

Motivasi Belajar dan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa dengan Sistem Pembelajaran Jarak Jauh

Tasya Dhiya Tsusayya¹, Siti Khumaidatul Umaroh^{1*}, Diana Imawati¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Samarinda, Indonesia
Jl. Ir. H. Juanda, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75243

Email: khumaidatulumaroh@gmail.com

*Correspondence

Abstract:

This study aims to measure the effect of learning motivation on self regulated learning in the students of School Teacher Education who study remotely at the UPBJJ Samarinda Open University. This study used the Assessing Academic Self Regulated Learning Measurement Scale and the Learning Motivation Measurement Scale. This study involved 56 male students respondents and 236 female students respondent. Determination of the sample using proportional random sampling technique. The research data were analyzed using simple regression analysis techniques. The result revealed that the effect of learning motivation on self regulated learning shows that there is a positive effect of learning motivation on the self-regulated learning in students of School Teacher Education by a value of R^2 41,1% with a significance value of 0,000 ($P < 0,05$). This study recommends the importance of increasing learning motivation in students of School Teacher Education which can increase self regulated learning particularly in distance learning program.

Keywords: *learning motivation, self regulated learning, distance learning*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh motivasi belajar terhadap *self regulated learning* pada mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) yang belajar jarak jauh di Universitas Terbuka UPBJJ Samarinda. Penelitian ini menggunakan Skala *The Assessing Academic Self Regulated Learning* dan Skala Motivasi Belajar. Penelitian ini melibatkan 56 responden mahasiswa laki-laki dan 236 responden mahasiswa perempuan. Penentuan sampel menggunakan teknik proporsional random sampling. Data penelitian dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif dan signifikan dari motivasi belajar terhadap pembelajaran mandiri pada mahasiswa PGSD yang belajar jarak jauh di Universitas Terbuka UPBJJ Samarinda yang ditunjukkan dengan nilai R^2 41,1% dengan nilai signifikansi 0,000 ($P < 0,05$). Penelitian ini merekomendasikan pentingnya peningkatan motivasi belajar pada mahasiswa PGSD yang dapat meningkatkan keterampilan diri dalam belajar atau *Self Regulated Learning* khususnya dalam program belajar jarak jauh.

Kata kunci: *motivasi belajar, self regulated learning, pembelajaran jarak jauh*

1. Pendahuluan

Perubahan terbesar dalam sistem pendidikan Indonesia semakin nyata terlihat bersamaan dengan terjadinya wabah Pandemi Covid-19 yang lalu. Pada saat itu pelaksanaan pembelajaran harus dilaksanakan secara *online* dikarenakan pandemi Covid-19. Namun demikian konsep

pembelajaran *online* pada dasarnya bukanlah hal baru di negeri ini, hanya dalam pelaksanaannya selama ini belum berjalan secara maksimal. Secara umum masyarakat di Indonesia masih sangat tergantung dan percaya dengan kualitas yang dihasilkan oleh proses belajar *offline* (tatap muka) dibandingkan dengan pembelajaran *online*. Pembelajaran tradisional dengan sistem tatap muka masih menjadi prioritas yang sangat diminati, karena dianggap sebagai sebuah metode paling tepat untuk melakukan interaksi secara langsung antara pendidik dan siswa atau antara dosen dengan mahasiswanya. Sebagian besar juga meyakini bahwa transfer nilai-nilai etis dalam pendidikan hanya dapat berlangsung dalam kelas tradisional.

Universitas Terbuka merupakan salah satu Pendidikan tinggi di Indonesia yang berhasil melaksanakan pembelajaran dengan sistem jarak jauh. Keberhasilan tersebut tidak hanya terjadi pada layanan akademik, namun juga pada layanan non akademiknya, padahal mereka memiliki jumlah mahasiswa yang besar sampai ke daerah-daerah pedalaman Indonesia. Pemanfaatan kemajuan teknologi dalam *e-learning* mampu memberikan kemudahan akses pendidikan terutama bagi mahasiswa yang bekerja, tinggal di tempat yang jauh, atau tidak dapat mengikuti perkuliahan di perguruan tinggi konvensional yang selama ini dilakukan secara tatap muka. Sejalan dengan hal tersebut, Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2012 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Jarak Jauh pada Pendidikan Tinggi dalam Pasal 1 Ayat 1 menyebutkan, “Pendidikan jarak jauh yang selanjutnya disebut PJJ adalah pendidikan yang peserta didiknya terpisah dari pendidik dan pembelajarannya menggunakan berbagai sumber belajar melalui teknologi informasi dan komunikasi, serta media lain”. Hal ini juga dikuatkan oleh Gani (2018) bahwa pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dilakukan dengan menggunakan teknologi informasi melalui jaringan internet. Kehadiran teknologi informasi memberi kemudahan kepada masyarakat dalam melakukan interaksi tanpa terikat ruang dan waktu. Pemanfaatan *e-mail*, *chatting* media sosial, diskusi dan partisipasi individu dan kelompok dalam komunitas online dengan menggunakan teknologi informasi merupakan bagian dari inovasi yang terjadi di zaman *post-modern* sekarang ini (Cuthell, 2002).

Selain fleksible dalam pelaksanaannya, pembelajaran jarak jauh juga memiliki sejumlah keunggulan diantaranya adalah pemanfaatan teknologi informasi yang mudah diakses dari mana saja sehingga mahasiswa dapat belajar kapan saja. Selain itu pembelajaran jarak jauh juga memiliki manfaat positif bagi mahasiswa dengan kepribadian *introvert* karena mahasiswa dapat aktif bertanya dan berdiskusi tanpa adanya rasa malu sebagaimana jika mereka berada di kelas tatap muka (Nurcita & Susantiningsih, 2020). Dengan kata lain pembelajaran jarak jauh juga dapat menjadi alternatif solusi bagi penyelenggaraan pendidikan bagi masyarakat yang bekerja (Muis, 2014). Dengan demikian, mengenyam pendidikan tinggi bagi masyarakat secara umum dengan konsep pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan oleh UT menjadi sebuah keniscayaan yang dapat dirasakan oleh setiap orang tanpa melihat batasan usia, waktu, bahkan tempat

pelaksanaannya.

E-learning diimplementasikan dalam sistem pembelajaran jarak jauh UT dikarenakan *e-learning* memberikan cara yang relatif cepat dalam mendistribusikan dan memperbaharui bahan ajar apapun (Darmayanti, Setiani & Oetojo, 2007). Selain itu agar pelaksanaan pembelajaran jarak jauh peril berjalan secara efektif, ada beberapa hal yang harus dipertimbangkan dari sisi pendidik diantaranya: atensi, kepercayaan diri pendidik, pengalaman, kemudahan dalam menggunakan peralatan, kreativitas dalam menggunakan alat, dan mau menjalin interkasi dengan peserta didik (Prawiyogi, Purwanugraha, Fakhri, & Firmansyah, 2020).

Pangondian dkk (2019) menunjukkan bahwa siswa yang tidak memiliki keterampilan dasar dan tidak memiliki disiplin diri yang tinggi lebih baik belajar menggunakan metode konvensional, sedangkan siswa yang cerdas, dan menunjukkan kedisiplinan serta rasa percaya diri yang tinggi dapat belajar dengan metode *online*. Hasil tersebut sekaligus menginformasikan kepada kita bahwa pembelajaran jarak jauh memiliki peran sentral keberhasilan proses belajar tidak hanya menjadi tanggung jawab dari guru atau dosen semata, melainkan juga menjadi tanggung jawab pembelajar. Untuk itu motivasi menjadi komponen personal yang harus terus dijaga dalam pembelajaran terlebih pada pembelajaran *online*.

Kedisiplinan dan kemandirian menjadi kunci yang ikut memediasi keberhasilan mahasiswa dalam belajar. Sedangkan jaringan internet dan teknologi menjadi penopang yang memfasilitasi jalannya proses pembelajaran sebagai media dalam menyampaikan informasi pembelajaran. Dalam konsep psikologi kemampuan seseorang dalam mengatur proses belajar secara mandiri dikenal sebagai *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* merupakan suatu proses aktif dan konstruktif dimana peserta didik menetapkan tujuan untuk pembelajaran dan mencoba untuk memantau, mengatur, dan juga mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya sendiri yang dibimbing dan dibatasi oleh tujuan dan fitur kontekstual yang ada di lingkungan (Wolters dkk, 2003).

Kemampuan *self-regulated learning* yang baik berperan penting dalam mendukung keberhasilan proses pembelajaran. Bandura (dalam Harahap & Harahap, 2020) menyatakan bahwa *self-regulated learning* yang baik ditandai dengan adanya monitoring terhadap proses kognitif dan afektif yang mendukung penyelesaian tugas-tugas akademik dengan baik. Lebih lanjut Lynch dan Dembo (dalam Trisnawati, 2018) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang baik dapat mengetahui bagaimana cara mengatur waktu karena mereka waspada pada batas akhir tugas serta mengetahui seberapa lama waktu yang digunakan dalam menyelesaikan tugas tersebut. Winne dan Perry (dalam Rahmatan dkk, 2018) menyatakan bahwa *self-regulated learning* berpedoman pada metakognisi dan Langkah-langkah strategis yang mencakup perencanaan, pengawasan, dan evaluasi kemajuan diri terhadap standar, dan motivasi belajar.

Kemampuan *self-regulated learning* penting dikarenakan mahasiswa dapat menilai tingkat pemahaman dirinya sendiri terhadap suatu materi pembelajaran serta usaha yang perlu dilakukan untuk mencapai hasil yang optimal (Sari, 2014). Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dipengaruhi oleh dua faktor umum meliputi faktor internal dan eksternal mahasiswa, diantara faktor internal yang dimaksud adalah efikasi diri, dan motivasi (Jagad & Khoirunnisa, 2018; Susilo, 2018). Sedangkan faktor eksternal yang mendukung terbentuknya regulasi belajar antara lain adalah; dukungan sosial dari pendidik (guru) dan keberfungsian keluarga (Tea dkk, 2020; Gunawan & Setianingrum, 2018).

Sementara itu Pranoto dkk (2018) mengatakan bahwa motivasi belajar mahasiswa mendukung proses pembelajaran jarak jauh dan regulasi diri yang baik akan membangkitkan motivasi diri untuk belajar dan meraih tujuan yang diharapkan, sebaliknya rendahnya regulasi diri pada akhirnya akan menurunkan motivasi pada diri sehingga mahasiswa menjadi kurang konsisten dalam meraih tujuan, dan cita-cita. Sadirman (2011) menyebutkan motivasi sebagai keseluruhan daya penggerak di dalam diri individu yang dapat menimbulkan, menjamin kelangsungan dan memberikan arahan dalam kegiatan belajar, sehingga individu yang belajar mampu mencapai tujuan yang diinginkan. Disamping itu, motivasi menjadi faktor kuat yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam belajar (Rohman dan Karimah, 2018; Indriani & Rasto, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan melibatkan mahasiswa/mahasiswa jurusan Pendidikan guru sekolah dasar (PGSD) di Universitas Terbuka UPBJJ Samarinda, diperoleh informasi bahwa selama melakukan pembelajaran jarak jauh terungkap bahwa masih ada mahasiswa yang belum memiliki kemampuan yang baik dalam hal *self regulated learning*. Hal tersebut berdampak pada dua hal yaitu mahasiswa kurang maksimal dalam menangkap materi, dan kurang maksimal ketika melakukan tutorial. Hal tersebut diperparah dengan adanya gangguan teknis yang sering terjadi saat tutorial berlangsung, yang pada akhirnya membuat mahasiswa merasa tidak semangat untuk melanjutkan kegiatan belajar. Dalam studi pendahuluan tersebut peneliti juga menemukan bahwa masih ada beberapa mahasiswa yang merasa malu jika harus bertanya kepada tutor terkait materi kuliah yang seharusnya mereka pelajari secara mandiri pada saat pembelajaran jarak jauh, sehingga berdampak pada kurangnya pemahaman terkait materi yang dipelajari, sehingga prestasi akademik mereka menjadi turun. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh motivasi belajar terhadap *self regulated learning* pada mahasiswa Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) yang belajar jarak jauh di Universitas Terbuka UPBJJ Samarinda.

2. Metode

Penelitian ini melibatkan 292 orang mahasiswa laki-laki dan perempuan, jurusan PGSD Universitas Terbuka Samarinda pada masa registrasi 2018, 2019 dan 2020. Sampel penelitian

ditetapkan menggunakan teknik *proportional random sampling*. Data penelitian dikumpulkan menggunakan dua jenis skala yaitu: skala *Assessing Academic Self Regulated Learning* yang dikembangkan oleh Wolters dkk (2003) yang digunakan untuk mengukur regulasi diri dalam belajar, dan *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* untuk mengukur motivasi belajar mahasiswa. Masing-masing skala diadaptasi sesuai kebutuhan penelitian yang terdiri atas 30 aitem valid dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,933. Selanjutnya motivasi belajar diukur menggunakan skala motivasi belajar disusun oleh Saputra (2020). Skala ini juga diadaptasi sesuai kebutuhan penelitian yang terdiri atas 16 aitem valid dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,795. Hal ini menunjukkan bahwa kedua alat ukur yang digunakan dalam penelitian dinyatakan *reliable* untuk mengukur kedua variabel penelitian.

Data penelitian selanjutnya dianalisis menggunakan teknik regresi linier sederhana. Menurut Sugiyono (2019) analisis regresi digunakan untuk melakukan prediksi, bagaimana perubahan nilai suatu variabel dependen bila nilai variabel independen dinaikan atau diturunkan nilainya (dimanipulasi). Sebelum analisis hipotesis dilakukan, terlebih dahulu dilakukan sejumlah uji prasyarat yang meliputi; normalitas data dan linieritas data penelitian. Pengolahan data dalam tahap analisis menggunakan *SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) for Windows 25.0*.

3. Hasil

Hasil perhitungan skor hipotetik dan empirik pada skala self regulasi dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini:

Tabel 1.
Kategorisasi Skala *Self Regulated Learning*

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
<87	34	12%	Rendah
87 – 110	203	69%	Sedang
>110	55	19%	Tinggi
Total	292	100%	

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebanyak 34 responden (12%) memiliki tingkat *self regulated learning* yang rendah. Kemudian, sebanyak 203 responden (69%) memiliki tingkat *self regulated learning* yang sedang dan sebanyak 55 responden (19%) memiliki tingkat *self regulated learning* yang tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa secara umum *tingkat self regulated learning* pada mahasiswa yang kuliah dengan pembelajaran jarak jauh jurusan PGSD Universitas Terbuka UPBJJ Samarinda tergolong sedang.

Tabel 2.
Kategorisasi Skala Motivasi Belajar.

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
<48	37	13%	Rendah
48 – 58	201	69%	Sedang
>58	54	18%	Tinggi
Total	292	100%	

Berdasarkan hasil analisis pada tabel 2 di atas, menunjukkan hasil bahwa sebanyak 37 responden (13%) memiliki tingkat motivasi belajar yang rendah. Kemudian, sebanyak 201 responden (69%) memiliki tingkat motivasi belajar yang sedang dan sebanyak 54 responden (18%) memiliki tingkat motivasi belajar yang tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi belajar pada mahasiswa yang kuliah dengan pembelajaran jarak jauh di jurusan PGSD Universitas Terbuka UPBJJ Samarinda tergolong sedang.

Hasil uji analisis prasyarat diketahui bahwa seluruh variabel penelitian memiliki sebaran data yang terdistribusi secara normal, dengan nilai p sebesar 0,200 ($p > 0,05$). Hasil uji linieritas pada kedua variabel memperoleh nilai sebesar 0,715 ($p > 0,05$). Hal ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang liner antara variabel motivasi belajar dan regulasi diri. Dengan demikian tahapan analisis parametrik menggunakan regresi linier sederhana dapat dilakukan. Hasil analisis untuk menguji hipotesis penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 3.
Hasil Uji Hipotesis

R	R-Square	Signifikansi
0,641	0,411	0,000

Hasil uji analisis hipotesis menggunakan regresi linier sederhana sebagaimana tertera pada tabel 3 di atas menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,641 yang berarti bahwa ada korelasi pada tingkat sedang antara motivasi dan regulasi diri mahasiswa. Sumbangan variabel motivasi terhadap regulasi diri ditunjukkan oleh nilai *r-square* sebesar 0,411 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti bahwa ada pengaruh motivasi terhadap regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa PGSD UPBJJ Samarinda (hipotesis diterima). Sumbangan efektif sebesar 41,1% dipengaruhi oleh motivasi belajar dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti: optimisme, pola asuh orang tua, dan termasuk metode mengajar yang

digunakan.

4. Diskusi

Hasil penelitian ini menguatkan teori yang selama ini telah berkembang di bidang pendidikan dan/atau bidang psikologi, bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan *self regulated learning* dalam belajar. Motivasi dalam diri mahasiswa menjadi determinan kuat yang terbukti telah mampu mempengaruhi upaya-upaya mahasiswa dalam belajar termasuk dalam melakukan regulasi diri. Faktor motivasi juga mampu menjadi modal penggerak yang pada akhirnya dapat mengantarkan mahasiswa dalam mengatur dan mengelola diri mereka dalam melakukan aktivitas belajar secara mandiri, baik pada saat belajar *online* maupun *offline*. Motivasi belajar yang tinggi akan meningkatkan *self regulated learning* mahasiswa dalam belajar, begitupun sebaliknya semakin baik kemampuan mahasiswa dalam *self regulated learning* tentu akan meningkatkan motivasi mereka dalam belajar dan berprestasi. Motivasi belajar mahasiswa memainkan peran penting dalam mencapai self-regulated learning karena motivasi belajar mendorong mahasiswa untuk belajar, bekerja keras, dan berprestasi dalam bidang akademik (Sartika, 2021).

Motivasi sebagai daya penggerak dalam aktivitas belajar mahasiswa menjadi faktor penting yang harus memperoleh perhatian khusus, terlebih bagi pembelajaran dengan sistem *online* yang diterapkan di lingkungan UPBJJ Samarinda. Menurut Harandi (Sartika, 2021) motivasi menjadi faktor kritis yang mempengaruhi proses belajar *online* seseorang. Hal ini sekaligus mengisyaratkan bahwa segala hal yang berhubungan dengan keberlangsungan pembelajaran jarak jauh (*online*) harus pula memperoleh perhatian yang serius dari seluruh pihak, karena ketidaktepatan dalam pengelolaan PJJ pada akhirnya akan berhubungan secara signifikan dengan motivasi dan prestasi belajar pada mahasiswa yang bersangkutan. Menurut Zimmermen (2002) komponen motivasi belajar secara konsisten dihubungkan dengan motivasi adaptif yang berorientasi pada tujuan pembelajaran, nilai tugas, dan efikasi diri, yang kesemuanya adalah bagian integral yang tidak terpisahkan dari kesuksesan dalam pembelajaran mandiri.

Ketidakmampuan dalam mengelola regulasi diri dalam belajar atau *self regulated learning* akan berdampak pada hal-hal negatif lain, seperti munculnya kejenuhan belajar, keletihan emosi, depersonalisasi dan menurunnya keyakinan akademik pada seseorang (Muna, 2013). Self regulasi dalam belajar terdiri atas tiga komponen, yaitu; komponen kognitif, motivasi, dan metakognitif. Komponen kognitif berhubungan dengan strategi yang digunakan oleh mahasiswa untuk menyelesaikan masalah dan bagaimana mereka memproses informasi secara lebih efektif dalam kegiatan belajar. Komponen motivasi berkaitan dengan pembuatan tujuan, keyakinan diri, dan ekspektasi terhadap hasil yang diharapkan oleh mahasiswa dalam belajar. Komponen motivasi akan sangat bermanfaat terutama pada saat mahasiswa dihadapkan dengan serangkaian tugas-tugas

sulit yang menuntut *effort* yang besar dan menantang. Sedangkan komponen metakognitif berhubungan dengan kemampuan mahasiswa dalam menetapkan tujuan dan sekaligus memantau kemajuan atas proses belajar yang telah mereka lakukan. Dapat dikatakan bahwa self regulasi dalam belajar merupakan suatu proses yang bersifat siklikal, dimana tingkatannya dapat berubah selama proses pembelajaran berlangsung, sehingga memerlukan pengawasan tersendiri (Sari, 2014).

Self regulasi merupakan sebuah proses proaktif dalam diri mahasiswa. Untuk dapat memiliki kemampuan ini, mahasiswa terlebih dahulu harus menyadari perannya dan menetapkan tujuan secara lebih konkrit. Dalam hal ini mahasiswa harus mengatur dan mengelola pikiran, emosi dan perilaku serta lingkungan mereka untuk mencapai tujuan akademik yang telah ditetapkan. *Self regulated learning* atau regulasi diri dalam belajar dapat terjadi melalui tiga tahapan proses yang meliputi; tahap obsevasi diri, tahap penilaian diri, dan tahap reaksi diri. Kemampuan kognitif yang baik tanpa disertai dengan kemampuan meregulasi diri dalam belajar yang baik, pada akhirnya akan berdampak pada hasil yang kurang maksimal. Oleh sebab itu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam meregulasi proses belajarnya menjadi hal penting yang dapat menopang keberhasilan mahasiswa terutama dalam hal yang berhubungan dengan akademik.

Upaya meningkatkan prestasi belajar dapat dilakukan dengan berbagai alternatif, salah satunya adalah dengan meningkatkan kemampuan self regulasi belajar pada mahasiswa (Friskilia & Winata, 2018). Schunk dan Zimmerman (dalam Arjangga & Suprihatin, 2010) menyatakan bahwa pembelajaran mandiri berimplikasi terhadap kapasitas untuk meregulasi diri pada proses belajar mahasiswa, dan kaspasitas regulasi diri memiliki peran penting dalam kesuksesan pembelajaran di perguruan tinggi.

Pada konteks pelaksanaan pembelajaran jarak jauh di UPBJJ Samarinda jurusan PGSD diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi belajar dan regulasi belajar yang rendah. Kedua hal ini harus mendapatkan perhatian lebih dari penyelenggara karena keduanya berkorelasi secara kuat dengan hasil belajar mahasiswa. Masalah teknis yang ditemukan kerap menghambat proses belajar online juga harus disikapi dengan lebih serius agar mahasiswa yang sedang melakukan pembelajaran atau tutorial tidak mengalami demotivasi. Problem demotivasi pada mahasiswa pada akhirnya akan mempengaruhi bagaimana self regulasi mereka dalam belajar.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self regulated learning* dalam belajar pada mahasiswa adalah dengan melatih kemampuan mereka untuk melakukan *problem solving* melalui konseling kelompok (Kharisma & Astuti, 2019). *Problem solving* adalah sebuah metode yang dapat diterapkan kepada siapa saja, mulai dari usia anak, remaja, hingga dewasa. Menurut Eskin (2013) *problem solving* adalah keterampilan perilaku kognitif yang diarahkan pada tujuan dan kemampuan pemecahan masalah tanpa keraguan untuk mengatasi masalah.

Konsep kemandirian dalam belajar juga berhubungan dengan kemampuan untuk bertahan

saat mengalami kesulitan dalam belajar, manajemen sumber daya diri, waktu dan informasi merupakan konsep belajar berdasarkan regulasi diri (Arjangga & Setiowati, 2013). Kemampuan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa juga dapat ditingkatkan dengan melalui metode pembelajaran yang bersifat kooperatif. Melalui metode belajar tersebut, mahasiswa dapat berkesempatan untuk lebih banyak berkomunikasi dan bekerjasama secara maksimal dengan sesama mahasiswa ataupun dosen. Salah satu metode kooperatif dalam pembelajaran adalah metode jigsaw. Dengan metode ini mahasiswa dapat bekerjasama dengan kelompok sebayanya untuk mencapai tujuan-tujuan personalnya. Menurut Aranson (2002) penerapan metode jigsaw dalam kelas memungkinkan siswa untuk mengambil bagian pada bagian-bagian tertentu pada keseluruhan materi dan masing-masing siswa memiliki tanggung jawab menguasai bagiannya agar pada akhirnya memperoleh pemahaman yang komprehensif dalam kelompok. Hal ini tentu sejalan dengan konsep regulasi diri dalam belajar, sehingga pada akhirnya mampu meningkatkan prestasi akademik mahasiswa (Fasikhah & Fatimah, 2013).

Pada penelitian yang berbeda juga disebutkan bahwa self regulasi dalam belajar dapat ditingkatkan dengan metode tutor teman sebaya (Arjangga & Suprihatin, 2010). Pembelajaran dengan metode tutor sebaya memberikan kebebasan kepada siswa yang menjadi tutor untuk mengembangkan metode dalam menjelaskan materi kepada teman-temannya. Namun demikian, mereka juga diberi tanggung jawab oleh dosen agar bisa menjelaskan materi pelajaran pada teman (*tutee*) yang masih belum paham, sehingga dalam pelaksanaannya tutor bisa lebih leluasa dalam menyampaikan materi sesuai dengan keinginan *tutee*. Kondisi pembelajaran yang difasilitasi oleh teman sebaya yang akrab akan membuat *tutee* mengikuti kegiatan pembelajaran lebih efektif, karena mahasiswa akan lebih leluasa untuk mengatur waktu pembelajaran, tujuan-tujuan belajar dan target penguasaan materi yang diharapkan. Kondisi ini tentu akan sangat cocok jika diterapkan dalam pembelajaran jarak jauh yang dikelola oleh UPBJJ Samarinda. Interaksi antar mahasiswa dalam konteks pembelajaran dengan tujuan mencapai pemahaman dan prestasi akademik yang baik tentu akan menjadi lebih baik jika disertai dengan adanya interaksi yang intents antar pihak-pihak yang terlibat (dosen-mahasiswa, mahasiswa-mahasiswa).

5. Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada motivasi belajar terhadap *self regulated learning* belajar pada mahasiswa jurusan PGSD UPBJJ Samarinda. Semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa maka akan semakin tinggi pula kemampuan mahasiswa dalam melakukan *self regulated learning*. Hal ini akan memiliki manfaat positif terutama pada mahasiswa UT UPBJJ samarinda yang secara umum mengikuti pembelajaran dengan program jarak jauh atau *online*. Pembelajaran jarak jauh menuntut kemandirian yang tinggi pada diri mahasiswa, untuk itu secara umum harus ada upaya untuk meningkatkan kemampuan

mahasiswa dalam melakukan regulasi diri dalam belajar dari pihak pengelola.

Kemampuan *self regulated learning* yang baik pada mahasiswa perlu ditingkatkan baik oleh mahasiswa sendiri maupun atas bantuan pihak pengelola. Salah satu hal yang bisa dilakukan adalah dengan cara menggunakan atau memaksimalkan metode belajar. Metode belajar dengan pendekatan kooperatif seperti jigsaw learning dapat menjadi solusi yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran ataupun tutorial. Di lain pihak, konsep tutor teman sebaya dari sesama mahasiswa yang memiliki kemampuan lebih baik juga dapat dimanfaatkan, agar proses transfer belajar dapat berjalan secara maksimal. Komunikasi dan kerjasama yang terbangun antar mahasiswa, dan dosen (tutor) dapat menjadi sarana dalam meningkatkan motivasi belajar dan prestasi akademik mahasiswa. Di lain itu, kemampuan mahasiswa dalam melakukan regulasi diri menjadi poin penting karena terbukti telah mampu meningkatkan kemandirian dalam belajar (Yasdar & Mulyadi, 2018). Kemandirian dalam belajar menjadi hal penting untuk dilakukan oleh mahasiswa, agar proses dan upaya pengembangan diri di perguruan tinggi dapat berjalan secara maksimal dan menjadi sarana kesuksesan di masa yang akan datang.

Daftar Pustaka

- Arjanggi, R., & Suprihatin, T. (2010). Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasar Regulasi-Diri. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 14(2), 91-97. <https://10.7454/mssh.v14i2.666>
- Arjanggi, R., & Setiowati, E.A. (2013). Meningkatkan Belajar Berdasarkan Regulasi Diri Melalui Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Makara Seri Sosial Humaniora*. 17(1), 55-63. DOI: <http://10.7454/mssh.v17i1.1801>
- Cuthell, J. P. (2017). *Virtual learning: The impact of ICT on the way young people work and learn*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315202907>
- Darmayanti, T., Setiani, M. Y., & Oetojo, B. (2007). E-learning pada pendidikan jarak jauh: konsep yang mengubah metode pembelajaran di perguruan tinggi di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*, 8(2), 99-113.
- Eskin, M. (2013). *Problem Solving Therapy in the Clinical Practice*. London: Elsevier Inc. <https://books.google.co.id/books?id=DehwhvB3-IC&dq=Problem+Solving+Therapy+in+the+Clinical+Practice&hl=id&lr=>
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*, 1(1), 145-155. <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i1.1364>

-
- Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi Diri (Pengaturan Diri) sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(1), 36-43.
- Gani, A. (2018). e-Learning sebagai peran teknologi informasi dalam modernisasi pendidikan. *Jurnal Sistem Informasi*, 1-19, 3(1).
- Gunawan, B., & Setianingrum, M. (2018). Hubungan antara Keberfungsian Keluarga dengan Self-Regulated Learning Pada Siswa yang Tinggal di Asrama. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 161-176, 7(2).
- Harahap, A. C., & Harahap, S. R. (2020). Covid-19: Self Regulated Learning Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 36-42.
- Jagad, H., & Khoirunnisa, R. (2018). Hubungan antara efikasi diri dengan self regulated learning pada siswa SMPN X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1-6.
- Kharisma, V.G., & Astuti, B. (2019). Efektivitas Metode Problem Solving Melalui Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Self Regulasi Diri Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 5(1), 20-25.
- Muis, I. (2014). Potensi Pasar Pendidikan Tinggi Jarak Jauh untuk Para Buruh pada Kawasan Industri Di Bekasi Jawa Barat Indonesia. *Jurnal Administrasi Kantor*, 2(2),
- Muna, N.R. (2013). Efektivitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon. *Holistik*, 14(2), 58-78.
- Indriani, R., & Rasto. (2019). Motivasi Belajar sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4(1), 81-86.
- Nurcita, B., & Susantiningsih, T. (2020). Dampak pembelajaran jarak jauh dan physical distancing pada tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. *Journal of Borneo Holistic Health*, 58-68, 3(1).
- Pangondian, R. A., Santosa, P. I., & Nugroho, E. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesuksesan pembelajaran daring dalam Revolusi Industri 4.0. *Sainteks*, 56-90.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2012 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Jarak Jauh pada Pendidikan Tinggi
- Pranoto, H., Atienka, N., Fajarwati, R., & Septora, R. (2018). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Regulation untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, 87-112, 2(1).
- Prawiyogi, A.G., Purwanugraha, A., Fakhry, G., & Firmansyah, M. (2020). Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Pembelajaran Siswa Di SDIT-Cendekia Purwakarta. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 94-101.
doi.org/10.21009/JPD.011.10
-

-
- Rahmatan, H., Ali S, M., & Hidayati, C. (2018). Hubungan Antara Penggunaan Jurnal Belajar Dengan Self Regulated Learning Mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi FKIP Unsia Banda ACEH Pada Matakuliah Zoologi Invertebrata. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Biologi*.
- Rohman, A. A., & Karimah, S. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Motivasi Belajar Siswa Kelas XI. *Jurnal At-Taqaddum*, 95-108, 10(1).
- Sadirman, A. M. (2011). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Saputra, Y. N. (2020). Hubungan spiritualitas dan motivasi belajar mahasiswa Teologi. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* , 1-17, 6(1).
- Sari, D.P. (2014). Mengembangkan Kemampuan *Self Regulation*: Ranah Kognitif, Motivasi dan Metakognitif. *Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 3(2), 28-38.
- Sartika, S.H. (2021). Motivasi Belajar dan Regulasi Diri Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 260-271.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Susilo, R. (2018). *Hubungan antara Motivasi belajar dengan Self Regulated Learning pada Siswa Kelas X, XI, dan XII SMAN 6 Tambun Selatan*. Jakarta: Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
- Tea, T., Anakaka, D., & Amseke, F. (2020). Dukungan sosial guru dan self regulated learning siswa. *Journal of Health and Behavioral Science* , 60-79, 2(2).
- Trisnawati, A. (2018). Self Regulated Learning mahasiswa pada pembelajaran kooperatif stad dipadu dengan blended learning dalam matakuliah kimia analisis instrumentasi. *Jurnal Pijar Mipa*, 6-12, 13(1).
- Wolters, C., Pintrich, P., & Karabenicik, S. (2003). Assessing Academic Self-regulated Learning. *Conference on Indicators of Positive Development*, ChildTrends, National Institutes of Health .
- Yasdar, M., & Mulyadi. (2018). Penerapan Teknik Regulasi Diri (Self Regulation) untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Jurnal Edumaspul-Jurnal Pendidikan*. 2(2), 50-60.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2