

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### *A. Self Regulated Learning*

##### **1. Pengertian *Self Regulated Learning***

*Self regulated learning* sering diartikan sebagai konsep belajar yang dilakukan secara mandiri. *Self regulated learning* merupakan teori yang dikembangkan oleh teori kognitif sosial Bandura. Menurut teori Bandura adalah suatu proses seseorang dalam mengendalikan aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasinya dan tujuan dari belajarnya, serta mengelola perilakunya dalam pelaksanaan belajarnya. Seorang *self regulated learning* memegang tanggung jawab terhadap kegiatan belajar seseorang. Dimana mereka akan mengatur dirinya sendiri, dan menghadapi masalah-masalah yang akan dihadapinya dalam mencapai tujuannya. Mereka mengetahui kelebihan dan kekurangan sehingga mengetahui bagaimana cara memanfaatkannya secara produktif. *Self regulated learning* mampu membentuk dan mengelola perubahan.<sup>21</sup>

Menurut Zimmerman dalam Titik Kristiyani mendefinisikan *self regulated learning* adalah kemampuan untuk berpartisipasi secara aktif yang melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku dalam proses belajar. Selain itu *self regulated learning* secara *behavioral* didefinisikan sebagai bentuk belajar mandiri yang bergantung pada motivasi belajar, yang secara otonomi

---

<sup>21</sup>A. Bandura, *Social Learning Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall Publishers, 1977).

mengembangkan pengukuran yang meliputi kognisi, metakognisi dan perilaku, dan memonitori kemajuan belajarnya.<sup>22</sup>

Pintrich mendefinisikan *self regulated learning* adalah proses yang aktif, konstruktif, ketika seseorang menetapkan tujuan belajar mereka dan kemudian memonitori, mengatur serta mengontrol kognisi, motivasi dan juga perilakunya, oleh tujuan-tujuan dan segi kontekstual terhadap lingkungan.<sup>23</sup> Secara umum *self regulated learning* dicirikan sebagai partisipan yang aktif mengontrol efisien pengalaman belajar secara personal dengan cara-cara yang berbeda. Mencakup menentukan lingkungan yang produktif serta menggunakan sumber-sumber secara efektif. Mampu mengorganisir dan melatih informasi untuk dipelajari, memelihara emosi positif selama tugas-tugas akademik dan mempertahankan kepercayaan motivasi positif terhadap kemampuan personal.

Berdasarkan definisi dari para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa, *self regulated learning* merupakan suatu proses kegiatan belajar individu secara aktif untuk mengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan belajarnya, dimana individu melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku.

---

<sup>22</sup>Zimmerman dalam buku, *Self Regulated Learning*, (Yogyakarta: Sanata Dharma University Press), 28.

<sup>23</sup>P.R. Pintrich, "The Role of Goal Orientation in Self-Regulated learning", *Handbook of Self Regulation* (San Diego: Academic, 2000), 453.

## 2. Dimensi Indikator *Self Regulated Learning*

Dimensi indikator *self regulated learning* menurut Zimmerman dalam *Jurnal of Intial Teacher*, antara lain:

### 1) Metakognitif

Metakognitif dalam *self regulated learning* merupakan kemampuan individu dalam merencanakan, menetapkan tujuan, mengatur, memonitor diri dan mengevaluasi diri pada berbagai sisi dalam proses penerimaan. Dalam proses ini memungkinkan mereka menjadi menyadari tentang dirinya, banyak mengetahui kekurangan dan kelebihan dalam dirinya sehingga mampu menentukan pendekatan dalam belajarnya.<sup>24</sup> Dengan indikator yaitu:

- a. Menetapkan tujuan dan perencanaan
- b. Mengulang dan mengingat
- c. Mengorganisasi dan mentransformasi
- d. Evaluasi diri

### 2) Motivasi

Motivasi dalam *self regulated learning* yaitu fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada individu. Sehingga ketika seorang individu memiliki motivasi maka individu tersebut juga memiliki motivasi intrinsik, otonomi dan kepercayaan

---

<sup>24</sup> Zimmerman, "Pembelajaran yang diatur sendiri: gambaran umum tentang metakognisi, motivasi dan perilaku" *Jurnal of Intial Teacher* (University of Canterbury: New Zealand,2015), 25.

diri tinggi terhadap kemampuannya dalam melakukan belajar secara mandiri.<sup>25</sup> Dengan indikator yaitu :

- a. Konsekuensi diri
- b. Mencari bantuan sosial
- c. Mengatur lingkungan

### 3) Perilaku

Perilaku dalam *self regulated learning* merupakan upaya individu mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan ataupun menciptakan lingkungan yang mendukung belajarnya. Karena hal ini mampu mengoptimalkan pencapaian atas belajar yang dilakukannya.<sup>26</sup>

Dengan indikator yaitu :

- a. Membuat dan memeriksa catatan.
- b. Mencari informasi.
- c. Mereview catatan dan buku teks.<sup>27</sup>

### **3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning***

Menurut Zimmerman, ada tiga faktor yang mempengaruhi *self regulated learning*. Berikut ini adalah tiga faktor tersebut:

#### 1) Individu

*Self regulated learning* salah satunya dipengaruhi oleh proses dalam diri yang saling berhubungan. Proses personal diantaranya yaitu,

---

<sup>25</sup>Barry J. Zimmerman dan Dale H. Schunk, *Self Regulated Learning and Academic Achievement Theory, Research, and Practice* (New York: Spinger-Verlag,1989), 14.

<sup>26</sup>Zimmerman, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 59-61.

<sup>27</sup>Dini Meilani, "Analisis Faktor-Faktor Self Regulated Learning Mahasiswa Setelah Menggunakan Aplikasi Sistem Pembelajaran Online Spot", *Edufortech*, 2(2) 2017.

pengetahuan individu, tingkat kemampuan metakognisi, dan tujuan yang ingin dicapai.

- a. Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan dimiliki individu akan semakin membantu individu dalam melakukan pengolahan.
- b. Tingkat kemampuan metakognisi, individu yang memiliki kognisi yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan pengolahan diri dalam diri individu.
- c. Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan pengolahan diri.

## 2) Perilaku

Faktor perilaku ini mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Maka semakin besar dan optimal merupakan upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi aktivitas meningkatkan pengolahan pada diri individu.

- a. *Self observation*, observasi diri berkaitan dengan respon individu yang melibatkan pemantauan terhadap hasil yang dicapainya. Atau tahap individu melihat ke dalam dirinya dan perilaku.<sup>28</sup>
- b. *Self judgment*, penilaian diri adalah tahap individu membandingkan performansi dan standar yang telah dilakukannya dengan tujuan yang sudah dibuat dan ditetapkan seorang mahasiswa. Individu dapat

---

<sup>28</sup>Zimmerman dan Pons, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 62-63.

melakukan evaluasi atas performansi yang telah dilakukan dengan mengetahui letak kelemahan atau kekurangan performansinya.

- c. *Self reaction*, reaksi diri adalah tahap yang mencakup proses individu dalam menyesuaikan diri dan rencana untuk mencapai tujuan atau standar yang telah di buat dan ditetapkan.

### 3) Lingkungan

Pada teori sosial kognitif perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung pada bagaimana lingkungan mendukung atau tidak mendukung. Sehingga faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* pada mahasiswa, yang telah dijelaskan di atas saling berkaitan satu dengan yang lain.<sup>29</sup>

## B. Pembelajaran Daring

### 1. Pengertian Pembelajaran Dari Dalam Jaringan (Daring)

Pembelajaran merupakan inti dari proses pendidikan. Dimana kualitas pendidikan menggambarkan kualitas pembelajaran. Peningkatan kualitas pendidikan dapat dilakukan melalui peningkatan kualitas pembelajaran. Sesuai dengan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pencegahan *Corona Virus Disense* (Covid-19), dimana Menteri Pendidikan menyatakan bahwa meliburkan sekolah dan perguruan tinggi. Hal ini dilakukan untuk memutus mata rantai penyebaran Covid-19.<sup>30</sup> Pembelajaran daring ialah salah satu jenis proses belajar mengajar yang mana proses sampainya materi

<sup>29</sup>Barry J. Zimmrman, "Pandangan Kognitif Sosial dari Pembelajaran Akademik yang Diatur Sendiri", *Jurnal Psikologi Pendidikan* (Citty University: New York, 1989).

<sup>30</sup>Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disaese* (Covid-19), (Jakarta: Mentrri Pendidikan Kebudayaan Republik Indonesia, 2020).

bahan ajar ke mahasiswa menggunakan internet. Hal ini menekankan pada proses belajar dengan menggunakan teknologi internet untuk mengirimkan berbagai hal yang dapat meningkatkan pengetahuan serta keterampilan.

Dengan pembelajaran daring mahasiswa lebih leluasa memiliki waktu belajar, dapat belajar dimanapun dan kapanpun.<sup>31</sup> Pembelajaran daring dianggap sebagai paradigma baru dalam proses pembelajaran karena dilakukan dengan cara yang mudah tanpa harus bertatap muka di ruang kelas, dan hanya mengandalkan aplikasi yang berbasis internet maka pembelajaran dapat berlangsung. Pembelajaran semacam ini memiliki *plus*, *minus* dalam proses pembelajaran. Adapun kelebihan dari pembelajaran daring adalah menumbuhkan *self regulated learning* pada mahasiswa.

Kuo et al., (2014) menyatakan dalam Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi, bahwa pembelajaran daring bersifat berpusat pada mahasiswa, yang menyebabkan mahasiswa mampu memunculkan tanggung jawab dan pengaturan diri dalam belajar.<sup>32</sup> Selain itu, yang menjadi tantangan khusus adalah lokasi mahasiswa dan dosen yang terpisah saat melaksanakan pembelajaran, membuat dosen tidak dapat mengawasi secara langsung kegiatan mahasiswa selama proses pembelajaran. Tidak ada jaminan bahwa mahasiswa mendengarkan secara sungguh-sungguh dalam mendengarkan penjelasan dosen dalam pembelajaran daring. Sehingga hal ini menuntut

---

<sup>31</sup>Tuti Marja dan Riki Musriandi, "Covid-19: Penerapan Pembelajaran Daring di Perguruan Tinggi", Jurnal Dedikasi Pendidikan, Vol. 4 No. 2 Juli 2020: 193-200 . 194.

<sup>32</sup>Kuo et. al., "Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19", *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 2 (2020), 219.

mahasiswa mempersiapkan sendiri pembelajarannya, mengevaluasi, mengatur dan mempertahankan motivasi belajar yang ada didalam dirinya.

Dapat disimpulkan pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang dilakukan secara *online* dengan jarak jauh yang dilakukan mahasiswa dimanapun dan kapan pun, hal ini bertujuan untuk memberikan layanan baik dan bermutu dalam pembelajaran melalui jaringan yang bersifat terbuka untuk menjangkau lebih luas. Hal ini guna untuk menghindari kerumunan yang dianggap sebagai salah satu cara menerapkan *social distancing*. Media pembelajaran daring yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran daring adalah *learning management system* yang berupa (*moodle, edmodo, dan google classroom*), media *live streaming* yang berupa (*zoom, cloudX atau google meet*), aplikasi *chat group* yang berupa (*whatsapp atau telegram*), dan media *online* lainnya yang berupa *youtube, kahoot, dan quizizz*).<sup>33</sup>

## 2. Prinsip Pembelajaran Dari Dalam Jaringan (Daring)

Menurut Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 Tahun 2020, pembelajaran jarak jauh memiliki beberapa prinsip yaitu:

### 1) Tidak membahayakan

Sebagaimana pengajar di seluruh dunia mencoba untuk mengurangi kemungkinan kerugian dalam belajar karena gangguan sekolah, keselamatan dan kesejahteraan siswa (*students well-being*) harus menjadi hal terpenting untuk dipikirkan. Upaya penyampaian

---

<sup>33</sup>Ordekorina Saragih, et. al., "Persepsi Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19", dalam *Jurnal Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran* (Tarbiyah Wa Ta'lim: Universitas Sari Mutiara Indonesia, 2020), Vol. 7 (3), 181.



kurikulum secara jarak jauh tidak menciptakan lebih banyak stress dan kecemasan bagi siswa dan keluarganya.

## 2) Realistis

Pengajar hendaknya memiliki ekspektasi yang realistis mengenai apa yang dapat dicapai dengan pembelajaran jarak jauh, dan menggunakan penilaian profesional untuk menilai konsekuensi dari rencana pembelajaran tersebut.<sup>34</sup>

### 3. Tujuan Pembelajaran Dari Dalam Jaringan (Daring)

Dalam Pedoman Pelaksanaan Pembelajaran Dari Rumah Selama Darurat Bencana *Covid-19* Di Indonesia pada Surat Edaran Sekretaris Jendral No.15 Tahun 2020. Tujuan dari pembelajaran daring yaitu:<sup>35</sup>

- 1) Memastikan pemenuhan hak anak untuk mendapatkan layanan pendidikan selama darurat *Covid-19*.
- 2) Melindungi warga satuan pendidikan dari dampak buruk *Covid-19*
- 3) Mencegah penyebaran dan penularan *Covid-19* di satuan pendidikan.
- 4) Memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik dan orang tua/wali.

## C. Mahasiswa Baru

### 1. Pengertian Mahasiswa Baru

Mahasiswa adalah sebutan bagi seseorang yang sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi, Akademik pada suatu Universitas.

<sup>34</sup> *Panduan Pembelajaran Jarak Jauh Nomor 4 Tahun 2020*, Jakarta: Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Pendidikan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020.

<sup>35</sup> *Pedoman Pelaksanaan Belajar Dari Rumah Selama Darurat Bencana Covid-19 Di Indonesia Surat Edaran Sekretaris Jendral No.15 Tahun 2020*, Jakarta: Kemendikbud,2020.

Mahasiswa diartikan sebagai seorang sarjana yang memiliki hubungan dengan Universitas, yang dididik untuk menjadikan seseorang intelektual. Setelah menjadi mahasiswa, waktu perkuliahan adalah masa yang ditunggu-tunggu bagi tiap mahasiswa baru. Mahasiswa baru dapat diartikan sebagai seseorang yang sedang melewati masa transisi dari SMA ke dunia perkuliahan yang melewati proses yang rumit. Melihat peraturan yang tidak terlalu ketat dengan seragam yang tidak ditentukan membuat mahasiswa baru tertarik ingin segera memasuki masa perkuliahan. Dalam masa perkembangannya mahasiswa baru masuk pada usia 18-21 tahun yang dalam perkembangannya masuk pada masa remaja akhir menuju dewasa awal.

Sebagai mahasiswa baru yang merupakan masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Sehingga pada mahasiswa baru memiliki beberapa ciri-ciri perkembangan, yaitu peralihan dari ketergantungan masa mandiri baik dari ekonomi, kebebasan menentukan diri, dan pandangan masa depan lebih *realistis*. Secara hukum seseorang dapat dikatakan sebagai orang dewasa awal saat menginjak usia 18 tahun sampai berusia 21 tahun. Lain pula yang di katakan pada periode perkembangan dalam (Santrock, 2011) bahwa masa dewasa awal adalah istilah yang kini digunakan untuk menunjuk masa transisi dari remaja menuju dewasa. Rentang usia ini berkisar antara 20 tahun hingga 30 tahun, masa ini ditandai oleh kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi. Transisi dari masa remaja menuju masa dewasa diwarnai dengan

perubahan yang berkesinambungan. Pada masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal memiliki ciri yaitu individu mengeksplorasi identitas khususnya dalam relasi romantis dan pekerjaan, ketidakstabilan dalam relasi romantis, dan pendidikan, terfokus pada diri sendiri.

## **2. Karakteristik Mahasiswa Baru**

Karakteristik mahasiswa secara umum yaitu stabilitas dalam kepribadian yang mulai meningkat, karena berkurangnya gejolak-gejolak yang di dalam perasaan. Sehingga mereka cenderung memantapkan dan berpikir dengan matang terhadap sesuatu yang akan di raihinya. Hal ini membuat mereka memiliki pandangan yang realistis tentang diri sendiri dan lingkungannya. Selain itu mereka juga cenderung dekat dengan teman sebaya untuk saling bertukar pikiran dan saling memberikan dukungan, karena dapat kita ketahui bahwa sebagian mahasiswa hidup di perantauan atau jauh dari orang tua maupun keluarga. Karakteristik dari mahasiswa baru yang paling menonjol adalah mereka mandiri, dan memiliki perkiraan di masa depan, baik dalam hal karir ataupun hubungan percintaan. Mereka akan mendalami keahlian di bidangnya masing-masing untuk mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja yang membutuhkan mental tinggi.<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup>Febriana Siska dan Widyastuti, Thesis: “*Kecanduan Mahasiswa Terhadap Game Online*”. (Yogyakarta: UNY, 2019), hal. 11.