebagai orang yang sadar akan cara belajarnya, aktif mencari, mengembangkan, dan menerapkan apa yang telah dipelajarinya, dapat memilih dan mempertanggungjawabkan keputusannya, berdisiplin,

⁵⁶ Hamzah, A, kematangan karir teori dan pengukurannya. Literasi Nusantara (2019)

⁵⁷ Puspitasari, A.D, Hubungan antara Internal locus of control dengan kematangan karir siswa SMA Negeri 4 Yogyakarta. Jurnal riset Bimbingan Konseling. (2017) 3, (7), hlm 320-331

serta mengidentifikasi kemampuan dan bidang minatnya yang perlu dikuasai dikembangkan. Terbentuknya cara pandang mahasiswa sejak tahap awal mendukung keterlibatannya dalam pendidikan tinggi. Manusia mampu bernalar secara logis dan realistis, menurut Piaget. Pada tingkat perkembangan ini, siswa juga mempunyai kemampuan membuat penilaian secara mandiri, sengaja, koheren, dan pasti.⁵⁸

Mahasiswa sebagai individu yang berada pada fase remaja, secara teoritis seharusnya telah memiliki *Self Regulated Learning* yang baik. Prestasi belajar mahasiswa pada dasarnya ditentukan oleh beberapa faktor yang mendukung, baik itu eksternal maupun internal. Keadaan tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang terdorong untuk belajar dengan baik akan berhasil apabila memiliki kesadaran, kemauan, tanggung jawab, pengetahuan tentang cara belajar yang baik sendiri, dan rencana untuk mengatur waktu secara efisien selama kegiatan pembelajaran. *Self Regulated Learning* tidak hanya memahami persyaratan dari setiap kegiatan tetapi juga memiliki kemampuan untuk mempraktikkan persyaratan tersebut. Mereka mampu membaca dengan cepat atau menyeluruh. Mereka dapat mengatur informasi atau menggunakan berbagai teknik memori. Namun, kenyataannya tidak semua mahasiswa menyadari perlunya pengendalian diri dan pengaturan diri selama proses pembelajaran, yang sangat penting agar proses pembelajaran menjadi efektif dan mencapai hasil yang diinginkan, seperti menguasai mata pelajaran dan mencapai keberhasilan yang tinggi. Candy

⁵⁸ Slavin, *Cooperative Learning Teori, Riset dan Praktik* (Bandung: Nusa Media, 2011), 23.

menyatakan bahwa *Self Regulated Learning* diantaranya dipengaruhi oleh *Self Efficacy* dan *Internal Locus of Control*.⁵⁹

Penelitian yang telah dilakukan Jagad 2018 yang berjudul “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan *Self Regulated Learning* pada Siswa SMPN X “ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*.⁶⁰ *Self Efficacy* atau efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan dan bahkan dapat menjadi pendorong utama kesuksesan. Orang lebih cenderung melakukan aktivitas yang mereka rasa mampu melakukannya dibandingkan tugas yang mereka rasa tidak mampu mereka lakukan.

Selain itu, penelitian Nurbowo Dwi Utomo tahun 2019 yang bertajuk “Pengaruh *Self Efficacy* dan *Positive Affect* terhadap *Self Regulated Learning*” menjelaskan bagaimana dalam penelitian ini, hasil analisis deskriptif mengungkapkan bahwa penelitian tentang *self-efficiency* dan *positive affect* mempunyai dampak positif. pada pembelajaran mandiri. Pembelajar dengan regulasi diri yang tinggi juga dapat memperoleh manfaat dari efikasi diri yang tinggi karena mereka dapat secara efektif mengelola pengalaman belajar mereka sendiri dalam berbagai cara untuk menghasilkan hasil belajar terbaik. Orang dengan efikasi diri yang tinggi akan mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya dalam mengatur dan menyelesaikan suatu tugas yang

⁵⁹ Leach, and Westbrook, *Motivation and Job Satisfaction in One Government Research and Development Environment*. *Engineering Management Journal*, 2020, 12, 3-14.

⁶⁰ Jagad Dkk, “Hubungan antara efikasi diri dengan *Self Regulated Learning* pada siswa smpn x. *Jurnal Penelitian Psikologi*, (2018), 5.

diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan.⁶¹

Pada penelitian Lativa tahun 2016 yang berjudul “Hubungan *Self Regulated Learning* dengan *Internal Locus of Control* dengan kematangan vokasional siswa SMK” mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Internal Locus of Control* dengan *Self Regulated Learning*.⁶² dimana peran *Internal Locus of Control* sebagai pengendali hidup yang ada di dalam diri pribadi individu itu ikut berperan dalam membentuk *Self Regulated Learning* seseorang, mahasiswa yang memiliki *Internal Locus of Control* tinggi memiliki keyakinan untuk mengendalikan kehidupannya sendiri, maka akan semakin tinggi kemampuan mereka untuk meregulasi diri sendiri, dan berlaku sebaliknya ketika *Internal Locus of Control* mereka rendah maka berdampak pada *Self Regulated Learning* yang rendah.

Pada Penelitian dari Indra Agi pada tahun 2021 Yang berjudul “Hubungan Antara *Internal Locus of Control* Dengan Regulasi Diri Akademik pada siswa Kelas 11 Sekolah Menengah Kejuruan Sidoarjo” yang menunjukkan hasil adanya hubungan yang signifikan dan positif antara *Locus Of Control* dan *Self Regulated Learning*.⁶³ Perspektif seseorang terhadap suatu peristiwa bergantung pada apakah mereka yakin bahwa mereka mempunyai pengaruh terhadap peristiwa tersebut atau tidak, adalah definisi *Internal Locus*

⁶⁰ Utomo, N. B. (2019, November). Pengaruh self efficacy dan positive affect terhadap *Self Regulated Learning*. In Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan (pp. 374-377).

⁶¹ Lativa Hartiningtyas, hubungan *Self Regulated Learning* dengan Internal locus of control dengan kematangan vokasional siswa SMK, Vol 1, No 6 (2016)

⁶² Indra agi, “Hubungan Antara Internal Locus of Control Dengan Regulasi Diri Akademik pada Siswa Kelas 11 Sekolah Menengah Kejuruan di Sidoarjo”, *Jurnal Psikologi*. Vol 6 No 2 (2021)

of Control oleh Rotter. Sejauh mana seseorang mempersepsikan hubungan antara tindakan yang dilakukannya dan hasil atau akibat disebut sebagai *Internal Locus of Control* .

Dari penelitian Jagat, Dwi Kartika, Lativa, dan Indra Agi yang sudah dijelaskan diatas dapat disimpulkan bahwa menunjukkan adanya hubungan Positif antara *Self Efficacy* dan *Locus Of Control* dengan *Self Regulated Learning* . Sehingga dapat menjadio acuan hipotesis pada variabel ini yakni terdapat Hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dan *Locus Of Control* dengan *Self Regulated Learning*.

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran

