

Jurnal

by Rahmawati Wahyu

Submission date: 21-Aug-2021 08:33AM (UTC+0700)

Submission ID: 1633864819

File name: jurnal_regulasi_diri_rahmawati_wahyu.docx (270.37K)

Word count: 4880

Character count: 32290

REGULASI DIRI MAHASISWA PADA MASA KULIAH *ONLINE* SAAT PANDEMI COVID-19 DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Rahmawati Wahyu Onggo Wicono¹⁾, Ghozali Rusyid Affandi²⁾

¹³ Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Jl. Raya Gelam 250 Candi – Sidoarjo

¹rahmawati.rw988@gmail.com, ²Ghozali@umsida.ac.id

Abstract. *Self-regulation is an impulse from within (internal), which can lead to an individual's desire to determine or identify goals in life, plan strategies that will be carried out in achieving these goals, and evaluate and modify behavior. that will do. The purpose of this study was to find out how the description of self-regulation in students during online lectures at the Muhammadiyah University of Sidoarjo. The population selected in this study were all students from 5 faculties at the Muhammadiyah University of Sidoarjo, totaling 11.914 students with the characteristics of active students, semester I – VIII, and taking online lectures. The total population in this study was 11.914, so that when viewed from the table Krejcie and Morgan, a sample of 375 people was obtained. This study uses a data collection technique in the form of a psychological scale, namely a self-regulation scale developed by the researcher through aspects of self-regulation according to Zimmerman (Ghofar, 2014) with a total of 54 statements in the form of a Likert scale. From the results of the validity test, 46 items were valid from 54 items. The result of the reliability test is 0.939. The results showed that students' self-regulation during online lectures at Muhammadiyah University of Sidoarjo was generally in the moderate category. And the aspect of self-regulation that is most widely applied by students of Muhammadiyah University of Sidoarjo is the aspect of motivation.*

Keywords : *Self Regulation, Online Lecture.*

4 **abstrak.** Regulasi diri adalah dorongan dari dalam diri (internal), yang dapat memunculkan keinginan seorang individu untuk menentukan atau mengidentifikasi tujuan-tujuan dalam hidupnya, melakukan perencanaan mengenai strategi-strategi yang akan dilakukan dalam meraih tujuan-tujuan tersebut, serta melakukan evaluasi dan melakukan modifikasi perilaku yang akan dilakukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana **15** ambaran regulasi diri pada mahasiswa pada masa kuliah daring di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa dari 5 fakultas di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang berjumlah sebanyak 11.914 mahasiswa dengan karakteristik mahasiswa aktif, semester I – VIII, dan mengikuti kuliah *online*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 11.914 **1** hingga jika dilihat dari tabel Krejcie dan Morgan, maka didapatkan sampel sebanyak 375 orang. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yang berupa skala psikologi yaitu skala regulasi diri yang dikembangkan sendiri oleh peneliti melalui aspek-aspek regulasi diri menurut Zimmerman [1] dengan jumlah 54 pernyataan dalam bentuk skala *likert*. Dari hasil uji validitas diperoleh hasil sebanyak 46 aitem valid dari 54 aitem. Hasil uji reliabilitas sebesar 0,939. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah *online* di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo secara umum sebagian besar berada dalam kategori sedang. Dan Aspek regulasi diri yang paling banyak diaplikasikan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo adalah aspek motivasi.

Kata Kunci : *Regulasi Diri, Kuliah Online.*

6 I. PENDAHULUAN

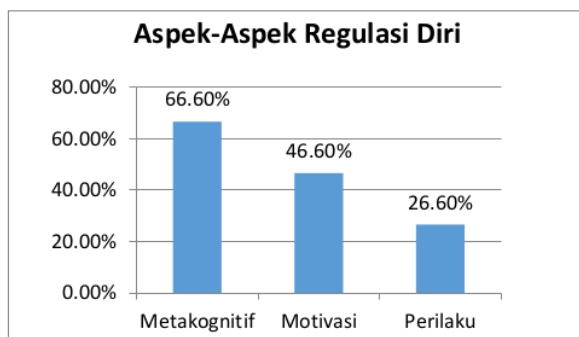
Pada awal tahun 2020, dunia dige¹²arkan dengan munculnya sebuah wabah yang berawal dari Wuhan, sebuah daerah di Cina. Wabah ini disebut sebagai Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2). Dengan penyebaran yang begitu cepat ke seluruh dunia, pada tanggal 12 Maret 2020 WHO melakukan pengumuman bahwa COVID-19 sebagai pandemi [2]. Hampir seluruh negara di dunia memberla⁶kan kebijakan karantina di rumah kepada warganya. Dengan adanya kebijakan karantina ini, menyebabkan dampak yang sangat luas secara sosial dan ekonomi, termasuk dalam bidang pendidikan. Dari mulai tingkatan terendah pendidikan, seperti TK, hingga ke tingkatan tertinggi pendidikan, yaitu perguruan tinggi, semua ditinjau ulang pelaksanaannya guna mencegah perluasan penyebaran COVID-19 yaitu dengan sistem belajar daring.

Sistem belajar daring adalah sistem belajar yang memanfaatkan fasilitas jaringan internet dengan konektivitas, aksesibilitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis proses kegiatan belajar mengajar [3]. Pada perguruan tinggi, sistem belajar daring ini biasa disebut kuliah *online*. Menurut Kusuma [4] kuliah *online* merupakan proses belajar mengajar yang dilakukan di perguruan tinggi yang menggunakan teknologi informasi, yang dimaksud yakni menggunakan internet sebagai metode penyampaian, interaksi dan fasilitasi. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa dan dosen dipertemukan dengan bantuan internet. Oleh karena itu, ketersediaan layanan internet merupakan kendala utama dalam kuliah online. Kendala lainnya antara lain : kendala jaringan, biaya kuota internet meningkat, penjelasan materi dari dosen yang kurang dipahami oleh mahasiswa, dll. Berdasarkan penjelasan tersebut, terdapat berbagai macam kendala atau tantangan yang dihadapi peserta didik dalam menempuh pembelajaran daring. Hal ini tentunya akan berpengaruh pada seperti menurunnya motivasi belajar, penyerapan materi kuliah, keterlambatan pengumpulan tugas, prestasi belajar, dan lain sebagainya. Maka dari itu dibutuhkanlah kemampuan regulasi diri oleh setiap mahasiswa.

⁴ Regulasi diri adalah dorongan dari dalam diri (internal), yang dapat memunculkan keinginan seorang individu untuk menentukan atau mengidentifikasi tujuan-tujuan dalam hidupnya, melakukan perencanaan mengenai strategi-strategi yang akan dilakukan dalam meraih tujuan-tujuan tersebut, serta melakukan evaluasi dan melakukan modifikasi perilaku yang akan dilakukan. Sedangkan menurut Bandura [1], regulasi diri adalah kemampuan pengaturan perilaku serta penggunaan perilaku tersebut untuk mempengaruhi bagaimana cara individu dalam meraih prestasi atau tujuan yang menjadi bukti peningkatan.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sadikin & Hamidah, (2020), yang berjudul “Pembelajaran Daring di Tengah Wabah COVID-19” yang dilakukan dengan metode kualitatif menunjukkan hasil bahwa mahasiswa mempunyai sarana dan pra sarana untuk mengikuti sistem belajar daring. Sistem belajar daring efektif dalam menggantikan⁵ sistem belajar luring sehingga dosen dan mahasiswa memungkinkan untuk tetap berinteraksi yaitu melalui kelas virtual yang dapat diakses dimana saja dan kapan saja. Sistem belajar daring dapat membantu mahasiswa belajar mandiri serta meningkatkan motivasinya. Namun, juga terdapat kelemahan pada sistem belajar daring yaitu mahasiswa kurang terpantau dengan baik selama proses perkuliahan daring. Sinyal internet yang lemah dan biaya kuota yang mahal menjadi tantangan tersendiri dalam sistem belajar daring. Namun setidaknya dengan perkuliahan daring mampu menekan angka penyebaran COVID-19 pada perguruan tinggi.

Grafik 1.1
Presentase Aspek-Aspek Regulasi Diri



Komponen atau aspek dari regulasi diri dalam belajar pada peserta didik sendiri menurut Zimmerman [1] terdapat tiga komponen atau aspek pada regulasi diri, yakni metakognisi, motivasi, dan perilaku. Hasil dari kuisioner yang telah disebar pada survei awal yang dilakukan pada 15 mahasiswa dari 5 fakultas yang ada di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yakni : Pertama dari aspek metakognitif sebanyak 66,6% mahasiswa menganggap perbedaan yang besar antara kuliah *online* dan kuliah *offline* adalah masalah bagi mereka, kedua dari aspek motivasi sebanyak 46,6% mahasiswa merasa tidak bersemangat menjalani kuliah online, ketiga dari aspek perilaku sebanyak 26,6% mahasiswa tidak mampu menciptakan lingkungan yang nyaman untuk mereka saat berkuliah online. Sehingga dapat disimpulkan dari hasil survei menggunakan *google form* diatas, bahwa aspek yang paling bermasalah dari regulasi diri mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo adalah aspek metakognitif yaitu bahwa perbedaan yang besar antara kuliah *online* dan kuliah *offline* merupakan masalah bagi sebagian besar mahasiswa.

Menurut Cervone dan Pervin [5], dalam proses pengembangan diri setiap individu penting untuk memiliki regulasi diri dalam dirinya, karena regulasi diri akan mengontrol keadaan lingkungan dan impuls emosional yang kemungkinan dapat mengganggu perkembangan individu. Fungsi dari regulasi diri dapat mengacu pada Santrock [6] dimana disebutkan dengan memiliki regulasi diri dalam kegiatan belajar dapat membantu individu melakukan pengaturan tujuan, melakukan evaluasi dan melakukan adaptasi yang dibutuhkan sehingga membantu dalam meraih prestasi. Oleh karena itu regulasi diri dari dalam diri mahasiswa sangat mempengaruhi bagaimana cara mereka mempertahankan semangat atau motivasi diri pada saat kuliah daring atau online seperti sekarang ini.

Seorang mahasiswa dengan regulasi diri yang tinggi akan memiliki kemampuan metakognisi yang tinggi pula yakni perencanaan, pemantauan, dan perbaikan perilaku. Ia juga akan mempunyai motivasi (dorongan dari dalam diri, otonomi, dan kepercayaan diri) yang tinggi. Kemudian ia juga akan mampu dalam berperilaku yakni melakukan pemilihan, penyusunan, dan merancang lingkungan yang suportif. Seorang mahasiswa dengan regulasi diri yang rendah akan memiliki kemampuan metakognisi yang rendah pula yakni perencanaan, pemantauan, dan perbaikan perilaku. Ia juga akan memiliki motivasi (dorongan dari dalam diri, otonomi, dan kepercayaan diri) yang rendah. Kemudian ia juga akan kurang mampu dalam berperilaku yakni melakukan pemilihan, penyusunan, dan merancang lingkungan yang suportif.

Regulasi diri pada setiap individu mahasiswa dapat memiliki tingkat yang berbeda-beda. Menurut Zimmerman dan Pons [1] terdapat 3 faktor yang berpengaruh terhadap regulasi diri, yaitu individu (diri), perilaku, dan lingkungan. Pertama, faktor individu (diri) meliputi beberapa yakni pengetahuan individu, tingkat kemampuan metakognisi (pola pikir), dan tujuan yang diinginkan dicapai. Kedua, ada faktor perilaku yang mengacu pada usaha seseorang mengaplikasikan kemampuan yang ia miliki. Semakin optimal dan besar usaha yang dilakukan seseorang terhadap pengaturan dan pengorganisasian suatu kegiatan akan meningkatkan regulasi diri pada seseorang. Ketiga, faktor lingkungan, regulasi diri pada individu juga tergantung apakah lingkungan disekitarnya mendukung atau tidak mendukung.

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran regulasi diri pada mahasiswa pada masa kuliah daring di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian dengan jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan variabel yang digunakan adalah Regulasi Diri. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa dari 5 fakultas di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berdasarkan rekap data mahasiswa angkatan 2017 s/d 2020 oleh BAA yang berjumlah sebanyak 11.914 mahasiswa dengan karakteristik mahasiswa aktif, semester I – VIII, dan mengikuti kuliah *online*. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan tabel jumlah sampel berdasarkan jumlah populasi oleh Krejcie dan Morgan maka didapatkan sampel sebanyak 375 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ialah *non probability sampling* dengan metode *quota sampling*. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yang berupa skala psikologi yaitu skala regulasi diri yang dikembangkan sendiri oleh peneliti melalui aspek-aspek regulasi diri menurut Zimmerman [1] dengan jumlah 54 pernyataan dalam bentuk skala *likert*.

Validitas skala dalam penelitian ini menggunakan konsep validitas isi (*content*). Sedangkan validitas aitem menggunakan *corrected item-total correlation* dengan bantuan SPSS v.24 for Windows. Hasil analisis data *try out* terpakai skala regulasi diri yang terdiri dari 54 aitem dengan total hasil yang valid berjumlah 46 aitem dengan nilai koefisien validitas aitem 0,311 – 0,639 yang memiliki r_y , (nilai hitung) $\geq 0,30$. Sedangkan aitem

yang gugur berjumlah 8 aitem dengan nilai koefisien validitas aitem $-0,065 - 0,286$ yang memiliki r_{iy} (nilai hitung) $\leq 0,30$. Dan dari hasil uji reliabilitas pada skala regulasi diri dengan jumlah 375 responden memberikan hasil *try out* terpakai dengan nilai koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,939 sehingga skala dinyatakan reliabel. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang dibantu oleh JASP.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Terdapat beberapa hasil penelitian yang didapat oleh peneliti mengenai regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

1. Gambaran Regulasi Diri Secara Umum

Tabel 4.1
Frekuensi Tingkat Regulasi Diri

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Tinggi	58	15,4%
Sedang	271	72,3%
Rendah	46	12,3%
Total	375	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas, dapat diketahui bahwa mahasiswa dengan tingkat regulasi diri tinggi berjumlah 58 orang dengan frekuensi 15,4%. Sedangkan mahasiswa dengan tingkat regulasi diri sedang berjumlah 271 orang dengan frekuensi 72,3%. Dan mahasiswa dengan regulasi diri rendah berjumlah 46 orang dengan frekuensi 12,3%.

a. Menurut Jenis Kelamin

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, perempuan memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 134.313 sehingga dapat dikatakan memiliki rata-rata regulasi diri lebih tinggi daripada laki-laki yang hanya memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 130.527.

b. Menurut Fakultas

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, dapat diketahui bahwa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan memiliki rata-rata (*mean*) tertinggi dengan nilai 135.879, disusul oleh Fakultas Agama Islam dengan rata-rata (*mean*) 135.000, kemudian Fakultas Bisnis Hukum dan Ilmu Sosial memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 133.390, Fakultas Ilmu Kesehatan memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 130.091, serta Fakultas Sains dan Teknologi memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 129.410.

c. Menurut Kelas

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, dapat diketahui bahwa kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 135.476 yang artinya lebih tinggi dari pada kelas pagi yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 132.916.

2. Gambaran Rerata Per Aspek

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, dapat diketahui bahwa rata-rata (*mean*) tertinggi terdapat pada aspek motivasi yakni sebesar 51.611, kemudian rata-rata (*mean*) pada aspek metakognitif sebesar 45.421, dan yang paling rendah adalah rata-rata (*mean*) pada aspek perilaku yakni sebesar 36.165. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek regulasi diri yang paling besar diaplikasikan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 adalah aspek motivasi.

3. Gambaran Kategorisasi Pada Tiap Aspek

a. Aspek Metakognitif

Tabel 4.2
Frekuensi Tingkat Aspek Metakognitif

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Tinggi	72	19,2%

Sedang	249	66,4%
Rendah	54	14,4%
Total	375	100%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas, dapat diketahui bahwa mahasiswa dengan tingkat aspek metakognitif regulasi diri tinggi berjumlah 55 orang memiliki frekuensi 14,6%, mahasiswa dengan tingkat aspek metakognitif regulasi diri sedang berjumlah 281 orang memiliki frekuensi 75%, dan mahasiswa dengan tingkat aspek metakognitif regulasi diri rendah berjumlah 39 orang memiliki frekuensi 10,4%.

b. Aspek Motivasi

Tabel 4.3
Frekuensi Tingkat Aspek Motivasi

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Tinggi	59	15,7%
Sedang	266	71%
Rendah	50	13,3%
Total	375	100%

Berdasarkan tabel 4.3 diatas, dapat diketahui bahwa mahasiswa dengan tingkat aspek motivasi regulasi diri tinggi berjumlah 59 orang memiliki frekuensi 15,7%, mahasiswa dengan tingkat aspek motivasi regulasi diri sedang berjumlah 266 orang memiliki frekuensi 71%, dan mahasiswa dengan tingkat aspek motivasi regulasi diri rendah berjumlah 50 orang memiliki frekuensi 13,3%.

c. Aspek Perilaku

Tabel 4.4

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Tinggi	55	14,6%
Sedang	281	75%
Rendah	39	10,4%
Total	375	100%

Frekuensi Tingkat Aspek Perilaku

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat diketahui bahwa mahasiswa dengan tingkat aspek perilaku regulasi diri tinggi berjumlah 72 orang memiliki frekuensi 19,2%, mahasiswa dengan tingkat aspek perilaku regulasi diri sedang berjumlah 249 orang memiliki frekuensi 66,4%, dan mahasiswa dengan tingkat aspek perilaku regulasi diri rendah berjumlah 54 orang memiliki frekuensi 14,4%.

4. Gambaran Rerata Pada Tiap Aspek Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin, Fakultas, Dan Kelas.

a. Menurut Jenis Kelamin

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, rata-rata (*mean*) aspek metakognitif perempuan sebesar 45.717 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek metakognitif laki-laki yang hanya sebesar 44.709. Kemudian pada aspek motivasi, perempuan memiliki rata-rata (*mean*) aspek motivasi sebesar 52.204 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek motivasi yang dimiliki laki-laki yang hanya sebesar 50.182. Dan pada aspek perilaku, perempuan memiliki rata-rata (*mean*) aspek perilaku sebesar 36.392 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek perilaku yang dimiliki laki-laki yang hanya sebesar 35.636.

b. Menurut Fakultas

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, rata-rata (*mean*) aspek metakognitif yang paling besar terdapat pada Fakultas Agama Islam yakni sebesar 47.000, disusul oleh Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 46.103, kemudian Fakultas Bisnis Hukum dan Ilmu Sosial sebesar 45.727, Fakultas Ilmu Kesehatan sebesar 44.500, dan terakhir rata-rata (*mean*) Fakultas Sains dan Teknologi sebesar 44.229. Pada aspek motivasi, rata-rata (*mean*) aspek motivasi yang paling besar berada pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan yakni sebesar 52.891, disusul oleh rata-rata (*mean*) Fakultas Agama Islam sebesar 52.167, kemudian rata-rata (*mean*) pada Fakultas Bisnis Hukum dan Ilmu Sosial sebesar 51.844, kemudian Fakultas Ilmu Kesehatan yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 49.955. Terakhir Fakultas Sains dan Teknologi yang memiliki rata-rata (*mean*) yang hanya sebesar 49.743. Serta pada aspek perilaku, rata-rata (*mean*) aspek perilaku paling besar terdapat pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan yakni sebesar 36.885, disusul oleh Fakultas Agama Islam yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 35.833, kemudian Fakultas Bisnis Hukum dan Ilmu Sosial yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 35.818, kemudian Fakultas Ilmu Kesehatan yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 35.636, terakhir Fakultas Sains dan Teknologi yang memiliki rata-rata (*mean*) hanya sebesar 35.438.

c. Menurut Kelas

Berdasarkan analisis deskriptif menggunakan JASP, dapat diketahui bahwa pada kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) aspek metakognitif sebesar 46.500 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek metakognitif pada kelas pagi yang hanya sebesar 45.285. Kemudian pada aspek motivasi, kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) aspek motivasi sebesar 52.357 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek motivasi pada kelas pagi yang hanya sebesar 51.517. Dan pada aspek perilaku, kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) aspek perilaku sebesar 36.619 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek perilaku pada kelas pagi yang hanya sebesar 36.114.

B. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo secara umum sebagian besar berada dalam kategori sedang. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri sedang mendapat persentase sebanyak 72,3%, sedangkan mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri tinggi memiliki persentase sebanyak 15,4%, dan mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri rendah mendapat persentase sebanyak 4,3%. Regulasi diri adalah dorongan dari dalam diri (*internal*), yang dapat memunculkan keinginan seorang individu untuk menentukan atau mengidentifikasi tujuan-tujuan dalam hidupnya, melakukan perencanaan mengenai strategi-strategi yang akan dilakukan dalam meraih tujuan-tujuan tersebut, serta melakukan evaluasi dan melakukan modifikasi perilaku yang akan dilakukan (Cervone & Pervin, dalam Alfiani, 2013). Dalam hal ini, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dapat dikatakan mampu memunculkan dorongan dari dalam diri (*internal*), melakukan perencanaan mengenai strategi-strategi yang akan digunakan, serta melakukan evaluasi dan modifikasi perilaku untuk bertahan menghadapi segala perbedaan antara kuliah *online* dan *offline*, serta mampu bertahan menghadapi hambatan dan tantangan selama kuliah *online*.

Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, perempuan memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 134.313 sehingga dapat dikatakan memiliki rata-rata regulasi diri lebih tinggi daripada laki-laki yang hanya memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 130.527. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo memiliki regulasi diri yang lebih baik dibanding mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo pada masa kuliah *online* saat pandemic COVID-19 seperti sekarang ini. Regulasi diri mahasiswa dipengaruhi oleh situasi pada lingkungan sekitar mereka dan juga tidak terlepas dari dukungan sosial yang diberikan pada mereka [6]. Lingkungan yang tercipta pada mahasiswi memberi kesempatan pada mereka untuk saling memberikan kekuatan dan perhatian terhadap perkembangan tingkat regulasi diri, sehingga kondisi lingkungan semakin memperkuat untuk meningkatkan kemampuan regulasi diri. Sedangkan mahasiswa memiliki keterikatan dengan teman sebaya, namun keterikatan tersebut justru menghasilkan dampak negative, yang salah satu dampaknya adalah penurunan kualitas regulasi diri [7]. Maka wajar jika dalam hasil penelitian ini, mahasiswi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik.

Jika ditinjau berdasarkan fakultas, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan memiliki rata-rata (*mean*) tertinggi dengan nilai 135.879, disusul oleh Fakultas Agama Islam dengan rata-rata (*mean*) 135.000, kemudian Fakultas Bisnis Hukum dan Ilmu Sosial memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 133.390, Fakultas Ilmu Kesehatan memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 130.091, serta Fakultas Sains dan Teknologi memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 129.410. Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa-mahasiswa pada Fakultas Psikologi dan Ilmu

Pendidikan memiliki kemampuan regulasi diri yang paling baik daripada mahasiswa-mahasiswa dari fakultas lainnya yang ada di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo pada kuliah *online* saat pandemi COVID-19.

Regulasi diri mahasiswa dipengaruhi oleh situasi pada lingkungan sekitar mereka dan juga tidak terlepas dari dukungan sosial yang diberikan pada mereka [6]. Berdasarkan rekap data mahasiswa angkatan 2017 s/d 2020 oleh BAA, Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo didominasi oleh mahasiswi, kemungkinan besar hal inilah yang menjadi penyebab tingginya kemampuan regulasi diri pada Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan dibanding dengan fakultas yang lainnya. Seperti yang telah disebutkan pada hasil penelitian diatas bahwa mahasiswi memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik dibandingkan mahasiswa. Sehingga tidak heran apabila mahasiswa-mahasiswi pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik dibandingkan dengan mahasiswa-mahasiswa dari fakultas-fakultas lainnya yang ada di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Jika ditinjau berdasarkan kelas, kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 135.476 yang artinya lebih tinggi dari pada kelas pagi yang memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 932.916. Maka dapat disimpulkan bahwa di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo mahasiswa kelas malam memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik dibandingkan mahasiswa kelas pagi pada masa kuliah *online* saat pandemic COVID-19.

Mahasiswa kelas malam pada umumnya adalah mahasiswa yang memiliki peran selain pelajar yaitu juga sebagai pekerja. Sedangkan mahasiswa pagi adalah pada umumnya adalah mahasiswa yang tidak bekerja atau bukan pekerja. Menurut Morgan, Rescoe, dan Peebles [6], terdapat perbedaan indeks prestasi antara mahasiswa pekerja dengan mahasiswa yang bukan pekerja. Mahasiswa pekerja mempunyai indeks prestasi akademik yang lebih besar jika dibandingkan dengan mahasiswa yang bukan pekerja disebabkan karena mahasiswa pekerja lebih disiplin, dalam perkuliahan pun lebih pandai memanajemen waktu, dan ketika mengerjakan tugas memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi diluar sumber-sumber sosial. Sehingga tidak heran jika dalam hasil penelitian ini, mahasiswa kelas malam memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa kelas pagi.

Menurut Zimmerman [1], regulasi diri memiliki tiga aspek yang digunakan dalam proses belajar, diantaranya yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Berdasarkan hasil penelitian, setiap aspek regulasi diri memiliki frekuensi tingkat rata-rata yang tidak jauh berbeda. Aspek yang memiliki rata-rata paling tinggi terdapat pada aspek motivasi yakni sebesar 51.611, kemudian rata-rata pada aspek metakognitif sebesar 45.421, dan yang paling rendah adalah rata-rata pada aspek perilaku yakni sebesar 36.165. Hal ini menunjukkan bahwa untuk mendukung regulasi diri dalam diri mereka, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo lebih mengaplikasikan motivasi atau dorongan dari dalam diri mereka. Kedua, barulah kemampuan metakognitif atau pola pikir yang mendukung kemampuan regulasi diri mahasiswa. Dan yang terakhir adalah aspek perilaku.

Aspek metakognitif adalah indikasi apakah seseorang memahami dan menyadari tentang kemampuan kognisi atau cara berpikirnya. Orang yang memahami dan menyadari kemampuan kognisinya akan mampu untuk membimbing dan mengatur dirinya, serta menata hal-hal yang mungkin terjadi, dan juga memiliki strategi atau cara-cara yang sesuai untuk meningkatkan kinerja kognitifnya. Berdasarkan hasil penelitian, pada aspek metakognitif kategori sedang memiliki persentase sebanyak 75%, sedang pada kategori hanya memiliki persentase 14,6% dan kategori rendah hanya memiliki persentase sebesar 10,4%. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek metakognitif regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo memiliki pemahaman dan kognisi yang baik untuk mengatur regulasi diri mereka selama masa kuliah *online*.

Berdasarkan analisis deskriptif, ditinjau dari jenis kelamin, rata-rata (*mean*) aspek metakognitif perempuan sebesar 45.717 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek metakognitif laki-laki yang hanya sebesar 44.709. Maka dapat disimpulkan pada masa kuliah online saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, para mahasiswi lebih mampu mengaplikasikan aspek metakognitif regulasi diri dibandingkan mahasiswa. Sedangkan jika ditinjau dari fakultas, rata-rata (*mean*) aspek metakognitif yang paling besar terdapat pada Fakultas Agama Islam yakni sebesar 47.000, dan yang paling rendah adalah rata-rata (*mean*) Fakultas Sains dan Teknologi sebesar 44.229. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, mahasiswa-mahasiswa Fakultas Agama Islam lebih mampu mengaplikasikan aspek metakognitif regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa pada fakultas-fakultas lainnya. Kemudian jika ditinjau berdasarkan kelas, pada kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) aspek metakognitif sebesar 46.500 yang artinya lebih besar

daripada rata-rata (*mean*) aspek metakognitif pada kelas pagi yang hanya sebesar 45.285. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, mahasiswa-mahasiswa kelas malam lebih mampu mengaplikasikan aspek metakognitif regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa kelas pagi.

Pada aspek motivasi, berdasarkan hasil penelitian, kategori sedang juga memiliki persentase paling besar yakni 71%, kategori tinggi hanya 15,7% dan kategori rendah hanya sebesar 13,3%. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek motivasi regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berada pada kategori sedang. Menurut Zimmerman dan Pons [1] keuntungan dari adanya motivasi internal adalah individu memiliki motivasi atau dorongan dari dalam diri, otonomi, dan kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuan diri sendiri untuk melakukan sesuatu. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri yang baik selama masa kuliah *online*.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, perempuan memiliki rata-rata (*mean*) aspek motivasi sebesar 52.204 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek motivasi yang dimiliki laki-laki yang hanya sebesar 50.182. Maka dapat disimpulkan pada masa kuliah online saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, para mahasiswi lebih mampu mengaplikasikan aspek motivasi regulasi diri dibandingkan mahasiswa. Sedangkan jika ditinjau berdasarkan fakultas, rata-rata (*mean*) aspek motivasi yang paling besar berada pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan yakni sebesar 52.891, dan yang paling rendah adalah Fakultas Sains dan Teknologi yang memiliki rata-rata (*mean*) yang hanya sebesar 49.743. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, mahasiswa-mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan lebih mampu mengaplikasikan aspek motivasi regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa pada fakultas-fakultas lainnya. Kemudian jika ditinjau berdasarkan kelas, pada kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) aspek motivasi sebesar 52.357 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek motivasi pada kelas pagi yang hanya sebesar 51.517. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, mahasiswa-mahasiswa kelas malam lebih mampu mengaplikasikan aspek motivasi regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa kelas pagi.

Terakhir pada aspek perilaku, menurut Zimmerman dan Pons [1] menyatakan bahwa pengertian dari perilaku adalah upaya yang dilakukan oleh seseorang itu sendiri untuk melakukan pengaturan, penyelesaian, dan pemanfaatan ataupun menciptakan lingkungan yang mendukung kegiatannya. Berdasarkan hasil penelitian pada aspek perilaku kategori sedang memiliki persentase 66,7%, sedangkan kategori tinggi memiliki persentase 19,2% dan kategori rendah sebanyak 14,4%. Maka dapat disimpulkan bahwa aspek perilaku regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo berada pada kategori sedang. Sehingga dapat diartikan bahwa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo mampu mengatur, menyeleksi, dan memanfaatkan atau menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas kuliah *online* mereka selama masa pandemi ini.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin maka perempuan memiliki rata-rata (*mean*) aspek perilaku sebesar 36.392 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek perilaku yang dimiliki laki-laki yang hanya sebesar 35.636. Maka dapat disimpulkan pada masa kuliah online saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, para mahasiswi lebih mampu mengaplikasikan aspek perilaku regulasi diri dibandingkan mahasiswa. Sedangkan jika ditinjau berdasarkan fakultas, rata-rata (*mean*) aspek perilaku paling besar terdapat pada Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan yakni sebesar 36.885 dan yang paling rendah adalah Fakultas Sains dan Teknologi yang memiliki rata-rata (*mean*) hanya sebesar 35.438. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, mahasiswa-mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan lebih mampu mengaplikasikan aspek perilaku regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa pada fakultas-fakultas lainnya. Kemudian jika ditinjau berdasarkan kelas maka pada kelas malam memiliki rata-rata (*mean*) aspek perilaku sebesar 36.619 yang artinya lebih besar daripada rata-rata (*mean*) aspek perilaku pada kelas pagi yang hanya sebesar 36.114. Maka dapat disimpulkan bahwa pada masa kuliah *online* saat pandemi COVID-19 di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, mahasiswa-mahasiswa kelas malam lebih mampu mengaplikasikan aspek metakognitif regulasi diri dibandingkan dengan mahasiswa kelas pagi.

2 IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri mahasiswa pada masa kuliah online di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo sebagian besar berada pada kategori sedang.

Artinya, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo memiliki kemampuan regulasi diri yang untuk menghadapi perbedaan antara kuliah *online* dan kuliah *offline*, menghadapi dan mengatasi segala hambatan dan tantangan selama berkuliah online, memanfaatkan atau menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas selama kuliah online, dan lain sebagainya.

Aspek regulasi diri yang paling banyak diaplikasikan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo adalah aspek motivasi sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan yang cukup besar dalam memunculkan motivasi atau dorongan intrinsik dari dalam diri untuk mendukung kemampuan regulasi diri mereka.

B. Saran

1. Bagi Kampus
 - a. Dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan pengembangan program kuliah berbasis *online* atau daring kedepannya.
 - b. Dapat digunakan sebagai pertimbangan untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa selama masa kuliah *online* dengan lebih sering mengadakan survei mengenai apa saja yang dirasakan oleh para mahasiswa dan solusi yang diinginkan oleh para mahasiswa yang bisa dilakukan oleh pihak kampus.
2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan gambaran serta evaluasi bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dalam mengembangkan kemampuan regulasi diri agar lebih optimal. Bagi mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri tinggi agar mampu untuk mempertahankannya. Dan bagi mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri rendah agar meningkatkan kemampuan regulasi diri mereka, dengan berbagai macam cara seperti mengubah pola pikir (kognitif), meningkatkan motivasi dalam diri, memahami dan menyadari kemampuan dalam diri dan tujuan-tujuan yang ingin dicapai, merencanakan strategi-strategi yang akan digunakan untuk mencapai tujuan-tujuan yang diinginkan, dan lain sebagainya.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi pertimbangan dan acuan dalam mengembangkan penelitian yang relevan sehingga akan semakin banyak penelitian mengenai regulasi diri ke depannya yang akan membantu peningkatan kemampuan regulasi diri pada mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada keluarga dan teman-teman penulis yang senantiasa memberikan dukungan, do'a serta kasih sayang kepada penulis. Penulis sampaikan terimakasih juga kepada dosen pembimbing yang telah membimbing, memberikan banyak ilmu, solusi serta dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Tak lupa penulis juga sampaikan terima kasih kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktu dalam membantu penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. K. Ghofar, "hubungan positif antara adversity quotient dengan regulasi diri siswa Madrasah Aliyah Darussalam Agung Buring Malang," UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG, 2014.
- [2] A. Susilo *et al.*, "Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini," *J. Penyakit Dalam Indones.*, vol. 7, no. 1, p. 45, 2020, doi: 10.7454/jpdi.v7i1.415.
- [3] A. Sadikin and A. Hamidah, "Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19:(Online Learning in the Mid of the Covid-19 Pandemic)," *BIODIK J. Ilm. Pendidik. Biol.*, vol. 06, no. 02, pp. 214–224, 2020, doi: <https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>.
- [4] F. B. Saputro, M. Somantri, and A. Nugroho, "Pengembangan Sistem Kuliah Online Universitas Jember Untuk Antar Muka Mahasiswa Pada Perangkat Bergerak Berbasis Android," *Transmisi*, vol. 19, no. 1, pp. 15–21, 2017, doi: 10.12777/transmisi.19.1.15-21.
- [5] A. D. Alfiani, "Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Suatu Organisasi," *EMPATI-Jurnal Bimbing. dan Konseling*, vol. 6, no. 1, pp. 245–259, 2013, doi: 10.26877/empati.v6i1.4115.

- [6] D. N. Rachmah, "Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak," *J. Psikol.*, vol. 42, no. 1, p. 61, 2015, doi: 10.22146/jpsi.6943.
- [7] W. N. E. Saputra, S. Alhadi, A. Supriyanto, C. D. Wiretna, and B. Baqiyatussolihat, "Perbedaan Self-regulated Learning Siswa Sekolah Menengah Kejuruan berdasarkan Jenis Kelamin," *J. Kaji. Bimbing. dan Konseling*, vol. 3, no. 3, pp. 131–138, 2018, doi: 10.17977/um001v3i32018p131.

Jurnal

ORIGINALITY REPORT

10%

SIMILARITY INDEX

10%

INTERNET SOURCES

4%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

repository.radenintan.ac.id

Internet Source

1%

2

id.scribd.com

Internet Source

1%

3

ppbbk.unimed.ac.id

Internet Source

1%

4

ojs.atmajaya.ac.id

Internet Source

1%

5

prosiding.unipma.ac.id

Internet Source

1%

6

repository.unib.ac.id

Internet Source

1%

7

Ruri Afria Nursa. "Analisis persepsi peserta didik terhadap bimbingan dan konseling di SMAN 1 Tapan", Journal of Islamic Education and Innovation, 2021

Publication

1%

8

repository.lppm.unila.ac.id

Internet Source

1%

9	ejournalmalahayati.ac.id Internet Source	<1 %
10	eudl.eu Internet Source	<1 %
11	ksmith2.teammetro.net Internet Source	<1 %
12	Fibriani F. Manopo, Siemona L. E. Berhimpon, Mayer F. Wowor. "Gambaran Hematologi pada Wanita Hamil Trimester 3 yang Terkonfirmasi Positif SARS-CoV-2 di RSUP Prof. Dr. R.D. Kandou Periode Juli-September 2020", Jurnal e-Biomedik, 2021 Publication	<1 %
13	akademik.umsida.ac.id Internet Source	<1 %
14	docobook.com Internet Source	<1 %
15	karyailmiah.unisba.ac.id Internet Source	<1 %
16	ejournal.undip.ac.id Internet Source	<1 %
17	jurnal.una.ac.id Internet Source	<1 %
18	ppjp.ulm.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 15 words

Exclude bibliography On