

SELF REGULATED LEARNING PADA IMPLEMENTASI BELAJAR DARI RUMAH

Irwan Febryan
Universitas TriatmaMulya
Irwan_febryan@yahoo.com

Abstrak

Tujuan penulisan artikel ini untuk mengetahui: (1) faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*; (2) peran *self-regulated learning* dalam pembelajaran dari rumah (BDR); (3) hubungan pembelajaran daring dan *self-regulated learning*. Metode penelitian yang digunakan dalam penulisan makalah ini adalah metode *Systematic Review* yaitu metode penelitian yang menyajikan data secara komprehensif dan berimbang dengan merangkum hasil-hasil penelitian yang telah ada. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) faktor internal dan perilaku lebih berpengaruh terhadap kemampuan *self-regulated learning* dibandingkan *lingkungan belajar*; (2) peran *self-regulated learning* pada pembelajaran BDR adalah meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengelola diri dalam belajar sehingga meningkatkan capaian pembelajarannya; (3) Pemilihan model/pendekatan pembelajaran daring berpengaruh terhadap kemampuan *self-regulated learning* peserta didik dan implementasi *self-regulated learning* pada pembelajaran daring juga mampu meningkatkan hasil dari proses pembelajaran yang lebih efektif.

Kata-kata Kunci: *self-regulated learning, BDR*

Abstract

The purpose of writing this article is to find out: (1) factors that affect self-regulated learning; (2) the role of self-regulated learning in learning from home (LFH); (3) the relationship between online learning and self-regulated learning. The research method used in writing this paper is the Systematic Review method, which is a research method that presents data in a comprehensive and balanced manner by summarizing the results of existing research. The results showed that: (1) internal and behavioral factors had more influence on the ability of self-regulated learning than the learning environment; (2) the role of self-regulated learning in LFH learning is to increase the ability of students to manage themselves in learning to increase their learning achievement; (3) The selection of online learning models/approaches affects students' self-regulated learning abilities and the implementation of self-regulated learning in online learning is also able to improve the results of a more effective learning process.

Keywords: *self-regulated learning, LFH*

PENDAHULUAN

Belajar dari rumah (BDR) adalah sebuah kebijakan yang diambil pemerintah melalui Surat

Edaran Nomor 15 Tahun 2020 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus

Disease (COVID-19). BDR mengakselerasi pergeseran proses pembelajaran dari pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran tatap layar (Indrawan, I P.O., Suwardika, G., Jaya, A.A.G.A. & I K.W.B. Wijaya, 2020). Kebijakan tersebut juga dinyatakan mendukung literasi di Era Revolusi 4.0 khususnya literasi data dan literasi teknologi. BDR menuntut peserta didik untuk mampu mengelola sumber belajar dan proses belajar sebagai bagian dari *self-regulated learning*. *Self-regulated learning* tentunya akan membuat peserta didik lebih mampu beradaptasi dalam pembelajaran BDR yang cenderung adalah daring sinkron, asinkron, integrasi keduanya, atau *blended learning*.

Self-regulated learning adalah kemampuan pembelajar secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar. *Self-regulated learning* perlu dimiliki oleh peserta didik supaya mampu mendapatkan prestasi belajar yang lebih optimal. *Self-regulated learning* perlu dikembangkan sebagai keterampilan peserta didik karena berkontribusi signifikan pada hasil belajar (Broadbent, J., & Poon, W. L., 2015). *Self-regulated learning* juga dikenal sebagai kemandirian belajar peserta didik. Tentu saja *self-regulated learning* memiliki peran penting saat BDR khususnya pada pembelajaran daring asinkron. *Self-regulated learning* merupakan suatu proses belajar mengatur diri dalam gagasan, mengubah kebiasaan, perhatian, dan tindakan yang dapat

dilakukan untuk membantu mempertahankan dan meningkatkan hasil belajar (Sutikno, 2016). Perlu dilakukan pengkajian lebih lanjut tentang berbagai faktor yang *self-regulated learning*, peran dan hubungannya dengan pembelajaran daring.

Berdasarkan latar belakang penelitian ini dilakukan untuk mengetahui: (1) Faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*; (2) Peran *self-regulated learning* dalam pembelajaran dari rumah (BDR); (3) Hubungan pembelajaran daring dan *self-regulated learning*.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penulisan makalah ini adalah metode *Systematic Review* yaitu metode penelitian yang menyajikan data secara komprehensif dan berimbang dengan merangkum hasil-hasil penelitian yang telah ada (Siswanto, 2010). Langkah-langkah penelitian yang dilakukan diadaptasi dari Perry & Hammond, (2002): (1) dilakukan identifikasi masalah; (2) ditetapkan lokasi basis data yaitu *Google Scholar*; (3) dilakukan seleksi hasil dan pemilihan penelitian yang relevan dengan menggunakan kata kunci: "*self-regulated learning* jurnal" dipersempit pencarian tahun 2020-2021 kemudian dipilih artikel jurnal yang hanya mendukung tujuan penelitian; (4) data diekstraksi dari studi individu dihubungkan antara *self-regulated learning* saat BDR Pandemi COVID19; (5) dinarasikan hasil sintesis data tersebut; dan (6)

disajikan hasil penelitian berupa artikel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Faktor yang mempengaruhi *Self regulated learning*

Self regulated learning dipengaruhi oleh tiga hal yaitu faktor internal, perilaku, dan lingkungan belajar (Zimmerman B. J., 1989). Lebih lanjut dinyatakan bahwa pengaruh internal adalah pengetahuan peserta didik itu sendiri yang dapat diklasifikasikan menjadi tiga yaitu: (a) pengetahuan deklaratif (*declarativeknowledge*), (b) pengetahuan prosedural (*proceduralknowledge*), serta (c) pengetahuan kondisional. Selanjutnya Bandura menyatakan faktor perilaku peserta didik meliputi kemampuan observasi diri, kemampuan penilaian diri, dan kemampuan reaksi diri terhadap hasil evaluasi yang dilakukan (Sutikno, 2016). Faktor lingkungan yang menyenangkan, memberi kebebasan, dan nyaman berpengaruh positif terhadap *Selfregulated learning* (Sutikno, 2016).

Penelitian pada pembelajaran daring saat BDR meneliti tentang pengaruh jenis kelamin terhadap *Selfregulatedlearning*. Wijaya *et. al.* menemukan bahwa peserta didik perempuan yang mengatur diri sendiri lebih baik daripada peserta didik laki-laki dalam belajar pada pembelajaran dari pada pandemi COVID-19 (Wijaya, T.T., Ying, Z. & Lin Suan, 2020). Hal ini disebabkan kemampuan multitasking yang

dimiliki peserta didik perempuan mendorongnya lebih efektif dalam mengatur waktu belajar dan menyelesaikan tugas.

Temuan tersebut diperkuat oleh Susilowati *et. al.* yang menunjukkan bahwa faktor internal peserta didik lebih berpengaruh terhadap *Self regulated learning* dibandingkan pengaturan lingkungan (Susilowati, N., Lestari, S., Yuniarsih, & D.H. Maharani, 2020). Temuannya menunjukkan peserta didik yang tinggal di pondok pesantren memiliki *Sel fregulated learning* lebih rendah dibandingkan yang tinggal di rumah. Temuan ini membuktikan bahwa peserta didik tingkat *self-regulatedlearning* peserta didik disebabkan oleh kebiasaan belajar yang teratur baik dan motivasi intrinsik. Pendidik sangat perlu memberikan pentingnya cara belajar secara mandiri dan manajemen waktu belajar, agar peserta didik termotivasi dan memiliki tingkat *self-regulatedlearning* yang tinggi.

Peran *Self-regulated learning* dalam pembelajaran dari rumah (BDR)

Self regulated learning merupakan kegiatan peserta didik dalam menetapkan target belajar, mengarahkan proses belajar, mengawasi ketercapaiannya dan mengatur kognisi mereka dalam keseluruhan proses belajar (Zimmerman B. J., 2002). *Self regulated learning* lebih pada kemampuan peserta didik dalam mengatur dirinya secara mandiri dalam menentukan tujuan belajar,

merencanakan cara belajar, melaksanakan proses belajar mandiri dan mengontrol/mengevaluasi ketercapaian pembelajarannya. Pada pembelajaran daring yang diselenggarakan saat belajar dari rumah sangat tergantung pada kemandirian peserta didik dalam mengatur diri untuk memenuhi jadwal pembelajaran, memenuhi tugas-tugas, dan mengerjakan penilaian-penilaian yang diberikan oleh pendidik. *Self regulated learning* sering juga disebut kemandirian belajar.

Firdaus dalam penelitiannya menemukan bahwa kemandirian belajar dapat digunakan sebagai bagian indikator pencapaian *High Order Thinkking (HOT)* pada pembelajaran daring (Hodiyanto, H. & M. Firdaus, 2020). Hal tersebut diperkuat oleh Hudaifah yang menemukan *Self-regulated learning* berperan terhadap kemampuan pemecahan masalah, hasil belajar, kemampuan koneksi matematis, prokrastinasi akademik dan prestasi belajar (Hudaifah, 2020). *Self regulated learning* menjadikan peserta didik memahami pengetahuan yang wajib mereka pelajari dan keterampilan yang wajib mereka kembangkan. *Self regulated learning* mendorong peserta didik untuk belajar sepanjang hayat dan mengembangkan keterampilan sesuai kebutuhannya. Peserta didik yang memiliki *Self regulated learning* yang lebih baik akan lebih mudah mengeksplorasi berbagai sumber belajar, menyerap pengetahuan, menata waktu belajar, dan

menambah keterampilan yang dimilikinya. Yuzarion *et.*

al. menemukan *self-regulated learning* 12,7% berpengaruh terhadap prestasi belajar (Yuzarion, Y., Agustiana, A.K., Alfaiz, Yandri, H., Musdizal, & R. Aulia, 2020). Oleh sebab itu disarankan guru untuk memberikan dan mengembangkan keterampilan *Self regulated learning* peserta didik. *Self regulated learning* mengarahkan maha peserta didik untuk belajarmandiri secara aktif dan memberikan motivasi dalam berkompetisi secara positif sehingga memperbaiki hasil capaian pembelajaran (Fitriatien, S.R, & N. Mutianingsih, 2020). Lestari *et. al.* menyatakan *self-regulated learning* berkontribusi positif terhadap pemahaman matematis peserta didik dimana perlu implementasi strategi *self-regulated learning* dalam pembelajaran untuk meningkatkan pemahaman matematis peserta didik. (Lestari, W.D., Aisah, L.S. & L. Nurafifah, 2020). Hal ini relevan dengan temuan Zahro dan Surjanti yang menemukan bahwa *self-regulated learning* berkorelasi positif signifikan dengan hasil belajar peserta didik dalam aktivitas belajar daring di era Covid-19 (Zahro, M. & J. Surjanti, 2021; Handayani, S., & N.M. Sholikhah, 2021). Selain itu, *self-regulated learning* dan *self efficacy* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar saat pembelajaran daring (Handayani, S., & N.M. Sholikhah, 2021). Zakian dan Fajriadi menyatakan penerapan *self-regulated learning* dapat mengembangkan kemampuan

berpikir kreatif dan *self-regulated learning* peserta didik dengan hasil yang memuaskan (Zakiah, N.E. & D. Fajriadi, 2020). Perbedaan kemampuan *self-regulated learning* pada peserta didik berpengaruh terhadap hasil belajar, semakin tinggi kemampuan *self-regulated learning* maka semakin tinggi hasil belajar yang dicapai.

Kemampuan *self-regulated learning* pada peserta didik ditemukan berbeda-beda (Harahap, 2020). Hasil penelitian Harahap tentang kemampuan *self regulated learning* pada peserta didik yaitu 71,7% masuk kategori sedang, 17,5% kategori tinggi, dan 10,8% kategori rendah. Hal tersebut menunjukkan perlu dilakukan pengembangan *self regulated learning* khususnya bagi mahasiswa yang masuk kategori rendah karena *self regulated learning* berperan penting terhadap penyerapan pengetahuan dan pengembangan keterampilan peserta didik selama pembelajaran daring pada masa BDR. Artinya, untuk mengoptimalkan capaian pembelajaran baik pengetahuan maupun keterampilan peserta didik perlu dikenalkan dan dilatih *self-regulated learning* pada peserta didik agar mampu mengelola dirinya dalam belajar khususnya pada kondisi pembelajaran daring saat BDR.

Hubungan pembelajaran daring dan *self regulated learning*

Pengembangan *self-regulated learning* dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan dan model pembelajaran. Penelitian ini

menginformasikan *self-regulated learning* peserta didik pada pembelajaran *concrete pictorial abstract* (CPA) lebih baik secara signifikan dibandingkan dengan *self-regulated learning* peserta didik dengan pendekatan konvensional diamati pada keseluruhan peserta didik (Putri, E.H., Muqodas, Sasqia, A.S., Abdullah, A. & A. Yuliyanto, 2020). Atmojo *et. al.* menyatakan bahwa proses pembelajaran IPA dapat berlangsung secara online dengan menggunakan aplikasi Zoom, Google Classroom, e-learning UPY, dan grup WhatsApp. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa rata-rata skor *Self-Regulated Learning* adalah 74,59 (baik), rata-rata skor *Self-Awareness* adalah 75,75 (baik), dan rata-rata prestasi belajar adalah 74,59 (baik) (Atmojo, S. E., T. Muhtarom, & B. D. Lukitoaji, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa ada alternatif pendekatan/model pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan *self-regulated learning* peserta didik. Artinya, pilihan pendekatan/model pembelajaran dapat mempengaruhi pengembangan *self-regulated learning* peserta didik.

Interaksi *self-regulated learning* dengan metode pembelajaran terbukti mempengaruhi keterampilan peserta didik (Pionera, Mutiarani; Degeng, I N.S., Widiati, U., & P. Setyosari, 2020). Pionera *et. al.* menyatakan metode pembelajaran CIRC berbasis *self-regulated learning* direkomendasikan untuk meningkatkan keterampilan menulis peserta didik. Implementasi *self-*

regulated learning selama pandemi Covid-19 dilakukan secara daring melalui kegiatan: analisis kondisi pembelajaran, penentuan desain pembelajaran, penerapan strategi, dan evaluasi (Mustajab, Hasan, Baharun, Zakiyah & Fawa'iedah, 2020). Hal tersebut menunjukkan implementasi *self-regulated learning* pada proses pembelajaran mempengaruhi hasil dari proses pembelajaran tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh: (1) Faktor internal dan perilaku lebih berpengaruh terhadap kemampuan *self-regulated learning* dibandingkan *lingkungan belajar*; (2) *peran self-regulated learning pada pembelajaran BDR adalah meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengelola diri dalam belajar sehingga meningkatkan capaian pembelajarannya*; (3) Pemilihan model/pendekatan pembelajaran daring berpengaruh terhadap kemampuan *self-regulated learning* peserta didik dan implementasi *self-regulated learning* pada pembelajaran daring juga mampu meningkatkan hasil dari proses pembelajaran yang lebih efektif.

Disarankan untuk guru dan dosen untuk mengenalkan dan meningkatkan kemampuan *self-regulated learning* peserta didik untuk meningkatkan kemampuannya dalam mengikuti pembelajaran daring *khususnya meningkatkan faktor internal dan perilaku peserta didik sehingga lebih mampu mengelola*

diri dalam pembelajaran daring. Pemilihan jenis metode/model pembelajaran sangat penting untuk melatih *self-regulated learning* dan integrasi *self-regulated learning* dalam pembelajaran daring perlu ditingkatkan untuk membiasakan peserta didik belajar daring secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, S. E., T. Muhtarom, & B. D. Lukitoaji. (2020). The Level of Self-Regulated Learning and Self-Awareness in Science Learning in the Covid-19 Pandemic Era. *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia*, 9(4), 512-520. doi:<https://doi.org/10.15294/jpii.v9i4.25544>
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1-13.
- Fitriatien, S.R, & N. Mutianingsih. (2020). Peningkatan Kemampuan Belajar Mandiri pada Mata Kuliah Operasional Riset melalui Self Regulated Learning. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 9(1), 96-106. doi:<https://doi.org/10.31980/mosharafa.v9i1.631>
- Handayani, S., & N.M. Sholikhah. (2021). Pengaruh Antara Self Efficacy Dan Self Regulated Learning Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4).

- doi:<https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.553>
- Harahap, A. (2020). Covid 19: Self Regulated Learning Mahasiswa. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(1), 36-42. Diambil kembali dari <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/7646>
- Hodiyanto, H. & M. Firdaus. (2020). The Self Regulated Learning, Habit Of Mind, And Creativity As High Order Thinking Skills Predictors. *AKSIOMA: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 9(1), 21-30. doi:<https://doi.org/10.24127/ajpm.v9i1.2589>
- Hudaifah, F. (2020). The role of self regulated learning in the covid-19 pandemic era. *Biomatika : Jurnal ilmiah fakultas keguruan dan ilmu pendidikan*, 6(2). doi:<https://doi.org/10.35569/biormatika.v6i02.773>
- Indrawan, I P.O., Suwardika, G., Jaya, A.A.G.A. & I K.W.B. Wijaya. (2020). Integrasi Kearifan Lokal Dalam Pembelajaran Berbasis Teknologi. *Prosiding Webinar Nasional "Pengembangan Kompetensi Pendidik Mengimplementasikan Program Merdeka Belajar"* (hal. 61-68). Singaraja: UNDIKSHA Press.
- Lestari, W.D., Aisah, L.S. & L. Nurafifah. (2020). What is the relationship between self-regulated learning and students' mathematical understanding in online lectures during the covid19 pandemic? *Journal of Physics: Conference Series*. doi:[doi:doi:10.1088/1742-6596/1657/1/012065](https://doi.org/10.1088/1742-6596/1657/1/012065)
- Mustajab, Hasan, Baharun, Zakiyah & Fawa'iedah. (2020). Adapting to Teaching and Learning During Covid-19: A Case of Islamic School's Initiative of Self-regulated Learning. *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 241-264. Diambil kembali dari <http://digilib.iain-jember.ac.id/1339/>
- Pionera, Mutiarani; Degeng, I N.S., Widiati, U., & P. Setyosari. (2020). Instructional Methods and Self-Regulated Learning in Writing. *International Journal of Instruction*, 13(3), 43-60. doi:<https://doi.org/10.29333/iji.2020.1334a>
- Putri, E.H., Muqodas, Sasqia, A.S., Abdulloh, A. & A. Yuliyanto. (2020). Increasing self-regulated learning of elementary school students through the concrete-pictorial-abstract approach during the COVID-19 pandemic. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran*, 10(2), 187-202. doi:[Doi:Doi.org/10.25273/pe.v10i2.7534](https://doi.org/10.25273/pe.v10i2.7534)
- Siswanto. (2010). Systematic Review Sebagai Metode Penelitian Untuk Mensintesis Hasil-Hasil Penelitian (Sebuah Pengantar). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 13(4), 326–333.
- Susilowati, N., Lestari, S., Yuniarsih, & D.H. Maharani. (2020). Investigating Self-Regulated Learning Differences Based on Gender, Scholarship, and Student's Housing. *Jurnal*

- Pendidikan Ekonomi dan Bisnis FE UNJ*, 8(1), 25-33.
doi:doi.org/10.21009/JPEB.08.1.3
- Sutikno. (2016). Kontribusi Self Regulated Learning Dalam Pembelajaran. *DEWANTARA, VOLUME 2 NOMOR 2, SEPTEMBER 2016*, 2(2), 188-203.
- Wijaya, T.T., Ying, Z. & Lin Suan. (2020). Gender and Self Regulated Learning During COVID-19 Pandemic in Indonesia. *Jurnal Basicedu*, 4(3), 725-732.
doi:https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.422
- Yuzarion, Y., Agustiana, A.K., Alfaiz, Yandri, H., Musdizal, & R. Aulia. (2020). Learning achievement reviewed from self regulated learning, future orientation, and parental support. *The International Journal of Counseling and Education*, 5(2), 71-80.
doi:https://doi.org/10.23916/020200526820
- Zahro, M. & J. Surjanti. (2021). Pengaruh Self Regulated Learning dan Self Efficacy Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Peserta Didik dalam Pembelajaran Daring di Era Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan (Research & Learning in Education)*, 3(4), 1470-1479.
doi:https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.560
- Zakiah, N.E. & D. Fajriadi. (2020). Hybrid-PjBL: Creative thinking skills and self-regulated learning of pre-service teachers. *International Conference on Mathematics and Science Education 2019 (ICMScE 2019)*. IOP Publishing. Diambil kembali dari <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1742-6596/1521/3/032072/pdf>
- Zimmerman, B. J. (1989). Social Cognitive View of Self Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 3, 329-339.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming A Self Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*. 4(2), 64-72.