

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TEMAN SEBAYA DENGAN *SELF REGULATED LEARNING*
MAHASISWA UNIVERSITAS POTENSI UTAMA MEDAN**

TESIS

Oleh

**OKTARIANI
151804013**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2017**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 14/2/20

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)14/2/20

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL
TEMAN SEBAYA DENGAN *SELF REGULATED LEARNING*
MAHASISWA UNIVERSITAS POTENSI UTAMA MEDAN**

TESIS

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi dalam
Program Studi Magister Psikologi Pada Program Pascasarjana
Universitas Medan Area**

Oleh

**OKTARIANI
151804013**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2017**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 14/2/20

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)14/2/20

UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya
Dengan *Self Regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi
Utama Medan
Nama : Oktariani
NIM : 151804013

Menyetujui

Pembimbing I

Prof. Dr. Abdul Munir, M. Pd

Pembimbing II

Azhar Aziz, S. Psi., M. A

Ketua Program Studi
Magister Psikologi

Prof. Dr. Sri Millyetty, M S. Kon

Direktur

Prof. Dr. Irs Hj. Retna Astuti K., MS

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 14/2/20

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)14/2/20

UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis Ini Dipertahankan di Depan Panitia Penguji Tesis

Program Pascasarjana Magister Psikologi



Pada Hari : Selasa
Tanggal : 29 Agustus 2017
Tempat : Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area

PANITIA PENGUJI :

Ketua : Prof. Dr. Asih Menanti., S.Psi., M.Si
Sekretaris : Cut Meutia., S.Psi., M.Psi
Pembimbing I : Prof. Dr. Abdul Munir., M.Pd
Pembimbing II : Azhar Aziz., S. Psi., MA
Penguji Tamu : Prof. Dr. Lahmuddin Lubis., M.Ed

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 14/2/20

Access From (repository.uma.ac.id)14/2/20

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan, Juli 2017



Oktariani

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

OKTARIANI, S. Psi

Dosen, Terapis Anak Berkebutuhan Khusus

Perumahan Marelان Minimalis Residence Blok B6 Terjun - Marelان

082368845050

oktariani1610@gmail.com

Pendidikan

- SMA Dharmawangsa – Medan, 1994 – 1997
- Sarjana Psikologi, Universitas Persada Indonesia YAI – Jakarta, 1998 – 2003
- Magister Psikologi, Universitas Medan Area – Medan, 2015 – 2017

Keahlian

- Menguasai teknik Applied Behavioral Analysis (ABA)
- Menguasai teknik Terapi Okupasi atau OT
- Menguasai teknik Terapi Wicara

Pengalaman Kerja

- Sanggar Kreatifitas Bobo, Jakarta, 2003
- Home Terapis, 2003 - 2006
- Caroline Officer, PT. Infomedia, Medan, 2008
- Terapis, KidCare, Medan, 2011 – Sekarang
- Dosen Psikologi Universitas Potensi Utama, 2016 - Sekarang

PERSEMBAHAN :

*Kupersembahkan karya sederhana ini
untuk Suami dan Anak - anak*



KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis sanjungkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis yang berjudul ” **HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *SELF REGULATED LEARNING* MAHASISWA UNIVERSITAS POTENSI UTAMA MEDAN** “. Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada Prof. Dr. Abdul Munir, M. Pd, selaku Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan banyak arahan dari awal bimbingan hingga selesainya penulisan tesis ini dan kepada Azhar Aziz, S. Psi., M.A, selaku Pembimbing II yang menyempatkan waktu memandu penulisan tesis ini dengan penuh semangat dan juga memberikan arahan dari awal bimbingan hingga selesainya penulisan tesis ini

Penulis menyadari bahwa Tesis ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan yang konstruktif, dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan bobot dari Tesis ini. Semoga Tesis ini dapat bermanfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi stakeholder dan pemerintah.

Medan, Juli 2017

Oktariani

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur Penulis sanjungkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul **”HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *SELF REGULATED LEARNING* MAHASISWA UNIVERSITAS POTENSI UTAMA MEDAN “.**

Dalam proses penulisan tesis ini, penulis telah banyak mendapat sumbangan pemikiran, bimbingan serta bantuan baik secara moril ataupun materil dari berbagai pihak. Oleh sebab itu maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr.Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS, selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Medan Area.
2. Ibu Prof. Dr. Sri Milfayetty, M S. Kon selaku ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area.
3. Prof. Dr. Abdul Munir, M. Pd, selaku Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan banyak arahan dari awal bimbingan hingga selesainya penulisan tesis ini.
4. Azhar Aziz, S. Psi., M. A, selaku Pembimbing II yang menyempatkan waktu memandu penulisan tesis ini dengan penuh semangat dan juga memberikan arahan dari awal bimbingan hingga selesainya penulisan tesis ini
5. Segenap Unsur Yayasan Potensi Utama Medan, yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini dalam bentuk moril dan materil.
6. Pihak Rektorat Universitas Potensi Utama dan Para Staff, yang telah banyak membantu penulis.
7. Orangtua yang selalu memberi doa dan restu, Evri Ekadiansyah, M. Kom dan anak – anak tersayang (Alm. Danish Hafizh Ilmi, Afza Batrisya dan Zafran Syafiq) untuk segala motivasi dan dukungannya yang tiada henti – hentinya selama penyelesaian tesis ini.

8. Seluruh staff pengajar Magister Psikologi Universitas Medan Area yang telah membantu peneliti baik selama masa kuliah maupun dalam penyelesaian tesis ini.
9. Buat teman-temanku: Dhinny, Evi, Fela dll, yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan terima kasih atas semua dukungan dan masukkannya selama ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis sehingga tesis ini dapat diselesaikan.

Akhirnya penulis hanya dapat memanjatkan doa, semoga Allah SWT berkenan melimpahkan rahmat dan karunia-Nya agar tesis ini bermanfaat bagi kita semua.

Medan, Juli 2017

Oktariani

ABSTRAK

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN *SELF REGULATED LEARNING* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS POTENSI UTAMA MEDAN

Penelitian ini bertujuan melihat hubungan antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa universitas potensi utama. Dimana yang menjadi subjek penelitian adalah mahasiswa Universitas Potensi Utama dengan sampel sebanyak 131 mahasiswa. Dengan pengambilan sampel melalui teknik simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala Likert yang terdiri dari tiga skala yaitu skala *Self Efficacy*, skala Dukungan sosial teman sebaya dan skala *Self Regulated Learning*. Metode analisa data yang digunakan adalah Analisis Regresi berganda. Diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* mahasiswa Universitas Potensi Utama. Dengan nilai $F= 9,511$ dan nilai $p = 0,000$. *Self Efficacy* memberikan kontribusi terhadap *Self Regulated Learning* sebesar 9,3%. Dukungan sosial teman sebaya memberikan kontribusi terhadap *Self Regulated Learning* sebanyak 7,3%. *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya terhadap *Self Regulated Learning* sebanyak 12,9% hal ini berarti masih terdapat 87,1% faktor lain yang dapat mempengaruhi *Self Regulated Learning*. Dari hasil tersebut maka diharapkan untuk Pihak Universitas Potensi Utama Medan untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam halmengelola *Self Efficacy* ke arah yang lebih baik, membangun suasana kondusif yang mengarah pada dukungan sosial teman sebaya, dan menciptakan kondisi pembelajaran yang mengarahkan mahasiswa belajar mandiri.

Kata Kunci : *Self Efficacy*, Dukungan Sosial Teman Sebaya, *Self Regulated Learning*

ABSTRACT

EFFICACY SELF RELATIONSHIPS AND PEER FRIENDS SOCIAL SUPPORT WITH SELF REGULATED LEARNING ON STUDENTS IN POTENSI UTAMA UNIVERSITY MEDAN

This study aims to examine the relationship between Self Efficacy and Peer Friends Social Support with Self Regulated Learning on students in Potensi Utama University. Where the subject of research is a student of Potensi Utama University with a sample of 131 students. By taking samples through simple random sampling technique. Data collection is done by using Likert scale which consists of three scale that is Self Efficacy scale, Peer Friends Social Support scale and Self Regulated Learning scale. Data analysis method used is Multiple Regression Analysis. The results obtained that there is a significant positive relationship between Self Efficacy and Peer Friends Social Support with Self Regulated Learning students of Potensi Utama University. With the value of $F = 9.511$ and the value $p = 0.000$. Self Efficacy contributes to Self Regulated Learning of 9.3%. Peer Friends Social Support contributes to Self Regulated Learning of 7.3%. Self Efficacy and Peer Friends Social Support to Self Regulated Learning as much as 12.9% this means there are still 87.1% other factors that can affect Self Regulated Learning. From these results it is expected for the Potensi Utama University Medan to improve students' skills in managing Self Efficacy to a better direction, build a conducive atmosphere that leads to peer social support, and create learning conditions that lead students to learn independently.

Keywords: Self Efficacy, Peer Friends Social Support, Self Regulated Learning

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	viii
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	15
1.3. Rumusan Penelitian	15
1.4. Tujuan Penelitian.....	16
1.5. Manfaat Penelitian.....	16
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. <i>Self Regulated Learning</i>	17
2.1.1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i>	17
2.1.2. Aspek <i>Self Regulated Learning</i>	20
2.1.3 Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	22
2.1.4. Faktor – Faktor yang mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i>	25

2.1.5. Karakteristik <i>Self Regulated Learning</i>	28
2.2. <i>Self Efficacy (Self Efficacy)</i>	29
2.2.1. Pengertian <i>Self Efficacy</i>	29
2.2.2. Aspek – Aspek <i>Self Efficacy</i>	30
2.2.3. Proses <i>Self Efficacy</i>	31
2.2.4. Karakteristik Individu yang mempunyai <i>Self Efficacy</i> Tinggi dan Rendah	32
2.3. Dukungan Sosial Teman Sebaya	34
2.3.1. Defenisi Dukungan Sosial	34
2.3.2. Defenisi Teman Sebaya	35
2.3.3. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	36
2.3.4. Fungsi Dukungan Sosial Teman Sebaya	37
2.3.5. Karakteristik – karakteristik Hubungan Teman Sebaya.....	39
2.3.6. Status Teman Sebaya (Remaja Populer dan Remaja Yang Ditolak)	40
2.4. Mahasiswa	41
2.5. Kerangka Pemikiran	42
2.5.1. Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Self Regulated Learning</i>	41
2.5.2. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan <i>Self Regulated Learning</i>	44
2.5.3. Hubungan <i>Self Efficacy</i> dan Dukungan Sosial Dengan <i>Self Regulated Learning</i>	47
2.6. Kerangka Penelitian	50
2.7. Hipotesis	51

BAB III: METODE PENELITIAN

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	52
3.2. Identifikasi Variabel	52
3.3. Definisi Operasional	53

3.4. Populasi dan Sample.....	54
3.5. Teknik Pengambilan Sample.....	55
3.6. Metode Pengumpulan Data	55
3.7. Prosedur Penelitian	58
3.8. Teknik Analisis Data	60
3.8.1. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	60
3.8.2. Analisis Data.....	62

**BAB IV : PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL PENELITIAN
DAN PEMBAHASAN**

4.1 Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian	64
4.1.1 Orientasi Kanchah.....	64
4.1.2 Persiapan penelitian	65
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	72
4.3 Analisa Data dan Hasil Penelitian.....	73
4.3.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	73
4.3.2 Hasil Uji Hipotesis	76
4.3.3 Hasil Uji Deskriptif.....	81
4.3.4 Kategori Mean Empirik dan Mean Hipotetik.....	82
4.4 Pembahasan.....	83

BAB V : PENUTUP

5.1 Kesimpulan.....	95
5.2 Saran	96

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Aspek Dan Indikator <i>Self Efficacy</i>	56
Tabel 2 Bentuk dan Indikator Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	57
Tabel 3 Aspek dan Indikator <i>Self Regulated Learning</i>	58
Tabel 4 Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala <i>Self Efficacy</i> Sebelum Uji Coba	67
Tabel 5 Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba	67
Table 6 Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala <i>Self Regulated Learning</i> Sebelum Uji Coba	68
Table 7 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Self Efficacy</i> Setelah Uji Coba	70
Tabel 8 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Dukungan Sosial Teman sebaya Setelah Uji Coba	71
Tabel 9 Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala <i>Self Regulated Learning</i> Setelah Uji Coba.....	72
Tabel 10 Uji Normalitas.....	74
Tabel 11 Hasil Uji Linieritas.....	75
Tabel 12 Analisis Regresi Sederhana Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Self Regulated Learning</i>	77
Tabel 13 Analisis Regresi Sederhana Hubungan Tukungan Teman sebaya dengan <i>Self Regulated Learning</i>	77
Tabel 14 Nilai Koefisien Determinasi (R^2).....	78
Tabel 15 Analisis Regresi Secara Bersama – sama	79
Tabel 16 Penggolongan Kriteria Tiga Kategori.....	82
Tabel 17 Perbandingan Mean Empirik dan Mean Hipotetik	83

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Proses <i>Self Regulated Learning</i> (SRL).....	22
Gambar 2.2. Kerangka Pemikiran Hubungan <i>Self Efficacy</i> dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan <i>Self Regulated Learning</i>	51



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Skala Penelitian	101
Lampiran 2. Data Uji Coba	113
Lampiran 3. Data Hasil Penelitian	117
Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas	125
Lampiran 5. Hasil Analisis Data Penelitian	127



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Memasuki era teknologi dan globalisasi setiap individu dituntut untuk meningkatkan kemampuan dan mengembangkan potensinya, dengan tujuan agar dapat menjadi sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas serta mampu bersaing dalam dunia global. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menciptakan kondisi tersebut, salah satunya melalui jalur pendidikan.

Dunia pendidikan memegang peranan penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang unggul dan berkualitas di masa yang akan datang. Pendidikan sendiri dapat di tempuh melalui jalur pendidikan formal maupun informal. Salah satu tempat untuk mendapatkan pendidikan secara formal adalah perguruan tinggi, yaitu merupakan pendidikan lanjutan bagi peserta didik setelah selesai menempuh pendidikan menengah atau sederajat. Peserta didik yang menyelesaikan pendidikan di sekolah menengah kemudian melanjutkan ke perguruan tinggi bukan lagi dikenal dengan predikat siswa, melainkan mendapat predikat mahasiswa.

Dalam melewati setiap tahap perkembangan, individu akan menghadapi masa transisi. Masa transisi dalam tahap perkembangan terjadi ketika anak-anak berkembang menjadi remaja, kemudian berkembang lagi menjadi orang dewasa. Selain transisi dari tahap perkembangan, masa transisi individu juga terjadi di masa sekolahnya. Transisi sekolah adalah perpindahan siswa dari sekolah yang lama ke sekolah baru yang lebih tinggi tingkatannya. Mulai dari sekolah dasar

menuju sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, hingga menuju perguruan tinggi (Santrock, 2007). Transisi siswa dari Sekolah Menengah Atas (SMA) menuju Perguruan Tinggi merupakan masa transisi sekolah yang lebih kompleks dibandingkan masa transisi sekolah sebelumnya karena masa transisi siswa dari Sekolah Menengah atas (SMA) menuju Perguruan Tinggi seringkali mengakibatkan perubahan dan stres (Santrock, 2007).

Permasalahan yang timbul sebagai akibat dari masa transisi dari Sekolah Menengah Atas (SMA) menuju Perguruan Tinggi lebih banyak dialami oleh mahasiswa, terutama mahasiswa yang berada pada tahun pertama perkuliahan. Masalah yang seringkali dialami oleh mahasiswa tahun pertama adalah pergeseran posisi atau yang disebut dengan *top-dog phenomenon*, yaitu pergeseran posisi sebagai siswa senior di Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa baru di Perguruan Tinggi (Santrock, 2007).

Selain itu, perbedaan sifat pendidikan yang dilihat dari kurikulum, disiplin, hubungan antara dosen dengan mahasiswa penyesuaian dalam hubungan sosial, masalah ekonomi serta pemilihan bidang studi dan jurusan, perubahan gaya hidup, perubahan gaya belajar dari Sekolah Menengah Atas (SMA) ke Perguruan Tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai dan problem-problem akademik lainnya menjadi penyebab kesulitan mahasiswa dalam tahun pertama perkuliahannya (Santrock, 2003). Mahasiswa adalah status yang disandang oleh seseorang karena hubungannya dengan Perguruan Tinggi yang diharapkan dapat menjadi calon – calon intelektual.

Adapun proses pembelajaran yang ada di perguruan tinggi memiliki karakteristik berbeda dengan tingkatan jenjang pendidikan dibawahnya, salah satunya terletak pada sistem belajar. Proses pembelajaran di perguruan tinggi menerapkan sistem Satuan Kredit Semester (SKS) yang menuntut mahasiswa untuk dapat mengatur dan merencanakan beban kuliah yang akan dijalani di setiap semester. Adanya perbedaan antara proses pembelajaran di jenjang pendidikan menengah dan perguruan tinggi, akan memunculkan banyak tantangan dan masalah berbeda yang dialami oleh mahasiswa.

Masalah yang dihadapi mahasiswa dapat berupa masalah akademik dan masalah non akademik. Masalah akademik berkaitan dengan cara belajar, perencanaan belajar dan proses adaptasi terhadap aturan yang baru. Sedangkan masalah non akademik berkaitan dengan penyesuaian diri terhadap lingkungan kampus, kesukaran dalam mencari teman, pengembangan diri, dan masalah pribadi yang menyangkut masalah pergaulan, konflik dengan teman. Tuntutan belajar tersebut mengharuskan mahasiswa untuk dapat belajar secara mandiri, disiplin, mengatur waktu dan melaksanakan kegiatan belajar yang lebih terarah dan intensif. Sehingga memungkinkan mahasiswa untuk tampil produktif, kreatif dan inovatif.

Mahasiswa dituntut untuk dapat belajar mandiri dan tidak tergantung pada apa yang hanya diajarkan oleh dosen saja. Namun mahasiswa juga harus dapat mengerjakan berbagai tugas perkuliahan yang diberikan oleh dosen sesuai dengan waktu yang sudah ditentukan. Namun pada kenyataannya, banyak mahasiswa yang melakukan kegiatan belajar tanpa melakukan perencanaan, pemantauan,

pengontrolan dan evaluasi dalam belajarnya sendiri. Akibatnya, mereka lebih senang menunda-nunda dalam mengerjakan tugas (*procrastination*), mengerjakan tugas asal-asalan, mengumpulkan tugas kuliah tidak tepat waktu, belajar dengan sistem kebut semalam “SKS” dalam menghadapi *mid term test* maupun *final test*, dan sering datang terlambat mengikuti kuliah. Fenomena ini mengindikasikan bahwa, masih banyak mahasiswa belum memiliki kemampuan dan ketrampilan untuk meregulasi dirinya dalam belajar dengan baik, yang kemungkinan berpengaruh terhadap rendahnya prestasi akademik (IP) mereka. Seharusnya mahasiswa sebagai individu yang berada pada fase remaja, secara teoritis seharusnya telah memiliki *self-regulated learning* yang baik.

Kegiatan belajar yang mereka lakukan umumnya tanpa adanya suatu perencanaan yang baik terhadap kegiatan-kegiatan yang akan mereka lakukan, tanpa ada pantauan, ataupun evaluasi terhadap hasil belajarnya sendiri apakah sudah mencapai suatu target tertentu atau belum. Banyak mahasiswa yang belum memiliki kemampuan untuk merefleksi terhadap apa yang mereka lakukan terkait dengan kegiatan belajar tersebut.

Mahasiswa Universitas Potensi Utama sering dihadapkan kendala dalam menyelesaikan tugas – tugas yang diberikan oleh dosen. Walaupun sebagian besar tugas tersebut itu merupakan tugas kelompok, namun sebahagian besar hanya dikerjakan oleh satu mahasiswa saja, sehingga ketika disajikan dalam bentuk presentasi, maka kebanyakan mahasiswa tersebut tidak menguasai materi yang ditugaskan. Ketika mereka mempresentasikan tugas tersebut dan juga pada saat sesi pertanyaan mereka tidak mampu menjawab pertanyaan dari temannya, yang

hanya mampu menjawab adalah mahasiswa yang mengerjakan tugas tersebut. Begitu juga ketika diberikan tugas individual, sebahagian besar mahasiswa hanya meng - *copy paste* jawaban dari temannya.

Begitu juga ketika dosen memberikan penjelasan materi didepan kelas, hanya sebahagian kecil saja yang mendengar sementara yang lainnya berbicara atau bermain *handphone*, dan ketika dosen mencoba mereview materi yang sudah di jelaskan, sebahagian besar mahasiswa tidak menguasai atau mengetahui materi yang sedang dibahas.

Akibatnya, ketergantungan yang cukup tinggi terhadap teman yang lain dalam menyelesaikan tugas yang diberikan atau mengikuti perkuliahan sekedar untuk memenuhi persyaratan mengikuti ujian dan ketika ujian akhir semester mahasiswa tidak mampu menjawab pertanyaan yang diujikan walaupun dosen sudah memberikan kisi – kisi soal untuk mempermudah dalam menjawab pertanyaan, namun pada kenyataannya banyak mahasiswa yang juga mencontek jawaban temannya.

Fenomena ini mengindikasikan bahwa, masih banyak mahasiswa belum memiliki kemampuan dan ketrampilan untuk meregulasi dirinya dalam belajar dengan baik, yang kemungkinan berpengaruh terhadap rendahnya prestasi akademik (IP) mereka. Mahasiswa sebagai individu yang berada pada fase remaja, secara teoritis seharusnya telah memiliki *Self Regulated Learning* yang baik. Prestasi belajar mahasiswa pada dasarnya ditentukan oleh beberapa faktor yang mendukung, baik itu eksternal maupun internal (Aimah dan Ifadah, 2014). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki motivasi untuk

meraih prestasi belajar yang baik manakala individu memiliki kesadaran, kemauan, tanggung jawab, serta mengetahui cara belajar yang efektif bagi dirinya sendiri, serta memiliki strategi dalam mengatur diri dalam kegiatan belajar dengan baik (Aimah dan Ifadah, 2014).

Pengaturan diri bagi mahasiswa akan membantu mahasiswa dalam proses belajar. Mereka yang menggunakan pengaturan diri yang baik akan mudah meraih prestasi. Individu dengan pengaturan diri yang baik akan mau dan mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri, dengan atau tanpa bantuan pihak lain dalam hal penentuan tujuan belajar, metode belajar, dan evaluasi hasil belajar. Zimmerman dan Martinez-Pons (2001, dalam Mulyana, Bashori, Dan Mujidin, 2015) menjelaskan bahwa dalam proses belajar, seorang mahasiswa akan memperoleh prestasi belajar yang baik bila ia menyadari, bertanggung jawab, dan mengetahui cara belajar yang efisien. Mahasiswa demikian selanjutnya diistilahkan Zimmerman sebagai seorang siswa yang belajar dengan regulasi diri (*self regulated learner*)

Filho, Pintrich, Wolters, et.al (dalam Fasikhah dan Fatimah (2013) menyebutkan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan kegiatan belajar yang dilakukan secara aktif dalam menyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan dan memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi perilaku serta lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Menurut Bandura, Zimmerman, dan Martinez-Pons (dalam Papalia dkk, 2008) berpendapat bahwa individu yang mengatur diri mereka dalam belajar dan meyakini bahwa individu mampu mengatasi bahan-bahan akademik akan

memiliki kesuksesan dan prestasi belajar yang tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak percaya akan kemampuan dirinya. Usaha individu untuk mencapai tujuan belajar dengan mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, emosi dan perilaku disebut *Self Regulated Learning* (SRL).

Self Regulated Learning merupakan suatu kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri, yang didalamnya individu mengaktifkan pikiran, motivasi dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya. Mahasiswa yang mampu menetapkan tujuan secara realistis dan mempergunakan seperangkat sumber dalam belajarnya maka mahasiswa tersebut akan mampu mengerjakan tugas - tugas akademik dengan percaya diri dan paham betul tujuan mengerjakan tugas tersebut.

Menurut Winne (dalam Santrock, 2008) *Self Regulated Learning* adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosio emosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya). Mahasiswa yang melakukan *Self Regulated Learning* memiliki karakteristik bertujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi, menyadari keadaan emosi mereka dan punya strategi untuk mengelola emosinya, secara periodik memonitor kemajuan ke arah tujuannya, menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat, dan mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Kemampuan dan keyakinan dalam diri mahasiswa saat belajar sangat mempengaruhi hasil dari belajarnya, seorang mahasiswa seharusnya harus bisa lebih aktif dan bisa belajar dari pengalaman-pengalaman yang dialaminya dalam mengatasi setiap masalah yang mengganggu kegiatan belajarnya, sehingga mahasiswa dapat mencapai keberhasilan dan tujuan yang diinginkannya.

Menurut Stone, Schunk & Swartz (Cobb, 2003 dalam Aimah dan Ifadah, 2014) *Self Regulated Learning*, dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu keyakinan diri (*Self Efficacy*), motivasi dan tujuan. *Self Efficacy* mengacu pada kepercayaan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk belajar atau melakukan ketrampilan pada tingkat tertentu. *Self Efficacy* akan mempengaruhi *Self Regulated Learning* (Bandura ; Rosenthal & Bandura ; Schunk, ; Zimmerman, dalam Zimmerman,1989). Individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan.

Menurut Zimmerman (1989) dalam teori sosial kognitif terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *Self Regulated Learning*, yakni individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, tingkat kemampuan metakognisi serta *Self Efficacy*. Faktor perilaku meliputi *behavior self reaction* (mahasiswa berusaha seoptimal mungkin dalam belajar), *personal self reaction* (mahasiswa berusaha meningkatkan proses yang ada dalam dirinya pada saat belajar) serta *environment self reaction* (mahasiswa berusaha merubah dan menyesuaikan

langkah belajar sesuai dengan kebutuhan). Sedangkan faktor lingkungan dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. Adapun pengaruh lingkungan bersumber dari luar diri pembelajar, dan ini wujudnya dapat bermacam – macam. Faktor lingkungan ini dapat berupa dukungan sosial seperti dari guru, teman, keluarga maupun bentuk informasi *literature* lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik (Zimmerman dan Pons, 1986 dalam Zimmerman, 1989).

Kebanyakan mahasiswa cenderung memiliki banyak tujuan namun tidak yakin dan ragu terhadap kemampuan yang dimiliki. Hal ini berkaitan dengan *Self Efficacy* yang dimiliki mahasiswa tersebut. Dimana *Self Efficacy* ini mengacu pada keyakinan sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau melakukan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. Keyakinan akan seluruh kemampuan ini meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan.

Bandura (dalam Santrock, 2014) mengatakan bahwa *Self Efficacy* mempunyai pengaruh yang besar terhadap perilaku seseorang. Misalnya, seorang mahasiswa yang mempunyai *Self Efficacy* rendah mungkin tidak mau berusaha belajar untuk mengerjakan tugas yang diberikan dosen, karena ia tidak percaya bahwa belajar akan membantunya dalam mengerjakan tugas.

Menurut Bandura (dalam Ormrod, 2008), *Self Efficacy* adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. *Self Efficacy* merupakan keyakinan seseorang

bahwa individu mampu melakukan tugas tertentu dengan baik. *Self Efficacy* memiliki keefektifan yaitu individu mampu menilai dirinya memiliki kekuatan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan. Tanpa *Self Efficacy* (keyakinan tertentu yang sangat situasional), individu akan enggan mencoba melakukan suatu perilaku.

Self Efficacy merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri individu atau kemampuan individu dalam memperkirakan kemampuan dirinya yang meliputi kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri, kapasitas kognitif, kecerdasan dan kapasitas bertindak pada situasi yang penuh tekanan. Mahasiswa dengan *Self Efficacy* rendah akan menghindari banyak tugas, khususnya yang menantang dan sulit, sedangkan mahasiswa yang *Self Efficacy* tinggi akan mengerjakan tugas – tugas yang menantang dan sulit, karena ia akan lebih berusaha untuk menguasai tugas tersebut dibandingkan mahasiswa yang *Self Efficacy*-nya rendah.

Tingginya *Self Efficacy* dipersepsikan akan memotivasi individu secara kognitif untuk bertindak secara tepat dan terarah, terutama apabila tujuan yang hendak dicapai merupakan tujuan yang jelas. Pikiran individu terhadap *Self Efficacy* menentukan seberapa besar usaha yang dicurahkan dan seberapa lama individu akan tetap bertahan dalam menghadapi hambatan atau pengalaman yang tidak menyenangkan. *Self Efficacy* selalu berhubungan dan berdampak pada pemilihan perilaku, motivasi dan keteguhan individu dalam menghadapi setiap persoalan. Cara untuk menganalisis perbedaan motivasi dengan pencapaian

mengedepankan *Self Efficacy* dari individu yaitu kepercayaan bahwa seseorang dapat menguasai suatu situasi dan menghasilkan akhir yang baik.

Di sisi lain, salah satu faktor yang dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah yang berhubungan dengan kehidupan kuliah adalah dukungan sosial. Selain *Self Efficacy*, faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi *Self Regulated Learning* adalah dukungan sosial (Adicondro & Purnamasari, 2011). Dukungan sosial adalah sebuah cara untuk menunjukkan kasih sayang, kepedulian, dan penghargaan untuk orang lain. Menurut Ritter (1994 dalam Mulyana, Bashori, Dan Mujidin, 2015) dukungan sosial (*social support*) mengacu pada bantuan emosional, instrumental, dan finansial yang diperoleh dari jaringan sosial seseorang. Dukungan sosial merupakan kenyamanan psikis dan emosional yang diberikan kepada individu oleh keluarga, teman sebaya, rekan, dan yang lainnya.

Teman sebaya atau yang lebih dikenal dengan sebutan *peer* merupakan kelompok individu yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Teman sebaya merupakan sumber dukungan emosional penting sepanjang transisi masa remaja. Intensitas dan waktu yang dihabiskan bersama teman lebih besar pada masa remaja dibandingkan waktu lain dalam rentang kehidupan (Papalia, Old, & Feldman, 2008).

Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diberikan kepada individu oleh kelompok sebayanya berupa kenyamanan secara fisik dan psikologis sehingga individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai sebagai bagian

dari kelompok sosial. Lingkungan teman sebaya menjadi penting bagi remaja karena merupakan tempat pertama untuk menjalani aktivitas bersama dan bekerja sama dengan berpedoman pada nilai - nilai yang dibuat oleh kelompok sebaya. Zulkifli L (2012) menjelaskan bahwa salah satu ciri remaja adalah terikat oleh kelompok sebayanya. Penjelasan tersebut dapat dimaknai bahwa remaja memiliki kebutuhan kuat untuk menjalin hubungan pertemanan.

Dukungan sosial terbentuk sepanjang proses relasi remaja dengan teman sebayanya. Di dalam interaksi yang dilakukan dalam kelompok teman sebaya muncul berbagai bentuk dukungan sosial yang diberikan teman sebaya kepada remaja. Teman sebaya merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja, menurut Buhrmester (dalam Feldman 2008) menyatakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber afeksi, simpati, pemahaman, panduan moral, tempat bereksperimen, dan *setting* untuk mendapatkan otonomi serta independensi dari orang tua. Salah satu peran dari teman sebaya yaitu berupa pemberian dukungan sosial. Dukungan sosial dari teman sebaya yaitu dukungan yang diterima dari teman sebaya yang berupa bantuan baik secara verbal maupun non verbal.

Menurut Santrock (2003), teman sebaya merupakan sumber status, persahabatan dan rasa saling memiliki yang penting dalam situasi sekolah. Kelompok teman sebaya juga merupakan komunitas belajar di mana peran-peran sosial dan standar yang berkaitan dengan kerja dan prestasi yang terbentuk. Persahabatan menjadi semakin penting pada masa remaja, dan bahkan popularitas di antara teman-teman sebaya merupakan suatu motivasi yang kuat bagi kebanyakan remaja (Santrock, 2003).

Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Berndt, Pellegrini & Bartini, Youniss & Volpe (dalam Ormrod, 2008) yang mengatakan bahwa teman sebaya memberikan dukungan sosial dan emosional yang sangat dibutuhkan oleh remaja. Menurut Levitt, Guaci – Granco, & Levitt, Rubin, Bukowski & Parker, Wentzel, Barry & Caldwell (dalam Ormrod, 2008) selama TK, anak - anak menganggap teman – teman sebayanya sebagai sumber hiburan, namun seiring pertambahan usia, mereka akan menganggap teman – teman mereka sebagai sumber rasa aman dan nyaman. Saat pubertas, remaja akan semakin mengandalkan teman sebaya untuk mencari dukungan sosial, terutama dalam masa – masa kritis atau kebingungan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ida Ayu Gede Hutri Dhara Sasmita dan I Made Rustika (dalam Jurnal Psikologi Udayana 2015, Vol. 2 No. 2, 280-289) dengan judul penelitian Peran Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama berperan terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Efikasi diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tergolong tinggi karena berdasarkan kategorisasi 64,2% subjek memiliki efikasi diri yang tinggi. Dukungan sosial teman sebaya berperan terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Dukungan sosial teman sebaya

mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tergolong tinggi karena berdasarkan kategorisasi 78,1% subjek memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi. Penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tergolong tinggi karena berdasarkan kategorisasi 74,4% subjek memiliki penyesuaian diri yang tinggi.

Sementara penelitian lain juga menyebutkan bahwa ada Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Self Regulated Learning* Pada Siswa SMP *Homeschooling*, penelitian ini dilakukan oleh Nur Inayatul Fauziah, dengan judul penelitian Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan *Self Regulated Learning* Pada Siswa SMP *Homeschooling*, Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *Self Regulated Learning* pada siswa SMP *Homeschooling* yang ditunjukkan dengan nilai $r_{xy} = 0,501$ dan ($p < 0,01$). Hasil penelitian ini berarti mendukung pendapat Zimmerman (1990) bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *Self Regulated Learning* adalah faktor lingkungan diantaranya adalah dukungan sosial seperti dari keluarga, teman sebaya dan dosen atau guru.

Dari fenomena tersebut, maka penulis melihat bahwa adanya peranan yang besar antara *Self Efficacy* dengan dukungan sosial teman sebaya untuk memperoleh hasil yang maksimal didalam akademiknya. Hal ini juga tidak terlepas dari adanya kemampuan dalam mengelola *Self Regulated Learning*nya sehingga mahasiswa akan lebih mampu untuk mendapatkan hasil maksimal dalam belajarnya.

Berdasarkan pemikiran tersebut, maka penulis menganggap perlu dilakukan penelitian tentang *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dalam hubungannya dengannya *Self Regulated Learning*.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang penulis uraikan diatas serta sejalan dengan rancangan dalam penelitian ini, maka *Self Regulated Learning* pada mahasiswa dipengaruhi oleh faktor, yaitu bagaimana mahasiswa mempunyai kemampuan untuk menilai dirinya dalam menyelesaikan tugas – tugas khusus yang dihadapinya (*Self Efficacy*) dan juga bagaimana dukungan sosial teman sebaya mempunyai peranan dalam menghadapi kesulitan yang terjadi selama di bangku perkuliahan.

1.3. Rumusan Penelitian

Berdasarkan paparan diatas, maka penelitian ini berusaha untuk mencari jawaban atas pertanyaan: Bagaimana hubungan *Self Efficacy* dan dukungan teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.

Secara operasional, permasalahan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.
2. Apakah ada hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.

3. Apakah ada hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.

1.4. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.
2. Untuk mengetahui hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.
3. Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dalam mengelola *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan kontribusi yang mendalam terhadap perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan psikologi pendidikan pada khususnya.
2. Secara praktis diharapkan dapat berguna bagi Universitas Potensi Utama untuk menjadi acuan dalam upaya meningkatkan hasil belajar.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. *Self Regulated Learning*

2.1.1. Pengertian *Self Regulated Learning*

Self Regulated Learning (SRL) berkembang dari teori kognitif sosial Bandura (1997 dalam Santrock, 2011). Menurut teori kognisi sosial manusia merupakan hasil struktur kausal, yang interdependen dari aspek pribadi (*person*), perilaku (*behavior*), dan lingkungan (*environment*) (Bandura, 1997 dalam Santrock, 2011). Ketiga aspek ini merupakan aspek-aspek determinan dalam *Self Regulated Learning*. Ketiga aspek *determinan* ini saling berkaitan, berhubungan sebab akibat, dimana individu berusaha untuk meregulasi diri sendiri (*self regulation*), hasilnya berupa kinerja atau perilaku, dan perilaku ini berdampak pada perubahan lingkungan, dan begitu seterusnya (Bandura, 1986 dalam Santrock, 2011).

Menurut Zimmerman (1989), *Self Regulated Learning* adalah sebuah konsep mengenai bagaimana individu menjadi regulator atau pengatur bagi dirinya sendiri. Zimmerman (dalam Woolfolk, 2004), mengatakan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan sebuah proses dimana individu mengaktifkan, kognisi, perilaku dan perasaannya secara sistematis dan mampu berorientasi pada pencapaian tujuan.

Zimmerman (2004 dalam Fasikhah dan Fatimah, 2013) menguraikan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan kemampuan pembelajar untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif,

motivasional, ataupun behavioral. Metakognitif yang dimaksud adalah kemampuan dalam merencanakan, mengorganisasi, menginstruksi diri, memonitor dan mengevaluasi dirinya dalam belajar. Motivasional merupakan individu yang bersangkutan memiliki kepercayaan diri dalam segi kemampuan, keyakinan diri (*self-efficacy*) serta kemandirian. Sementara behavioral berarti bahwa mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dalam merefleksi, menyusun, serta menata lingkungan agar lebih optimal.

Zimmerman & Martinez-Pons (2001 dalam Latipah 2010) mendefinisikan *Self Regulated Learning* sebagai tingkatan dimana partisipan secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar. Dari sudut metakognitif, individu yang mandiri merencanakan, menentukan tujuan, mengatur, memonitor diri, dan mengevaluasi diri terhadap berbagai hal selama proses memperoleh keahlian.

Self Regulated Learning juga didefinisikan sebagai bentuk belajar individual dengan bergantung pada motivasi belajar mereka, secara otonomi mengembangkan pengukuran (kognisi, metakognisi, dan perilaku), dan memonitor kemajuan belajarnya (Baumert et al, 2002 dalam Latipah 2010).

Pintrich (1990 dalam Latipah 2010) mendefinisikan *Self Regulated Learning* sebagai suatu proses yang aktif, konstruktif, di mana mahasiswa menetapkan tujuan belajar mereka dan kemudian memonitor, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku mereka, yang dipandu oleh tujuan-tujuan mereka dan segi kontekstual terhadap lingkungannya.

Pintrich (1990 dalam Latipah 2010) mendefinisikan *Self Regulated Learning* sebagai suatu proses yang aktif, konstruktif, di mana mahasiswa menetapkan tujuan belajar mereka dan kemudian memonitor, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku mereka, yang dipandu oleh tujuan-tujuan mereka dan segi kontekstual terhadap lingkungannya. Pintrich menjelaskan bahwa *Self Regulated Learning* (SRL) mengarahkan tujuan pembelajaran, mengontrol proses pembelajaran, menumbuhkan motivasi sendiri (*self motivation*) dan kepercayaan diri serta memilih dan mengatur aspek lingkungan untuk mendukung belajar.

Pengertian lain diberikan oleh Santrock (2014), *Self Regulated Learning* atau pembelajaran regulasi diri adalah memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan. Tujuan ini dapat berupa tujuan akademik, meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan, atau tujuan sosio emosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya).

Jadi dapat dikatakan *Self Regulated Learning* adalah kemampuan individu atau tanggung jawab individu dalam mengatur atau mengelola pikiran mereka, perilaku, dan emosi untuk mengatur sendiri proses belajarnya.

2.1.2. Aspek – aspek *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (1989) *Self Regulation Learning* mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu:

a. Metakognitif

Menurut Corno ; Ghatala; Presley, Borkowski & Schneider (dalam Zimmerman,1990) metakognitif dalam *Self Regulated Learning* yaitu proses memahami pendekatan pembelajaran dalam proses berfikir dengan merencanakan, menetapkan tujuan, memonitor, mengorganisasikan dan mengevaluasi kegiatan belajar.

b. Motivasi

Motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Menurut Corno (1993, dalam Zumbunn et.al, 2011) yang menyebutkan bahwa motivasi diri dalam *Self Regulated Learning* tentu sangat penting kedudukannya dikarenakan merupakan bagian untuk mencapai suatu target tertentu. Selanjutnya motivasi diri ini yang menjadi indikator pada seseorang untuk menjadi pembelajar yang mandiri (Zimmerman: 2004 dalam Zumbunn et.al: 2011). Dengan menemukan tujuan belajar serta motivasi dari dalam untuk meningkatkan tujuan tersebut. Mahasiswa diharapkan dapat mengatasi permasalahan yang dihadapi dalam proses belajar.

c. Perilaku

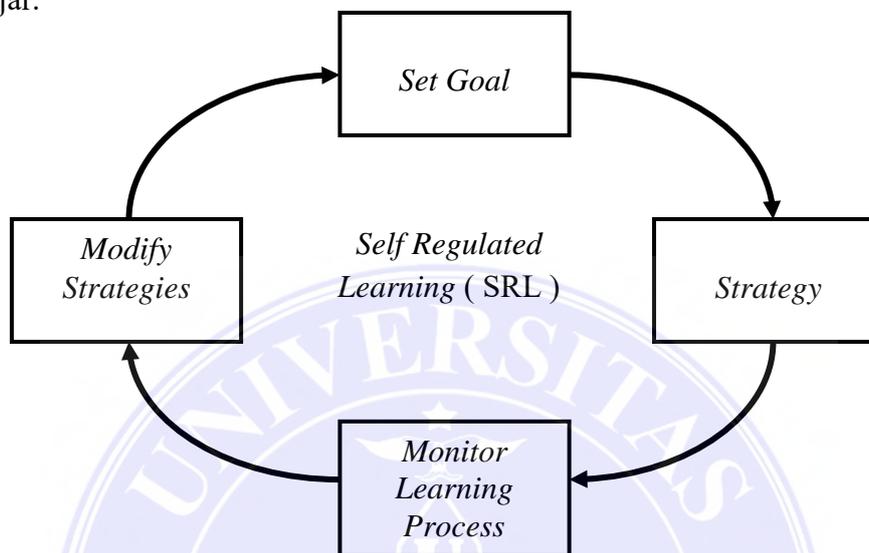
Perilaku menurut Zimmerman dan Schunk (1990) merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan

lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman (1998 dalam Maftuhah, 2012) mengatakan bahwa individu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

Self Regulated Learning mengintegrasikan banyak hal tentang belajar efektif. Pengetahuan, motivasi, dan disiplin diri atau *volition* (kemauan-diri) merupakan faktor- faktor penting yang dapat mempengaruhi *Self Regulated Learning* (Woolfolk, 2008 dalam Latipah, 2010). Pengetahuan yang dimaksudkan adalah pengetahuan tentang dirinya sendiri, materinya, tugasnya, strategi untuk belajar, dan konteks-konteks pembelajaran yang akan digunakannya. Mahasiswa yang belajar dengan regulasi diri dapat diistilahkan sebagai mahasiswa 'ahli'.

Mahasiswa ahli mengenal dirinya sendiri dan bagaimana mereka belajar dengan sebaik -baiknya. Mereka mengetahui gaya pembelajaran yang disukainya, apa yang mudah dan sulit bagi dirinya, bagaimana cara mengatasi bagian - bagian sulit, apa minat dan bakatnya, dan bagaimana cara memanfaatkan kekuatan atau kelebihanannya (Woolfolk, 2008 dalam Latipah, 2010). Mereka juga tahu materi yang sedang dipelajarinya, semakin banyak materi yang mereka pelajari semakin banyak pula yang mereka ketahui, serta semakin mudah untuk belajar lebih banyak (Alexander, 2006 dalam Latipah, 2010). Individu mungkin mengerti bahwa tugas belajar yang berbeda memerlukan pendekatan yang berbeda pula. Individu menyadari bahwa belajar seringkali terasa sulit dan pengetahuan jarang yang bersifat mutlak, biasanya ada banyak cara yang berbeda untuk melihat masalah dan ada banyak macam solusi (Pressley; Winne dalam Latipah,2010).

Berdasarkan uraian diatas dapat dikatakan bahwa aspek – aspek dari *Self Regulated Learning* adalah metakognisi, motivasi dan perilaku dalam proses belajar.



Gambar 2.1 Proses *Self Regulated Learning* (SRL)

2.1.3. Strategi *Self Regulated Learning*

Zimmerman (1989) menekankan untuk dapat dianggap *self regulated*, proses belajar mahasiswa harus menggunakan strategi – strategi khusus untuk mencapai tujuan akademis. Menurut Zimmerman (1989), *Self Regulated Learning* terdiri atas pembelajaran akademis, yaitu kognisi, motivasi, dan perilaku.

Zimmerman (1989) mengidentifikasi beberapa strategi belajar yang umumnya digunakan oleh seorang *self regulated learner* yaitu: evaluasi diri (*self evaluation*); pengorganisasian (*organizing*) dan pentransformasian (*transforming*); menetapkan tujuan dan perencanaan (*goal setting and planning*); mencari informasi (*seeking information*); membuat dan memeriksa catatan (*keeping records and monitoring*); mengatur lingkungan (*environmental structuring*); konsekuensi diri (*self consequences*); mengulang-ulang dan mengingat

(*rehearsing and memorizing*); mencari bantuan (*seeking social assistance*) kepada teman sebaya, guru, atau orang dewasa lainnya; serta mereview catatan dan buku teks (*review records*).

Sementara menurut Zumbunn, et.al (2011) mengatakan ada 8 strategi pembentukan *Self Regulated Learning* mahasiswa, yaitu:

a. *Goal Setting*

Tujuan dianggap sebagai standar yang mengatur tindakan individu. Tujuan jangka pendek sering digunakan untuk mencapai aspirasi jangka panjang.

b. *Planning*

Planning hampir sama dengan *goal setting*, *planning* dapat membantu mahasiswa mengatur diri sebelum terlibat dalam tugas – tugas belajar.

c. *Self Motivation*

Motivasi diri mahasiswa *self regulated learner* terjadi ketika mereka menggunakan satu atau lebih strategi untuk pencapaian tujuannya. Mahasiswa termotivasi akan membuat kemajuan menuju tujuannya.

d. *Attention Control*

Mahasiswa dapat mengendalikan perhatian mereka dengan cara menghindari hal – hal yang mengganggu pikiran dan serta mengkondisikan lingkungan belajar agar kondusif.

e. *Flexibel Use of Strategies*

Mahasiswa menggunakan strategi belajar untuk memfasilitasi kemajuan mereka guna pencapaian tujuan yang meliputi: mencatat, menghafal, berlatih dan sebagainya.

f. *Self Monitoring*

Mahasiswa memantau sendiri kemajuan mereka menuju pada tujuan pembelajarannya.

g. *Help Seeking*

Mahasiswa mencoba mencari bantuan bila diperlukan agar dapat memahami pembelajaran untuk pencapaian tujuan.

h. *Self Evaluation*

Mahasiswa dapat mengevaluasi pembelajaran mereka sendiri, terlepas dari penilaian dosen.

Menurut Wolters, et.al (2003 dalam Fasikhah dan Siti, 2013) strategi *Self Regulated Learning* secara umum meliputi tiga macam strategi, yaitu:

a. Strategi regulasi kognitif

Strategi ini berhubungan dengan pemrosesan informasi yang berkaitan dengan berbagai jenis kegiatan kognitif dan metakognitif yang digunakan individu untuk menyesuaikan dan merubah kognisinya, mulai dari strategi memori yang paling sederhana hingga strategi yang lebih rumit. Strategi kognitif ini meliputi *rehearsal*, elaborasi dan metakognisi.

b. Strategi regulasi motivasional

Strategi yang digunakan individu untuk mengatasi stress dan emosi yang dapat membangkitkan usaha mengatasi kegagalan dan untuk meraih kesuksesan dalam belajar. Strategi motivasional meliputi: (1) Konsekuensi diri, (2) kelola lingkungan (*environmental structuring*), (3) *mastery self talk*, (4) meningkatkan motivasi ekstrinsik (*extrinsic self talk*), (5) orientasi kemampuan

(*relative ability self talk*), (6) motivasi intrinsik dan (7) relevansi pribadi (*relavance enchancement*).

c. Strategi regulasi *behavioral* akademik

Aspek regulasi diri yang melibatkan usaha individu untuk mengontrol tindakan dan perilakunya sendiri. Strategi regulasi *behavioral* yang mengontrol tindakan dan perilakunya sendiri. Strategi regulasi *behavioral* yang dapat dilakukan oleh individu dalam belajar meliputi: mengatur usaha (*effort regulation*), mengatur waktu dan lingkungan belajar (*regulating time and study environment*) serta mencari bantuan (*help seeking*).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa strategi dalam *Self Regulated Learning* terdiri dari *Rehearsal, Elaboration, Organizing, Metacognitive Regulation, Mastery self-talk, Extrinsic self-talk, Relative ability self-talk, Relevance enhancement, Situational interest enhancement, Self-consequating, Environment structuring, Effort regulation, Time/study environment* dan *Help-seeking*.

2.1.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning*

Menurut Stone, Schunk & Swartz (Cobb, 2003 dalam Aimah dan Ifadah, 2014) *Self Regulated Learning*, dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu keyakinan diri (*Self Efficacy*), motivasi dan tujuan. *Self Efficacy* mengacu pada kepercayaan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk belajar atau melakukan ketrampilan pada tingkat tertentu.

Sedangkan motivasi menurut Bandura (Cobb, 2003 dalam Aimah dan Ifadah, 2014) merupakan sesuatu yang menggerakkan individu pada tujuan,

dengan harapan akan mendapatkan hasil dari tindakannya itu dan adanya keyakinan diri untuk melakukannya. Menetapkan tujuan merupakan kriteria yang digunakan individu untuk memonitor kemajuan belajarnya. Ketiga faktor tersebut, yakni tujuan, motivasi dan *Self Efficacy* saling berhubungan dengan *Self Regulated Learning*.

Self Efficacy merefleksikan kepercayaan akan kemampuan diri seseorang untuk menyelesaikan tugas, yang akan mempengaruhi tujuan (apakah orientasi pada tujuan belajar atau kinerja). Selanjutnya *Self Efficacy* yang tinggi, akan lebih memotivasi individu untuk meningkatkan regulasi diri, sehingga individu dapat belajar dengan mengimplementasikan lebih banyak strategi *Self Regulated Learning*, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap prestasi akademiknya.

Sementara menurut Zimmerman (1989) berpendapat bahwa menurut teori sosial kognitif, terdapat 3 hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *Self Regulated Learning*, yaitu:

- a. Individu, yang termasuk dalam faktor individu adalah:
 1. Pengetahuan individu semakin banyak dan beragam sehingga membantu individu melakukan *Self Regulated Learning*.
 2. Tingkat kemampuan metakognisi individu semakin tinggi sehingga dapat membantu individu melakukan *Self Regulated Learning*.
 3. Tujuan yang ingin dicapai, artinya semakin tinggi dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan untuk melakukan *Self Regulated Learning*.

4. Keyakinan diri, dimana pembelajar yang memiliki taraf *Self Efficacy* yang tinggi cenderung akan bekerja lebih keras dan tekun tugas akademik di tengah kesulitan dan lebih baik dalam memantau dirinya dan menggunakan strategi belajar.

b. Perilaku

Fungsi perilaku adalah membantu individu menggunakan segala kemampuan yang dimiliki lebih besar dan optimal upaya yang dilakukan individu dalam proses belajar, akan meningkatkan *Self Regulated Learning* pada diri individu, terdiri dari:

1. *Behavior self reaction* yaitu mahasiswa berusaha seoptimal mungkin dalam belajar.
2. *Personal self reaction* yaitu mahasiswa berusaha meningkatkan proses yang ada dalam dirinya pada saat belajar.
3. *Environmental self reaction* yaitu mahasiswa berusaha merubah dan menyesuaikan langkah belajar sesuai dengan kebutuhan.

- c. Lingkungan, dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. faktor lingkungan dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. Adapun pengaruh lingkungan bersumber dari luar diri pembelajar, dan ini wujudnya dapat bermacam – macam. Faktor lingkungan ini dapat berupa dukungan sosial seperti dari guru, teman keluarga maupun bentuk informasi literature lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik (Zimmerman dan Pons, 1986 dalam Zimmerman, 1989).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat dikatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-Regulated Learning* adalah *Self Efficacy*, motivasi, tujuan, perilaku dan lingkungan.

2.1.5. Karakteristik *Self-Regulated Learning*

Mahasiswa yang belajar dengan regulasi diri bukan hanya tahu tentang apa yang dibutuhkan oleh setiap tugas, tetapi mereka juga dapat menerapkan strategi yang dibutuhkan. Mereka dapat membaca secara sekilas ataupun secara seksama. Mereka dapat menggunakan berbagai strategi ingatan atau mengorganisasikan materinya. Ketika mereka menjadi lebih *knowledgeable* (memiliki/menunjukkan banyak pengetahuan, kesadaran, atau inteligensi) di suatu bidang, mereka menerapkan banyak strategi secara otomatis (Woolfolk, 2008 dalam Latipah 2010).

Menurut Valle.et.al (dalam Latipah, 2010) *Self Regulated Learning* menggarisbawahi pentingnya otonomi dan tanggung jawab pribadi dalam kegiatan belajar. Dalam proses pembelajaran, mahasiswa yang memiliki *Self Regulated Learning* membangun tujuan-tujuan belajar, mencoba memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya untuk mengontrol tujuan-tujuan yang telah dibuat.

Jadi dapat dilihat karakteristik dari mahasiswa *Self Regulated Learning* adalah mereka melihat diri mereka sebagai agen perilaku mereka sendiri, mereka percaya belajar adalah proses proaktif dan menggunakan strategi-strategi yang memungkinkan mereka meningkatkan hasil belajar akademik yang diinginkan.

2.2. *Self Efficacy*

2.2.1. Pengertian *Self Efficacy*

Self Efficacy pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura (1977), *Self Efficacy* merupakan masalah kemampuan yang dirasakan individu untuk mengatasi situasi khusus sehubungan dengan penilaian atas kemampuan untuk melakukan satu tindakan yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu yang dialami seseorang.

Menurut Bandura (1997), *Self Efficacy* merupakan persepsi individu akan keyakinan kemampuannya melakukan tindakan yang diharapkan. Keyakinan *Self Efficacy* mempengaruhi pilihan tindakan yang akan dilakukan, besarnya usaha dan ketahanan diri ketika berhadapan dengan hambatan atau kesulitan. Individu dengan *Self Efficacy* tinggi memilih melakukan usaha lebih besar dan pantang menyerah.

Sedangkan menurut Alwisol (2006) menyatakan bahwa *Self Efficacy* sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, *Self Efficacy* berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan.

Self Efficacy sangat mempengaruhi keberhasilan seseorang, sebab seseorang yang memiliki *Self Efficacy* memiliki kepercayaan bahwa “saya bisa” hal ini diiringi dengan semangat yang tinggi dalam mengerjakan setiap tugas belajarnya sehingga dalam setiap kegiatan yang dilakukannya berhasil, sebaliknya untuk mahasiswa yang tidak memiliki *Self Efficacy* dia memiliki kepercayaan bahwa “saya tidak bisa” hal ini ditandai dengan menghindar dalam mengerjakan

banyak tugas, sehingga setiap kegiatan yang dilakukan oleh individu ini mengalami kegagalan.

Dari definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa *Self Efficacy* adalah keyakinan atau penilaian individu akan kemampuan dirinya dalam menghadapi suatu aktivitas atau situasi yang sulit yang berada diluar kemampuannya.

2.2.2. Aspek-Aspek *Self Efficacy*

Self Efficacy yang dimiliki seseorang berbeda-beda hal ini dapat dilihat berdasarkan aspek yang mempunyai implikasi penting pada perilaku. Menurut Bandura (dalam Sulistyawaty, 2012) ada tiga aspek dalam *Self Efficacy* yaitu:

a. Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*)

Aspek ini berkaitan dengan kesulitan tugas, apabila tugas-tugas yang dibebankan pada individu menurut tingkat kesulitannya, maka ada perbedaan *Self Efficacy* secara individual mungkin terdapat pada tugas-tugas yang sederhana, menengah atau tinggi. Individu akan melakukan tindakan yang dirasakan mampu untuk dilaksanakannya dan akan tugas-tugas yang diperkirakan diluar batas kemampuan yang dimilikinya.

b. Generalisasi (*Generality*)

Aspek ini berhubungan dengan bagaimana seseorang mampu mengeneralisasikan tugas – tugas dan pengalaman – pengalaman sebelumnya ketika menghadapi suatu tugas atau pekerjaan, misalnya apakah individu dapat menjadikan pengalaman menjadi suatu hambatan atau suatu pelajaran.

c. Kekuatan (*Strength*)

Aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan atau kemantapan seseorang terhadap keyakinannya. Tingkat *Self Efficacy* yang lebih rendah mudah digoyangkan oleh pengalaman-pengalaman yang memperlemahnya, sedangkan seseorang yang memiliki *Self Efficacy* yang kuat tekun dalam meningkatkan usahanya meskipun dijumpai pengalaman yang memperlemahnya.

Jadi dapat disimpulkan aspek – aspek dari *Self Efficacy* yaitu melibatkan tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), generalisasi (*Generality*) dan juga kekuatan (*Strength*).

2.2.3. Proses *Self Efficacy*

Self Efficacy dapat mempengaruhi tindakan seseorang. Bandura (1997) mengatakan bahwa *Self Efficacy* mempunyai efek pada perilaku manusia melalui empat proses, yaitu:

1. Proses kognitif

Bandura (1997) menjelaskan bahwa serangkaian tindakan yang dilakukan manusia awalnya dibuat di dalam pikirannya. Pemikiran ini kemudian memberikan arahan bagi tindakan yang dilakukan manusia. Keyakinan seseorang akan *Self Efficacy* ini akan mempengaruhi bagaimana seseorang menafsirkan situasi lingkungan, antisipasi yang akan diambil dan perencanaan yang akan dibuat.

2. Proses afektif

Individu percaya terhadap pengaruh kapabilitasnya dalam mengatasi stress dan depresi dalam menghadapi ancaman atau situasi yang sulit, seperti terhadap

motivasi dalam dirinya. *Self Efficacy* akan membuat individu lebih mampu mengatasi segala persoalan yang mengancam keberadaannya.

3. Proses motivasi

Kepercayaan diri terhadap *Self Efficacy* berperan kunci dalam pengaturan diri terhadap motivasi. Motivasi individu ditimbulkan melalui proses kognitif. Individu memotivasi diri sendiri dan mengarahkan tindakan melalui berbagai latihan. Individu percaya terhadap apa yang dilakukan dan selalu mengantisipasi adanya hasil tindakan yang prospektif. Individu akan mengatur tujuan yang dimiliki dan merencanakan latihan-latihan sebelum melakukan tindakan dengan mendesainnya sesuai nilai-nilai masa depan.

4. Proses seleksi

Melalui kepercayaan diri terhadap kapabilitas yang dimiliki, individu cenderung bertindak selektif atau melakukan pemilihan terhadap pencapaian tujuan hidupnya. Individu akan memilih pemecahan masalah dan pencapaian tujuan sesuai kapabilitas yang dimilikinya. Individu yang meragukan kapabilitasnya mempunyai tingkat aspirasi dan komitmen yang rendah.

Dapat disimpulkan bahwa *Self Efficacy* mempunyai efek pada perilaku manusia dengan melalui 4 proses, yaitu proses kognitif, proses afektif, proses motivasi dan proses seleksi.

2.2.4. Karakteristik individu yang mempunyai *Self Efficacy* tinggi dan rendah

Menurut Kreitner & Kinichi (2003 dalam Lestari, 2015) karakteristik individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang rendah yaitu:

1. Sulit mengerjakan tugas
2. Tidak berusaha mengatasi masalah
3. Tidak mampu belajar dari masa lalu
4. Selalu merasa cemas
5. Sering stress dan merasa depresi.

Sedangkan individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi yaitu:

1. Lebih aktif
2. Mampu belajar dari masa lampau
3. Mampu merencanakan tujuan dan membuat rencana kerja
4. Lebih kreatif menyelesaikan masalah sehingga tidak merasa stres serta selalu lebih keras untuk mendapatkan hasil kerja yang maksimal.

Menurut Bandura (1997), karakteristik individu yang memiliki *Self Efficacy* tinggi adalah ketika individu merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas – tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam usaha yang dilakukannya dan meningkatkan usaha saat mereka menghadapi kegagalan dan menghadapi *stressor* atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya.

Karakteristik individu yang memiliki *Self Efficacy* rendah adalah individu yang merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas

– tugas yang sulit, cepat menyerah dalam menghadapi rintangan, komitmen yang rendah terhadap tujuan yang ingin dicapai, dalam situasi yang sulit cenderung akan memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut dan konsekuensi dari kegagalannya serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan setelah mengalami kegagalan (Bandura, 1997).

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat dikatakan individu yang memiliki *Self Efficacy* rendah akan menghambat dan memperlambat perkembangan dari kemampuan – kemampuan yang dibutuhkan seseorang dan juga cenderung mempunyai keyakinan bahwa segala sesuatu sangat sulit dibandingkan keadaan yang sesungguhnya.

Sementara individu yang memiliki *Self Efficacy* tinggi, akan lebih banyak menggali kemampuan – kemampuannya melalui usaha – usaha secara terus menerus dan juga akan mengembangkan perhatian dan usahanya terhadap tuntutan situasi dan dipacu dengan adanya rintangan sehingga seseorang akan berusaha lebih keras.

2.3. Dukungan Sosial Teman Sebaya

2.3.1 Defenisi Dukungan Sosial

Baron dan Byrne (2005 dalam Adicondro dan Purnamasari, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik & psikologis yang diberikan oleh teman/anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan.

Menurut Sears (dalam Mulyana, Bashori, Dan Mujidin, 2015) menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah suatu hubungan interpersonal dimana individu memberikan bantuan kepada individu lain dan bantuan yang diberikan berupa partisipasi, emansipasi, motivasi, penyediaan informasi, dan penghargaan atau penilaian terhadap individu.

Menurut Rook (1985 dalam Mulyana, Bashori, Dan Mujidin, 2015) mendefinisikan dukungan sosial sebagai salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stress. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu bentuk dorongan atau bantuan yang diberikan oleh orang lain kepada individu sehingga dapat memberikan rasa kenyamanan secara fisik dan psikologis, sehingga individu tersebut merasa dicintai, disayangi dan dihargai dan menjadi bagian dari suatu kelompok.

2.3.2. Defenisi Teman Sebaya

Berdasarkan penelitian, remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya. Teman sebaya merupakan tempat dimana mereka mendapatkan sebagian besar dukungan sosial yang dibutuhkan. Dalam dunia remaja, diterima dan disukai oleh teman atau kelompok sebayanya termasuk yang sangat diperlukan (Santrock, 2007).

Defenisi teman sebaya menurut Santrock (2007) adalah individu atau remaja yang memiliki usia yang kurang lebih sama. Sementara Desmita (2010) mendefenisikan teman sebaya adalah individu yang berada pada usia dan tingkat kedewasaan yang kurang lebih sama dengan temannya. Teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan sosial yang utama.

Dari pengertian diatas maka dapat dikatakan bahwa teman sebaya adalah sekumpulan individu yang mempunyai usia yang tidak jauh berbeda dari temannya.

Jadi dapat uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah suatu bentuk dorongan atau bantuan yang diberikan oleh orang lain kepada individu sehingga dapat memberikan rasa kenyamanan secara fisik dan psikologis, sehingga individu tersebut merasa dicintai, disayangi dan dihargai dan menjadi bagian dari suatu kelompok yang mempunyai usia atau tingkatan kematangan yang tidak jauh berbeda.

2.3.3. Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Cohen dan Hoberman (dalam Isnawati & Suhariadi, 2013), yaitu:

1. *Appraisal Support*, yaitu bentuk bantuan berupa nasehat yang berkaitan dengan pemecahan suatu masalah untuk membantu mengurangi stressor.
2. *Tangible Support*, yaitu bantuan yang nyata berupa tindakan atau bantuan fisik dalam menyelesaikan tugas.
3. *Self Esteem Support*, yaitu bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu

dan perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

4. *Belonging Support*, yaitu menunjukkan perasaan diterima menjadi bagian dari suatu kelompok dan rasa kebersamaan.

Sementara menurut Taylor dkk (1997), mengemukakan ada tiga macam bentuk dukungan sosial teman sebaya, yaitu:

1. Perhatian, emosional, termasuk ekspresi dalam mengungkapkan perasaan, cinta atau empati yang bisa memberikan dukungan.
2. Bantuan instrumental, seperti membantu membuat pembekalan sebelum stress datang, atau bisa juga memberikan dukungan sosial itu sendiri.
3. Pemberian informasi, mengenai situasi stress bisa sangat membantu. Dengan memberikan informasi maka akan membantu ketika terjadi situasi yang berhubungan dengan apresiasi diri dan juga evaluasi diri.

Jadi dapat disimpulkan bentuk – bentuk dukungan sosial adalah *Appraisal Support, Self Esteem Support, Tangiable Support* dan *Belonging Support*.

2.3.4. Fungsi Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Hartup (dalam Didi Tarsadi, 2005), mengatakan ada empat fungsi teman sebaya, yaitu:

1. Hubungan teman sebaya sebagai sumber emosi (*Emotional Resources*) baik untuk memperoleh rasa senang maupun beradaptasi dengan stress.
2. Hubungan dengan teman sebaya sebagai sumber kognitif (*Cognitive Resources*) untuk pemecahan masalah dan perolehan pengetahuan.

3. Hubungan teman sebaya sebagai konteks di mana keterampilan sosial dasar (misalnya keterampilan komunikasi sosial, keterampilan kerja sama dan keterampilan masuk kelompok) diperoleh atau ditingkatkan.
4. Hubungan teman sebaya sebagai landasan untuk terjalannya bentuk – bentuk hubungan lainnya menjadi lebih harmonis.

Lebih rinci fungsi teman sebaya dikatakan Kelly dan Hansen (dalam Samsunuwiyati, 2005) menyebutkan ada lima fungsi teman sebaya, yaitu:

1. Memperoleh dukungan emosional dan dukungan sosial serta menjadi lebih *independen*. Teman dan kelompok teman sebaya memberikan dorongan bagi individu untuk mengambil peran dan tanggung jawab.
2. Meningkatkan keterampilan sosial, mengembangkan kemampuan penalaran, dan belajar untuk mengekspresikan perasaan – perasaan dengan cara – cara lebih matang.
3. Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku peran jenis kelamin.
4. Memperkuat penyesuaian moral dan nilai – nilai.
5. Meningkatkan harga diri (*self esteem*), menjadi orang yang disenangi atau disukai oleh sebagian besar teman – temannya akan membuat individu merasa bangga terhadap dirinya sendiri.

Jadi dapat dikatakan fungsi dari dukungan sosial teman adalah sebagai fungsi dukungan emosional, untuk memperoleh pengetahuan, mengembangkan keterampilan sosial dan juga dapat meningkatkan harga diri.

2.3.5. Karakteristik – karakteristik Hubungan Teman Sebaya

Ada jenis hubungan teman sebaya (Ormrod, 2008), yaitu:

1. Persahabatan (*Friendship*)

Persahabatan umumnya bermanfaat secara emosional, dimana individu selalu berusaha melihat suatu situasi dari sudut pandang orang lain dan menyelesaikan perselisihan yang mengancam dapat merenggangkan hubungan tersebut, sehingga pada akhirnya dengan persahabatan individu dapat mengembangkan kemampuan memahami cara pandang orang lain dan keterampilan menyelesaikan konflik semakin baik (Basinger, Gibb & Fuller, 1995; DeVries, 1997; Newcomb & Bagwell, 1995, dalam Ormrod, 2008). Persahabatan juga menumbuhkan rasa percaya diri, memperkuat jati diri individu, jika individu tergabung dalam suatu kelompok tertentu (Berndt, 1992; Knap & Woolverton, 1995, dalam Ormrod, 2008).

2. *Crowds* (kerumunan)

Anggota – anggota *crowd* umumnya memiliki kesamaan minat (misalnya dalam olah raga tertentu), kesamaan sikap mengenai prestasi akademik, dan terkadang kesamaan latar belakang etnik (L. Steinberg, 1994 dalam Ormrod, 2008).

3. *Geng*

Geng adalah suatu kelompok yang dicirikan oleh penggunaan simbol - simbol dan warna – warna yang khas, “kepemilikan” terhadap suatu wilayah tertentu dan permusuhan dengan satu atau lebih kelompok. Lazimnya *geng* diatur

oleh aturan – aturan yang ketat dan hukuman – hukuman keras bagi setiap pelanggaran.

4. Hubungan Romantik

Seiring dimulainya masa pubertas, perubahan – perubahan biologis seringkali disertai oleh munculnya perasaan dan hasrat seksual yang seringkali menimbulkan perasaan tidak nyaman. Tidak mengherankan jika hubungan asmara seringkali memenuhi pikiran para remaja dan kerap menjadi topik pembicaraan di sekolah (B.B. Brown, Feiring & Furman, 1999 dalam Ormrod, 2008).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan karakteristik hubungan teman sebaya adalah persahabatan (*Friendship*), *Crowds* (kerumunan), *geng* dan Hubungan Romantik.

2.3.6. Status Teman Sebaya (Remaja Populer dan Remaja yang Ditolak)

Remaja yang populer (*Popular Children*) sering kali dikategorikan sebagai kawan terbaik dan jarang dibenci teman sebayanya, karena mereka dipilih oleh teman – temannya sebagai teman pilihan dalam beraktivitas.

Remaja populer memberi dukungan, mau mendengar dengan perhatian, menjaga alur komunikasi dengan temannya, cenderung riang, bertindak mandiri, menunjukkan antusiasme, perhatian kepada orang lain dan percaya diri (Hartup, 1983, dalam Santrock, 2011).

Bertolak belakang dengan remaja populer, remaja yang ditolak (*Rejected Children*) adalah remaja yang paling tidak dipilih oleh teman – temannya sebagai teman beraktivitas, sering dikategorikan bukan teman yang baik dan sering dibenci oleh teman sebayanya (Santrock, 2011).

Individu yang secara konsisten dan dalam jangka waktu lama mengalami penolakan teman – temannya akan menarik diri (*withdrawing*) secara fisik atau mental dari aktivitas – aktivitas kelas, atau mulai menunjukkan perilaku mencari perhatian dan sebagai imbasnya, keefektifan mereka dalam belajar dikelas akan menjadi terganggu (Buhs, Ladd & Herald, 2006, dalam Ormrod, 2008).

Berdasarkan penjelasan diatas maka yang dikatakan bahwa remaja populer adalah remaja yang memberi dukungan, mau mendengar dengan perhatian, menjaga alur komunikasi dengan temannya, cenderung riang, bertindak mandiri, menunjukkan antusiasme, perhatian kepada orang lain dan percaya sementara remaja yang ditolak (*Rejected Children*) adalah remaja yang paling tidak dipilih oleh teman – temannya sebagai teman beraktivitas, sering dikategorikan bukan teman yang baik dan sering dibenci oleh teman sebayanya

2.4. Mahasiswa

Menurut Sarwono (dalam Kurniawan 2016) mahasiswa adalah setiap orang yang secara terdaftar untuk mengikuti pelajaran disebuah perguruan tinggi dengan batasan umur sekitar 18 – 30 tahun. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya, karena adanya ikatan dengan suatu perguruan tinggi.

Sementara menurut Knopfemacher (dalam Kurniawan 2016) mahasiswa adalah seseorang calon sarjana yang dalam keterlibatannya dengan perguruan tinggi yang didik dan diharapkan untuk menjadi calon-calon yang intelektual.

Menurut Zulkfli L (2002), rentang usia diantara 17 tahun sampai dengan 20 tahun disebut dengan masa *adolescence* atau dengan kata lain masa dewasa dini.

Pada periode ini merupakan mahasiswa dari semester 1 sampai dengan semester 4.

Mahasiswa dalam perkembangannya berada pada kategori remaja akhir yang berada dalam rentang usia 18-21 tahun. Menurut Papalia (2007), usia ini berada dalam tahap perkembangan dari remaja atau *adolescence* menuju dewasa muda atau *young adult hood*. Pada usia ini, perkembangan individu ditandai dengan pencarian identitas diri, adanya pengaruh dari lingkungan, serta sudah mulai membuat keputusan terhadap pemilihan pekerjaan atau karirnya.

Jadi mahasiswa adalah orang yang yang terdaftar sebagai murid atau siswa di perguruan tinggi, baik di universitas, institut atau akademi yang berada dalam rentang usia 18 – 21 tahun.

2.5. Kerangka Pemikiran

2.5.1. Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*

Self Efficacy mempunyai peranan besar dalam perilaku yang diatur diri sendiri. *Self Efficacy* merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuannya dalam melakukan sesuatu, dan ini muncul dari berbagai macam sumber termasuk prestasi dan kegagalan personal yang pernah dialami langsung individu, ataupun dengan melihat orang yang sukses atau gagal (Hergenhahn & Olson, 2009).

Individu yang mempunyai *Self Efficacy* tinggi akan berusaha lebih keras, berprestasi lebih banyak dan lebih tinggi dalam menjalankan tugas dibandingkan individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang rendah. Bandura (1997) mengatakan bahwa individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi cenderung mempunyai kendali kejadian didalam lingkungannya, maka mereka akan lebih merasa pasti.

Namun sebaliknya individu yang mempunyai *Self Efficacy* rendah akan lebih mudah mengalami frustrasi dan putus asa dan akan lebih mudah untuk menyerah.

Dalam proses belajar sehari-hari kondisi *Self Efficacy* yang tinggi ini tercermin dalam usaha mahasiswa untuk menyelesaikan semua tugas tepat waktu, tidak melanggar aturan kampus dan bisa menyelesaikan tugas meskipun tingkat kesulitannya tinggi. Sebaliknya, mahasiswa dengan *Self Efficacy* rendah akan memiliki keyakinan yang rendah terhadap kemampuan dirinya, dan prestasi yang akan dicapai.

Tingkat keyakinan diri yang rendah biasanya akan mempengaruhi pola kemandiriannya dalam belajar (*Self Regulated Learning*). Mahasiswa dengan tingkat keyakinan diri yang rendah, biasanya akan selalu tergantung pada orang lain dalam belajar. Individu tersebut tidak mampu mengatur dirinya sendiri untuk belajar secara mandiri dan rendah dalam usahanya untuk berhasil.

Self Regulated Learning adalah kemampuan yang dimiliki oleh seorang siswa dalam mengatur belajarnya sendiri tanpa tergantung pada orang lain. *Self Regulated Learning* yang rendah juga di duga sebagai salah satu faktor yang melemahkan kualitas proses belajar mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat kemandirian tinggi biasanya mampu mengatur sendiri proses belajarnya, mengerjakan tugas dan pekerjaan rumah tanpa tergantung pada dosen, orang tua, atau teman.

Secara sadar dia sangat mandiri dalam belajar karena ingin mencapai prestasi yang tinggi. Sebaliknya, mahasiswa dengan *Self Regulated Learning* rendah sangat tergantung dengan orang lain dalam belajar, sehingga hasil

belajarnya pun tidak optimal. Dalam kegiatan belajar sehari-hari mahasiswa dengan *Self Regulated Learning* yang rendah tidak belajar secara optimal karena menggunakan sistem belajar SKS (Sistem Kebut Semalam), atau belajar pada saat menjelang ujian. Ketika diberi tugas oleh dosen mengandalkan temannya, dan pada saat ujian mencontek pekerjaan temannya. Mahasiswa dengan tingkat *Self Regulated Learning* yang rendah akan cenderung melemah dalam belajar.

Self Efficacy akan mempengaruhi *Self Regulated Learning* (Bandura, 1986; Rosenthal & Bandura, 1978; Schunk, 1986; Zimmerman, 1986 dalam Zimmerman, 1989). Individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini berdampak *Self Regulated Learning* akan tinggi. Individu akan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. *Self Efficacy* yang rendah akan sangat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya informasi tentang kemampuan mahasiswa untuk yakin pada dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan kepada mereka.

2.5.2 Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*

Dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat

dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan.

Lingkungan teman sebaya menjadi penting bagi remaja karena merupakan tempat pertama untuk menjalani aktivitas bersama dan bekerja sama dengan berpedoman pada nilai - nilai yang dibuat oleh kelompok sebaya. Zulkifli L (2012) menjelaskan bahwa salah satu ciri remaja adalah terikat oleh kelompok sebayanya. Penjelasan tersebut dapat dimaknai bahwa remaja memiliki kebutuhan kuat untuk menjalin hubungan pertemanan.

Individu yang telah memasuki masa remaja pada umumnya lebih tertarik untuk melakukan hubungan sosial dengan teman sebaya dari pada dengan keluarga karena terdapat dorongan bagi remaja untuk menyamakan diri dengan anggota kelompok sebayanya. Dorongan tersebut dikarenakan dalam suatu kelompok sebaya, para remaja merasa lebih dihargai, dianggap, dan dimengerti oleh anggota kelompoknya. Kelompok sebaya berperan sebagai penyedia tempat bagi para anggotanya untuk secara terbuka mengungkapkan perasaan, permasalahan pribadi, dan menanyakan sesuatu yang belum dimengerti dengan leluasa karena situasi tersebut belum tentu diperoleh dari anggota keluarganya

Menurut Zimmerman (1989) dalam teori sosial kognitif terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *Self Regulated Learning*, yakni individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta *Self Efficacy*. Faktor perilaku meliputi *behavior self reaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Sedangkan faktor lingkungan, dimana faktor lingkungan ini dapat

mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. faktor lingkungan dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. Adapun pengaruh lingkungan bersumber dari luar diri pembelajar, dan ini wujudnya dapat bermacam – macam. Faktor lingkungan ini dapat berupa dukungan sosial seperti dari guru, teman keluarga maupun bentuk informasi literature lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik (Zimmerman dan Pons, 1986 dalam Zimmerman, 1989). Di dalam penelitian ini dukungan sosial yang ingin diteliti adalah dukungan sosial teman sebaya.

Keberadaan teman bagi mahasiswa yang sedang menghadapi kesulitan dalam memahami suatu mata kuliah, akan dapat membantu mahasiswa dalam memahami mata kuliah tersebut secara menyeluruh, menemukan cara mudah dalam belajar dan menyelesaikan tugas dengan baik. Manan (dalam Fauziah, 2010) mengatakan bahwa dukungan dari teman sebaya akan membuat individu merasa keberadaan dan kemampuan dirinya diakui. Keakraban dengan cara membagi pikiran dan perasaan dapat memberikan semangat belajar dan membantu mahasiswa dalam mengatasi kesulitan belajarnya.

Hilman (2002) menjelaskan bahwa dukungan dari teman sebaya membuat remaja merasa memiliki teman senasib, teman untuk berbagi minat yang sama, dapat melaksanakan kegiatan kreatif sifatnya, saling menguatkan bahwa mereka dapat berubah ke arah yang lebih baik dan memungkinkan remaja memperoleh rasa nyaman, aman serta rasa memiliki identitas diri.

Hilman (2002) juga mengatakan bahwa, dukungan teman sebaya biasanya terjadi dalam interaksi sehari-hari remaja, misalnya melalui hubungan akrab yang dijalin remaja bersama teman sebayanya melalui suatu perkumpulan di kehidupan sosialnya, salah satunya ialah lingkungan sekolah atau kampus.

Dukungan sosial yang diterima mahasiswa baik dari keluarga, teman sebaya, maupun dosen diharapkan dapat mahasiswa menjadi lebih semangat untuk belajar dan memperbaiki kemampuan *Self Regulated Learning*. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial teman sebaya dengan baik diharapkan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

2.5.3 Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial dengan *Self Regulated Learning*

Self Regulated Learning merupakan strategi pembelajaran bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya dengan cara mengatur waktu dan menyelesaikan hasil pekerjaannya. Dengan kata lain, proses belajar ini merupakan atas inisiatif mahasiswa itu sendiri termasuk perencanaan, pelaksanaan dan penilaian terhadap hasil belajarnya dilakukan semuanya oleh mahasiswa yang bersangkutan.

Hal ini dapat dilakukan karena dengan kemampuan metakognitif yang dimiliki, individu bisa memahami kelebihan dan kekurangan dirinya. Dari tujuan yang ditetapkan, individu akan menetapkan rencana untuk mencapai tujuan, dengan memperhatikan kondisi dirinya, serta dimana konteks tujuan terjadi.

Self Efficacy sangat mempengaruhi keberhasilan seseorang, sebab seseorang yang memiliki *Self Efficacy* memiliki kepercayaan bahwa “saya bisa” hal ini diikuti dengan semangat yang tinggi dalam mengerjakan setiap tugas belajarnya sehingga dalam setiap kegiatan yang dilakukannya berhasil, sebaliknya untuk mahasiswa yang tidak memiliki *Self Efficacy* dia memiliki kepercayaan bahwa “saya tidak bisa ” hal ini ditandai dengan menghindar dalam mengerjakan banyak tugas, sehingga setiap kegiatan yang dilakukan oleh individu ini mengalami kegagalan (Schunk, 1985 dalam Zimmerman 1989).

Self Efficacy di duga mempengaruhi *Self Regulated Learning*. Individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini berdampak *Self Regulated Learning* juga akan tinggi. Individu tersebut akan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. *Self Efficacy* yang rendah akan sangat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya informasi tentang kemampuan mahasiswa untuk yakin pada dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan kepada mereka (Adicondro & Purnamasari, 2011).

Selain *Self Efficacy*, faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi *Self Regulated Learning* adalah dukungan sosial (Adicondro & Purnamasari, 2011). Dukungan sosial termasuk sebagai faktor lingkungan. Baron dan Byrne (2005 dalam Adicondro & Purnamasari, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial

adalah kenyamanan secara fisik & psikologis yang diberikan oleh teman sebaya atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber - sumber yang ada di lingkungan. Penelitian ini lebih menekankan pada dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya.

Menurut Cohen dan Hoberman (dalam Isnawati & Suhariadi, 2013), bentuk – bentuk dukungan sosial, yaitu *Appraisal Support*, *Self Esteem Support*, *Tangible Support* dan *Belonging Support*. Menurut Johnson & Johnson (dalam Isnawati & Suhariadi, 2013) dukungan sosial berasal dari orang-orang penting yang dekat (*significant others*) bagi individu yang membutuhkan bantuan misalnya di sekolah seperti guru atau dosen dan teman-temannya.

Hubungan dengan teman sebaya terutama persahabatan karib, memiliki peranan penting dalam perkembangan pribadi dan sosial remaja. Hubungan pertemanan dapat menjadi suatu pembelajaran dan pelatihan berbagai keterampilan sosial bagi remaja (Asher & Parker, Erwin, Gauvain, Maxmell, Jarret & Dickerson, Sutton – Smith, dalam Ormrod, 2008).

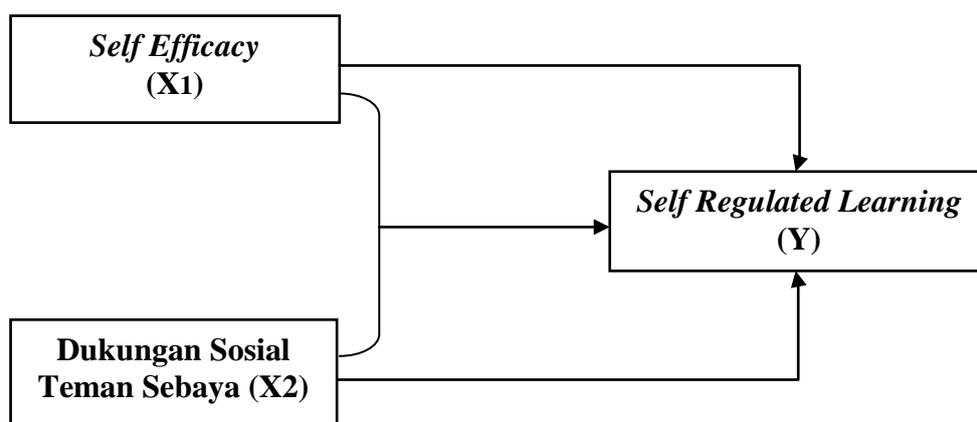
Siswa atau mahasiswa yang memiliki hubungan sosial yang menyenangkan dengan teman – temannya di sekolah atau di kampus akan cenderung berprestasi tinggi (Gest, Domitrovich & Welsh, Guay et. Al, Patrick, Anderman & Ryan, Pellegrini & Bohn, dalam Ormrod, 2008).

2.6. Kerangka Penelitian

Berdasarkan uraian – uraian diatas maka, maka dapat dikatakan bahwa kemampuan *Self Regulated Learning* mahasiswa dapat dipengaruhi faktor *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya. *Self Efficacy* mempunyai pengaruh kuat atas perilaku, misalnya seorang mahasiswa memiliki *Self Efficacy* rendah mungkin tidak akan mencoba belajar untuk ujian karena ia tidak percaya akan dapat melakukannya dengan baik.

Dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa, baik dari keluarga, teman sebaya maupun dosen, namun dalam penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya diharapkan dapat membuat mahasiswa menjadi lebih semangat untuk belajar dan memperbaiki kemampuan *Self Regulated Learning*. Mahasiswa yang memperoleh dukungan sosial teman sebaya diharapkan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagaicara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

Gambaran mengenai hubungan antara variabel *Self Efficacy* dan Dukungan Teman Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*, adalah sebagai berikut:



2.2. Kerangka Pemikiran hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*

2.7. Hipotesis

1. Ada hubungan yang positif antara *Self Efficacy* yang tinggi dengan *Self Regulated Learning*. Semakin tinggi *Self Efficacy* mahasiswa, maka akan semakin baik *Self Regulated Learning*nya. Sebaliknya jika *Self Efficacy* yang rendah maka akan semakin rendah *Self Regulated Learning*nya.
2. Ada hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya tinggi maka akan diikuti pula dengan *Self Regulated Learning* yang tinggi. Sebaliknya bila dukungan teman sebaya rendah maka *Self Regulated Learning* mahasiswa pun rendah.
3. Ada hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Artinya, semakin tinggi *Self Efficacy* mahasiswa dan diikuti juga dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, maka kemampuan mahasiswa dalam *Self Regulated Learning* semakin baik. Sebaliknya semakin rendah *Self Efficacy* mahasiswa dan dukungan sosial teman sebaya rendah, maka kemampuan mahasiswa dalam *Self Regulated Learning* semakin rendah.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Adapun tempat penelitian ini adalah di Universitas Potensi Utama yang beralamat di Jl. K. L Yos Sudarso Km. 6.5 No. 3A Tanjung Mulia - Medan. Telp / Fax (061) 6640525 / (061) 6636830. E-Mail: info@potensi-utama.ac.id. Peneliti telah melakukan pengambilan data pada tanggal 15 Mei 2017 – 17 Mei 2017.

3.2 Identifikasi Variabel

Variabel penelitian dapat dibedakan menurut kedudukan dan jenisnya, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi variabel terikat atau dengan kata lain variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain (Azwar, 2005). Variabel bebas ini, meliputi:
 - a. *Self Efficacy*, yang dinyatakan dalam X_1
 - b. Dukungan Sosial Teman Sebaya, yang dinyatakan dalam X_2
2. Variabel terikat yaitu variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar, 2005). Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah *Self Regulated Learning (SLR)*, yang dinyatakan dalam Y .

3.3 Defenisi Operasional

Defenisi operasional variabel adalah defenisi yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diobservasi dari apa yang sedang didefenisikan (Sarwono, 2006). Sementara menurut Azwar (2005) defenisi operasional adalah defenisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik – karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.

Defenisi Operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Self Efficacy* adalah keyakinan atau penilaian individu akan kemampuan dirinya dalam menghadapi suatu aktivitas atau situasi yang sulit yang berada diluar kemampuannya. Yang dipengaruhi oleh aspek tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), aspek generalisasi (*Generality*) dan aspek Kekuatan (*Strength*).
2. Dukungan sosial teman sebaya adalah suatu bentuk dorongan atau bantuan yang diberikan oleh orang lain kepada individu sehingga dapat memberikan rasa kenyamanan secara fisik dan psikologis, sehingga individu tersebut merasa dicintai, disayangi dan dihargai dan menjadi bagian dari suatu kelompok yang mempunyai usia atau tingkatan kematangan yang tidak jauh berbeda. Dan bentuk – bentuk dukungan sosial, yaitu *Appraisal Support*, *Self Esteem Support*, *Tangible Support* dan *Belonging Support*.
3. *Self Regulated Learning* adalah kemampuan individu atau tanggung jawab individu dalam mengatur atau mengelola pikiran mereka,

perilaku, dan emosi untuk mengatur sendiri proses belajarnya, yang dipengaruhi oleh aspek kognitif, motivasi dan perilaku.

3.4 Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan individu – individu yang merupakan objek dalam pengambilan data (Lubis, 2012). Sementara menurut Arikunto (dalam Taniredja dan Mustafidah, 2012) populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian.

Adapun populasi dari penelitian ini adalah seluruh mahasiswa semester 2 Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer Universitas Potensi Utama Jurusan Sistem Informasi angkatan 2016 -2017 yang berjumlah 210 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang di teliti (Arikunto, 2006). Menurut Hidayat (2007 dalam Taniredja dan Mustafidah, 2012), sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

Berdasarkan cara perhitungan sampel menurut Isaac dan Michael (dalam Sarwono, 2006) dengan taraf kesalahan 5%, maka sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 131 orang dari total 210 responden.

3.5 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Simple Random Sampling* (Pengambilan sampel secara random sederhana), dilakukan dengan cara undian atau lotere, yaitu dengan membuat lintingan kertas sebanyak populasi, kemudian mengambil secara acak lintingan kertas sebanyak sampel yang diperlukan dan nomor yang terpilih dijadikan sampel (Taniredja dan Mustafidah, 2012).

3.6 Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional yang terdiri dari tiga variabel yaitu variabel X_1 (*Self Efficacy*), variabel X_2 (dukungan sosial teman sebaya) dan variabel Y (*Self Regulated Learning*). Korelasi merupakan angka yang menunjukkan arah kuatnya hubungan antar dua variabel atau lebih. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *Likert*.

Skala ini pada rancangannya disusun untuk mengukur sikap (Suryabrata, 1998). Pada skala *Likert* yang digunakan untuk mengungkap suatu sikap adalah menggunakan suatu pernyataan.

Respon yang diharapkan diberikan oleh subjek adalah taraf kesetujuan atau ketidaksetujuan dalam variasi Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dalam membuat pernyataan ada yang searah (mendukung) teori yang mendasari hal yang hendak diteliti dan ada juga yang tidak searah (tidak mendukung) teori yang mendasari hal yang hendak diteliti (Suryabrata, 2005).

Penilaian jawaban berkisar antara satu sampai dengan empat untuk masing-masing aitem. Pada aitem *favourable*, pilihan SS mendapat skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2, dan STS mendapat skor 1. Pada aitem *unfavourable*, pilihan SS mendapat skor 1, S mendapat skor 2, TS mendapat skor 3, dan STS mendapat skor 4.

Skala ini dibuat dalam bentuk kuesioner atau angket. Kuesioner merupakan instrument pengumpulan data yang sangat fleksibel dan sangat mudah dibuat.

1. Skala *Self Efficacy*

Skala ini disusun berdasarkan dari aspek – aspek yang terdapat dalam *Self Efficacy* yang terdiri dari 3 aspek, yaitu aspek tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), aspek generalisasi (*Generality*) dan aspek Kekuatan (*Strength*).

Tabel 1. Aspek dan indikator *Self Efficacy*

No.	Aspek	Indikator
1.	Tingkat kesulitan tugas (<i>Magnitude</i>)	1. Membuat target yang menantang 2. Yakin dapat melakukan pekerjaan dengan baik, walaupun pekerjaan tersebut dirasakan sulit 3. Yakin akan dengan kemampuannya
2.	Generalisasi (<i>Generality</i>)	1. Menjadikan pengalaman sebagai pelajaran atau jalan menuju sukses 2. Mampu menyikapi situasi yang berbeda dengan baik
3.	Kekuatan (<i>Strenght</i>)	1. Berusaha bangkit ketika mengalami kegagalan 2. Memiliki komitmen dalam pencapaian target 3. Ketenangan dalam menghadapi tugas yang sulit

2. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Skala ini disusun berdasarkan bentuk – bentuk dukungan sosial teman sebaya, yaitu *Appraisal Support*, *Self Esteem Support*, *Tangible Support* dan *Belonging Support*.

Tabel 2. Bentuk dan Indikator Dukungan Sosial Teman Sebaya

No.	Bentuk	Indikator
1.	<i>Appraisal Support</i>	1. Ungkapan empati 2. Kepedulian dan perhatian terhadap orang lain 3. Menyediakan rasa nyaman dan perasaan dicintai
2.	<i>Self Esteem Support</i>	1. Dorongan atau persetujuan untuk melakukan suatu tindakan 2. Memberikan penghargaan positif atas tindakan yang akan atau telah dilakukan 3. Memberikan semangat
3.	<i>Tangible Support</i>	1. Memberikan bantuan berupa jasa 2. Memberikan materi atau waktu
4.	<i>Belonging Support</i>	1. Merasa bagian atau diterima dalam kelompok 2. Berbagi kesenangan

3. Skala *Self Regulated Learning* (SLR)

Skala ini disusun berdasarkan aspek – aspek yang mempengaruhi *Self Regulated Learning* (SLR), yaitu aspek metakognitif, motivasi, dan perilaku.

Tabel 3. Aspek dan Strategi belajar *Self Regulated Learning*

No	Aspek	Strategi Belajar
1.	Metakognitif	a) <i>Rehearsal</i>
		b) <i>Elaboration</i>
		c) <i>Organizing</i>
		d) <i>Metacognitive Regulation</i>
2.	Motivasi	a) <i>Mastery self-talk</i>
		b) <i>Extrinsic self-talk</i>
		c) <i>Relative ability self-talk</i>
		d) <i>Relevance enhancement</i>
		e) <i>Situational interest enhancement</i>
		f) <i>Self-consequating</i>
		g) <i>Environment structuring</i>
3.	Perilaku	a) <i>Effort regulation</i>
		b) <i>Time/study environment</i>
		c) <i>Help- seeking</i>

3.7 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu tahap persiapan, tahap pengumpulan data dan tahap analisis data.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan penelitian ini diawali dengan menyusun proposal dan instrument penelitian, yang disusun berdasarkan aspek – aspek dari setiap variabel

yang akan diteliti, setelah tersusun maka skala ini akan diujicobakan untuk mengetahui reabilitas dan validitas dari masing – masing skala.

Untuk uji coba alat ukur ini, peneliti melakukannya di Universitas Potensi Utama, Medan sebanyak mahasiswa. Persiapan administrasi dilakukan dengan mengajukan permohonan izin kepada pengelola Pascasarjana Program Studi Psikologi Universitas Medan Area dengan menunjukkan proposal penelitian yang telah disetujui oleh 2 orang pembimbing tesis.

2. Tahap Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal, setelah mendapat izin dari Rektor Universitas Potensi Utama, Medan. Pelaksanaan pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 15 Mei 2017 – 17 Mei 2017 di Universitas Potensi Utama, Medan.

3. Tahap Analisis Data

Pada tahap analisis data dalam penelitian ini dilaksanakan dalam lima tahap, yaitu:

- a. Mengecek kembali semua data yang terkumpul.
- b. Melakukan skor dan tabulasi data dari ketiga instrumen penelitian.
- c. Menyesuaikan *print out* dengan data yang ada ditabulasi
- d. Menganalisis data dengan menggunakan program *Statistical Product of Service Solution*
- e. Interpretasi analisis

3.8. Teknik Analisis Data

3.8.1. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Sebelum sampai pada pengolahan data, data yang akan diolah nanti haruslah berasal dari alat ukur yang mencerminkan fenomena apa yang diukur. Untuk itu perlu dilakukan analisis butir (Validitas dan Reliabilitas).

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat – tingkat validitas atau kesahihan suatu instrument (Arikunto, 1998). Sebuah instrumen dapat dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti atau dengan kata lain mampu mengukur apa yang hendak diukur.

Sebuah alat ukur dapat dinyatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut menjalankan peran ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dikenakannya alat ukur tersebut. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana ketepatan dan kecermatan skala pengukuran dalam melakukan peran ukurnya. Suatu aitem diterima dan dianggap memuaskan apabila koefisien korelasi (r_{xy}) melebihi = 0,30 (Azwar, 2007).

Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur (angket) adalah teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson, dengan formulanya sebagai berikut (Hadi, 2006).

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left[\left(\sum x^2 \right) - \frac{(\sum x)^2}{N} \right] \left[\left(\sum y^2 \right) - \frac{(\sum y)^2}{N} \right]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien kolerasi antara variabel x (skor subjek setiap aitem) dengan variabel y

$\sum xy$ = Jumlah dari hasil perkalian antara variabel x (total skor subjek dari seluruh aitem) dengan variabel y

$\sum x$ = Jumlah skor seluruh setiap aitem x

$\sum y$ = Jumlah skor seluruh setiap aitem y

N = Jumlah Subjek

$\sum y^2$ = Jumlah Kuadrat skor total

$\sum x^2$ = Jumlah Kuadrat skor tiap butir soal

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas merujuk pada konsistensi skor yang dicapai oleh individu yang sama ketika mereka di uji ulang dengan tes yang sama pada kesempatan yang berbeda. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.

Apabila instrumentnya sudah baik dan dapat dipercaya (*reliable*) maka beberapa kali di uji cobakan pada waktu yang berbeda dan pada subjek yang sama maka akan tetap sama hasilnya.

Rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrument

k = banyaknya butir pernyataan atau banyaknya aitem

$\sum \sigma_b^2$ = jumlah variasi butir

σ_t^2 = varian total

Untuk menguji reliabilitas angket digunakan bantuan Program SPSS versi 14 .

3.8.2. Analisis Data

Data yang diperoleh dari subjek melalui skala ukur di transformasi ke dalam angka – angka menjadi data kuantitatif, sehingga data tersebut dapat dianalisis dengan pendekatan statistik. Ada dua hal yang dilakukan dalam analisis data kuantitatif dalam penelitian ini, yaitu: 1). Analisis data dalam penelitian ini adalah uji prasyarat yang meliputi uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan, dan 2) Uji hipotesis penelitian dengan menggunakan regresi ganda pada hipotesis ketiga dan regresi sederhana pada hipotesis satu dan dua.

Sebelum dilakukan analisa data terlebih dahulu akan dilakukan uji asumsi terhadap hasil penelitian yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

1. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi dari masing – masing variabel penelitian yaitu variabel bebas dan variabel terikat menyebar secara normal. Uji normalitas sebaran dianalisis dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov, dengan program SPSS for Windows versi 14.

2. Uji Linearitas

Uji Linearitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian, yaitu variabel terikat (*Self Regulated Learning (SLR)* dan variabel bebas *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya) memiliki hubungan linear. Uji linearitas

dilakukan dengan menggunakan analisis varian (ANOVA) dan Scatter Plot dengan menggunakan program SPSS for Windows versi 14.

3. Analisis Regresi Sederhana

Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan *Self Efficacy* terhadap *Self Regulated Learning* pada mahasiswa (Hipotesis 1) dan hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap *Self Regulated Learning* (Hipotesis 2).

4. Analisis Regresi Berganda

Analisis ini digunakan untuk menguji hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning* (Hipotesis 3). Dengan analisis ini dapat diketahui koefisien regresi variabel terhadap variabel terikat, koefisien determinasi, sumbangan relative serta sumbangan efektif masing – masing variabel bebas terhadap variabel terikat.

Semua analisis data dalam penelitian ini, mulai uji coba (validitas dan reliabilitas), uji asumsi dan pengujian hipotesis menggunakan bantuan komputer program Statistik SPSS versi 14.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, Nobelina & Purnamasari, Alfi. 2011. Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga Dan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII. *Jurnal Psikologi. Humanitas*, Vol. VIII No.1
- Aimah, Siti dan Ifadah, Muhimatul, 2014. Pengaruh Self-Regulated Learning Terhadap Motivasi Belajar Siswa. www.jurnal.unimus.ac.id
- Alwisol, 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang : UMM Press
- Ardilla, Isna, 2012. *Komputer Statistik SPSS (Statistical Product And Service Solution)*. Medan : UMSU
- Azmi, Shofiyatul. 2016. Self Regulated Learning Salah Satu Modal Kesuksesan Belajar dan Mengajar. *2nd Psychology & Humanity*
- Azwar, S. 2004. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- _____. 2005. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- _____. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi* . Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Bandura, A. 1997. *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Fasikhah, Siti Suminarti, dan Fatimah, Siti. 2013. Self-Regulated Learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *JIPT*. Vol. 01, No. 01
- Fauziah Nur Inayatul. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self Regulated Learning Pada Siswa SMP Homeschooling dari www.ilib.usm.ac.id/sipp/doc/jurnal/F.111.08.0019201511060730444.NurInayatul.pdf, diunduh 12 Januari 2017
- Feldman, Papalia. 2008. *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hadi, S. 2006. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Hadi, S dan Pamardingsih, Y. 2000. *Seri Program Statistik*. Program SPS-2000.
- Hilman. 2002. Kemandirian remaja yang tinggal di panti asuhan ditinjau dari persepsi pelayanan sosial dan dukungan sosial. *Tesis*. Universitas Gadjah Mada.
- Hergenhahn, B.R & Olson, Matthew H. 2009. *Theories of Learning, Edisi KeTujuh*. Jakarta : Kencana

- Kurniawan, Aris, 2016. Pengertian Mahasiswa Menurut Para Ahli Beserta Peran Dan Fungsinya dari <http://www.gurupendidikan.com/pengertian-mahasiswa-menurut-para-ahli-beserta-peran-dan-fungsinya/>, diunduh 12 Januari 2017
- Lubis, Zulkarnain, 2012. *Penggunaan Statistika Dalam Penelitian Sosial*. Medan : Perdana Publishing
- Latipah, Eva. 2010. Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*, Vol.37.
- Maisaroh, 2013. Pengaruh Self Efficacy Dan Self Regulated Learning Terhadap Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta
- Mahmudi Faisal , Mayangsari Marina Dwi, Rachmah Dwi Nur,2015 Hubungan Peer Attachment Dengan Self Regulated Learning Pada Siswa Boarding School. *Jurnal Ecopsy*, Volume 2, Nomor 1, April 2015
- Mulyana E, Bashori K, Dan Mujidin , 2015 . Peran Motivasi Belajar, Self-Efficacy, dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Self-Regulated Learning pada Siswa. *Psikopedagogia, Universitas Ahmad Dahlan* , Vol. 4, No.1
- Papalia, Diane E, et al. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana
- Prawira, Purwa Atmaja. 2012. *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media
- Ormrod, Jeanne Ellis, 2008. *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Jakarta, 2 : Erlangga
- Saguni Fatimah & M. Amin Sagir, 2014. Hubungan Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Self Regulation Learning Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Akselerasi Smp Negeri 1 Palu. *ISTIQRA, Jurnal Penelitian Ilmiah*, Vol. 2, No. 1 Januari-Juni 2014
- Santrock, John W. 2007. *Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua*. Jakarta : Kencana
- _____. 2011. *Educational Psychology*. New York : McGraw-Hill
- _____. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Salemba Humanika
- _____. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga
- Suryabrata, Sumadi. 2005. *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta : Andi

- Sarwono, J. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Taniredja, T ; Mustafidah, H. 2012. *Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengantar)*. Bandung : Alfabeta
- Tarsidi, Didi. tth. Teori Kognitif Sosial Albert Bandura. dari http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND.LUAR_BIASA/195106011979031DIDI_TARSIDI/Makalah%26Artikel_Tarsidi_PLB/TEORI_KOGNITIF_SOSIAL.pdf, diunduh tanggal : 23 Januari 2017
- Utami, Karina Restu Dwi, Pingkan C.B.Rumondor, S.Psi, M.psi. 2015. Perbedaan *Self Regulated Learning* Antara Mahasiswa Tingkat Awal (2015) Dan Tingkat Akhir (2013) Di Fakultas Psikologi Universitas Bina Nusantara. *Jurnal Psikologi*
- Wade, Carole ; Travis, Carol. 2007. *Psychology, 9th Edition*. Jakarta : Erlangga
- Zimmerman, Barry J. 1989. A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, Vol. 81
- _____. 1990. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Zulkifli, L. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Zumbrunn, Sharon. 2011. *Encouraging Self-Regulated Learning in the Classroom: A Review of the Literature*. Metropolitan Educational Research Consortium (MERC), Virginia Commonwealth University.

BAB IV

PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan diuraikan mengenai segala hal yang berhubungan dengan penelitian, dimulai dari orientasi kencana penelitian dan segala persiapan yang dilakukan, pelaksanaan penelitian, hasil penelitian dan pembahasan.

4.1 Orientasi kencana dan Persiapan Penelitian

4.1.1 Orientasi Kencana

Universitas Potensi Utama merupakan salah satu Perguruan Tinggi Swasta (PTS) dibawah naungan Yayasan Potensi Utama Medan. Universitas Potensi Utama bermula dari Kursus Komputer dan Bahasa Inggris pada tahun 1994 dengan nama PLSM (Pendidikan Luar Sekolah Masyarakat) Potensi Utama, dan pada tahun 2003 berdasarkan izin dari Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi (DIKTI), PLSM Potensi Utama meningkatkan status menjadi STMIK (Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Komputer) Potensi Utama.

Pada tahun 2014 STMIK Potensi Utama berubah bentuk menjadi Universitas Potensi Utama berdasarkan izin Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dengan SK Nomor: 424/E/O/2014 dengan motto "Kami hadir untuk mencerdaskan kehidupan bangsa". Saat ini Universitas Potensi Utama memiliki 5 Fakultas yang terdiri dari 12 Program Studi, yaitu:

- a. Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer dengan Program Studi: Teknik Industri (S-1), Teknik Informatika (S-1), Sistem Informasi (S-1) dan Manajemen Informatika (D-3)

- b. Fakultas Seni dan Desain dengan Program Studi: Desain Komunikasi Visual (S-1), Televisi dan Film (S-1) dan Desain Interior (S-1)
- c. Fakultas Psikologi dengan Program Studi: Psikologi (S-1)
- d. Fakultas Ilmu Politik dan Kependidikan dengan Program Studi: Ilmu Hubungan Internasional (S-1) dan Pendidikan Bahasa Inggris (S-1)
- e. Fakultas Bisnis Syariah dengan Program Studi: Ekonomi Syariah (S-1) dan Perbankan Syariah (S-1)

Masing-masing Program Studi sudah diakreditasi oleh Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT).

Penyelenggaraan pendidikan sudah melaksanakan Tridharma Perguruan Tinggi yaitu melaksanakan Pendidikan, melaksanakan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, dan penyelenggaraan manajemen disesuaikan dengan peraturan yang berlaku dan mengimplementasikan Sistem Manajemen Mutu ISO 9001:2008 serta diselaraskan dengan Visi, Misi dan Tujuan Universitas Potensi Utama

4.1.2 Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian meliputi persiapan administrasi, yaitu tentang perizinan penelitian secara informal yang dilanjutkan dengan pengurusan surat pengantar penelitian. Selain itu persiapan penelitian ini juga membahas tentang persiapan alat ukur penelitian.

a. Persiapan Administrasi

Sebelum penelitian dilaksanakan, terlebih dahulu dilakukan persiapan-persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian yang berupa izin yang meliputi izin dari pihak Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area.

Prosedur perizinan ini dimulai dengan meminta izin penelitian kepada rektor Universitas Potensi Utama. Selanjutnya setelah ada persetujuan dari pihak Universitas, maka peneliti memberikan surat izin penelitian dari pihak Program Pascasarjana Magister Psikologi Universitas Medan Area.

b. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Persiapan yang dimaksud adalah persiapan pembuatan skala *Self Efficacy*, skala dukungan sosial teman sebaya dan skala *Self Regulated Learning*. Nilai skala setiap pernyataan dibagi dalam empat kategori jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor berkisar dari 4 sampai 1, skor yang tinggi menunjukkan *Self Efficacy*, dukungan sosial teman sebaya dan *Self Regulated Learning* yang baik. Pada aitem favourable, pilihan SS mendapat skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2, dan STS mendapat skor 1. Pada aitem unfavourable, pilihan SS mendapat skor 1, S mendapat skor 2, S mendapat skor 3, dan STS mendapat skor 4.

1. Skala Self Efficacy

Skala ini disusun berdasarkan dari aspek – aspek yang terdapat dalam *Self Efficacy*, yaitu aspek tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), aspek generalisasi (*Generality*) dan aspek Kekuatan (*Strength*)

Tabel 4. Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala *Self Efficacy* Sebelum Uji Coba

No.	Aspek <i>Self Efficacy</i>	Nomor Butir		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	Tingkat kesulitan tugas (<i>Magnitude</i>)	3,6,11,14,15,	2,7,12,16,27,30	11
2.	Generalisasi (<i>Generality</i>)	1,8,13,18,20,24,32	10,17,25,31,33	12
3.	Kekuatan (<i>Strenght</i>)	4,5,9,22,26,28,35	19,21,23,29,34	12
Total		19	16	35

2. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Skala ini disusun berdasarkan bentuk – bentuk dukungan sosial, yaitu *Appraisal Support*, *Self Esteem Support*, *Tangible Support* dan *Belonging Support*.

Tabel 5. Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala Bentuk Dukungan Sosial Teman Sebaya Sebelum Uji Coba

No.	Bentuk	Nomor Butir		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1.	<i>Appraisal Support</i>	9,18,23,30	1,5,15,32	8
2.	<i>Self Esteem Support</i>	12,19,21,25	13,20,24,29,35	9
3.	<i>Tangible Support</i>	2,7,14,28,33	3,11,17,26	9
4.	<i>Belonging Support</i>	4,6,8,27,34	10,16,22,31	9
Total		18	17	35

3. Skala *Self Regulated Learning* (SLR)

Skala ini disusun berdasarkan aspek – aspek yang mempengaruhi *Self Regulated Learning* (SLR), yaitu aspek kognitif, motivasi, dan perilaku.

Tabel 6. Distribusi Penyebaran Butir-butir Skala *Self Regulated Learning* Sebelum Uji Coba

No	Aspek	Strategi Belajar	Nomor Butir		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1.	Metakognitif	a) <i>Rehearsal</i>	1,55	7,56	4
		b) <i>Elaboration</i>	52,53	2,54	4
		c) <i>Organizing</i>	50,51	6,49	4
		d) <i>Metacognitive Regulation</i>	3,46	47,48	4
2.	Motivasi	a) <i>Mastery self-talk</i>	4,43	44,45	4
		b) <i>Extrinsic self-talk</i>	39,41	5,40	4
		c) <i>Relative ability self-talk</i>	8,38	9,42	4
		d) <i>Relevance enhancement</i>	10,37	14,35	4
		e) <i>Situational interest enhancement</i>	13,34	11,36	4
		f) <i>Self-consequating</i>	15,32	12,33	4
		g) <i>Environment structuring</i>	18,30	16,31	4
3.	Perilaku	a) <i>Effort regulation</i>	19,28	17,27	4
		b) <i>Time/study environment</i>	20,26	21,29	4
		c) <i>Help-seeking</i>	24,25	22,23	4
JUMLAH			28	28	56

c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Pelaksanaan uji coba skala *Self Efficacy*, skala dukungan sosial teman sebaya dan skala *Self Regulated Learning* dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2017 pada mahasiswa semester 2 Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer Universitas Potensi Utama Jurusan Sistem Informasi.

Selanjutnya dilakukan pengambilan data dilanjutkan dengan penyekoran sekaligus pengolahan data untuk menguji validitas dan reliabilitas ketiga skala tersebut. Jumlah mahasiswa yang dikenakan sebagai subjek uji coba skala adalah sebanyak 30 orang.

Dalam pelaksanaannya dilapangan, peneliti dibantu oleh rekan dosen untuk menyebarkan skala kepada mahasiswa. Penyebaran skala ini dilakukan

setelah jam mata kuliah selesai, sehingga tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar.

Dalam hal penyebaran skala ini, peneliti memberikan penjelasan akan maksud dan tujuan menyebarkan skala sekaligus memberikan instruksi mengenai tata cara mengisi skala tersebut. Setelah mahasiswa memahami akan tata cara mengisi skala, maka skala langsung dibagikan kepada mahasiswa.

Langkah berikutnya, peneliti melakukan penilaian terhadap butir skala dengan cara membuat format nilai berdasarkan skor-skor yang ada pada setiap lembarnya, kemudian skor yang merupakan pilihan subjek pada setiap butir pernyataan dipindahkan ke komputer program *excel* yang diformat sesuai dengan keperluan tabulasi data, yaitu lajur untuk nomor pernyataan dan baris untuk nomor subjek.

Berdasarkan hasil uji coba variabel *Self Efficacy* (X_1) untuk 35 butir angket diperoleh koefisien daya beda aitem bergerak mulai dari 0,158 – 0,612 dengan $p < 0,05$. Dari hasil ini diperoleh 7 butir aitem tidak valid, yaitu butir: 5, 10, 14, 19, 24, 29, dan 32 sehingga terdapat 28 butir aitem valid dan berdasarkan hasil analisis reliabilitas yang menggunakan formula *Alpha Cronbach*, diperoleh indeks reliabilitas sebesar 0,867, maka skala yang telah disusun dalam penelitian ini dinyatakan reliabel.

Item yang dinyatakan valid kemudian disusun kembali dan digunakan sebagai alat pengambilan data pada penelitian yang sebenarnya, sedangkan item yang tidak valid dibuang atau tidak digunakan.

Dengan demikian butir skala *Self Efficacy* yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian berjumlah 28 butir. Tabel berikut merupakan distribusi penyebaran butir skala *Self Efficacy* setelah uji coba.

Tabel 7. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala *Self Efficacy* Setelah Uji Coba

No.	Aspek –Aspek	Nomor Aitem				Total aitem valid
		Favourable		Unfavorable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	Tingkat kesulitan tugas (<i>Magnitude</i>)	3,6,11,15	14	2,7,12,16,27,30	-	10
2.	Generalisasi (<i>Generality</i>)	1,8,13,18,20	24,32	17,25,31,33	10	9
3.	Kekuatan (<i>Strenght</i>)	4,9,22,26,28,35	5	21,23,34	19.29	9
Total		15	4	13	3	28

Selanjutnya berdasarkan hasil ujicoba variabel dukungan teman sebaya (X_2) untuk 35 butir aitem. Dimana diperoleh 6 butir aitem tidak valid, yaitu butir: 6, 11, 15, 16, 23 dan 29 sehingga terdapat 29 butir aitem valid dan berdasarkan hasil analisis reliabilitas yang menggunakan formula *Alpha Cronbach*, diperoleh indeks reliabilitas sebesar 0,895. maka skala yang telah disusun dalam penelitian ini dinyatakan reliable. Dengan demikian butir skala dukungan teman sebaya yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian berjumlah 29 butir.

Item yang dinyatakan valid kemudian disusun kembali dan digunakan sebagai alat pengambilan data pada penelitian yang sebenarnya, sedangkan item yang tidak valid dibuang atau tidak digunakan.

Tabel berikut merupakan distribusi penyebaran butir skala dukungan sosial teman sebaya setelah uji coba:

Tabel 8. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala Dukungan Sosial Teman sebaya Setelah Uji Coba

No.	Aspek – Aspek	Nomor Aitem				Total Aitem Valid
		Favourable		Unfavorable		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	<i>Appraisal Support</i>	9,18,30	23	1,5,32	15	6
2.	<i>Self Esteem Support</i>	12,19,21,25	-	13,20,24,35	29	8
3.	<i>Tangible Support</i>	2,7,14,28,33	-	3,17,26	11	8
4.	<i>Belonging Support</i>	4,8,27,34	6	10,22,31	16	7
Total		16	2	13	4	29

Kemudian selanjutnya berdasarkan hasil ujicoba variabel *Self Regulated Learning* (Y) untuk 56 butir, diperoleh 9 butir aitem tidak valid, yaitu butir 1, 2, 7, 25, 27, 31, 40, 42 dan 47 sehingga terdapat 47 butir aitem valid dan berdasarkan hasil analisis reliabilitas yang menggunakan formula *Alpha Cronbach*, diperoleh indeks reliabilitas sebesar 0,957, maka skala yang telah disusun dalam penelitian ini dinyatakan reliable.

Dengan demikian butir skala dukungan teman sebaya yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian berjumlah 47 butir. Item yang dinyatakan valid kemudian disusun kembali dan digunakan sebagai alat pengambilan data pada penelitian yang sebenarnya, sedangkan item yang tidak valid dibuang atau tidak digunakan.

Tabel berikut merupakan distribusi penyebaran butir skala dukungan sosial teman sebaya setelah uji coba.

Tabel 9. Distribusi Penyebaran Butir-butir Pernyataan Skala *Self Regulated Learning* Setelah Uji Coba

No	Aspek	Strategi Belajar	Nomor Butir				Total aitem valid
			Favourable	Gugur	Unfavourable	Gugur	
1.	Meta-kognitif	e) <i>Rehearsal</i>	55	1	56	7	2
		a) <i>Elaboration</i>	52,53	-	54	2	3
		b) <i>Organizing</i>	50,51	-	6,49	-	4
		c) <i>Metacognitive Regulation</i>	3,46	-	48	47	3
2.	Motivasi	a) <i>Mastery self-talk</i>	4,43	-	44,45	-	4
		b) <i>Extrinsic self-talk</i>	39,41	-	5	40	3
		c) <i>Relative ability self-talk</i>	8,38	-	9	42	3
		d) <i>Relevance enhancement</i>	10,37	-	14,35	-	4
		e) <i>Situational interest enhancement</i>	13,34	-	11,36	-	4
		f) <i>Self-consequating</i>	15,32	-	12,33	-	4
		g) <i>Environment structuring</i>	18,30	-	16	31	3
3.	Perilaku	a) <i>Effort regulation</i>	19,28	-	17	27	3
		b) <i>Time/study environment</i>	20,26	-	21,29	-	4
		c) <i>Help-seeking</i>	24	25	22,23	-	3
Total			26	2	21	7	47

4.2 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15 Mei 2017 – 17 Mei 2017 kepada orang mahasiswa, dimana segala bentuk sistem dan cara pelaksanaannya tidak jauh berbeda dengan yang dilakukan pada tahap awal pengambilan data pada

saat uji coba skala, yakni peneliti menemui Rektor Universitas Potensi Utama guna meminta izin untuk melakukan penelitian dan penyebaran skala ukur penelitian dan yang menjadi subjek penelitian tidak lagi mahasiswa yang sama pada saat uji coba alat ukur dilakukan.

Setelah skala ukur terkumpul semua dan mahasiswa telah mengisi skala dengan benar, yaitu tidak ada jawaban yang terlewati atau kosong. Kemudian dilakukan proses skoring seperti yang dilakukan pada saat uji coba skala ukur. Kemudian setelah data nilai dari skala *Self Efficacy*, Dukungan Sosial Teman Sebaya dan *Self Regulated Learning* terkumpul data tersebut dipindahkan ke program *windows excel*, kemudian dari masing – masing data tersebut di cari nilai totalnya. Setelah diketahui nilai subjek untuk variabel *Self Efficacy* (variabel bebas X_1), dukungan sosial teman sebaya (variabel bebas X_2) dan *Self Regulated Learning* (variabel terikat Y), maka nilai ketiga variabel ini menjadi data induk penelitian.

4.3 Analisis Data dan Hasil Penelitian

4.3.1 Analisis Data Hasil Penelitian

Analisis data yang dilakukan dalam pengolahan data penelitian adalah dengan menggunakan analisis regresi berganda, dimana analisis regresi berganda digunakan untuk menganalisis hubungan antara lebih dari satu variabel bebas dengan satu variabel terikat untuk mengetahui seberapa besar kemampuan prediksi kedua variabel bebas yaitu *Self Efficacy* (X_1), Dukungan Sosial Teman Sebaya (X_2) terhadap variabel tergantung yaitu *Self Regulated Learning* (Y).

Menurut Hadi (2000) analisis regresi digunakan untuk mengetahui seberapa besar daya prediksi satu variabel bebas (X) atau lebih dengan sebuah variabel terikat (Y). Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi normalitas sebaran linieritas hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung.

a. Hasil Uji Normalitas

Pada penelitian ini, teknik yang digunakan untuk menguji normalitas data menggunakan teknik analisis *Kolmogorov Smirnov*, Data dapat dikatakan terdistribusi normal jika nilai $p > 0,05$ dan jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal.

Tabel 10. Uji Normalitas

Variabel	Rata – rata	SD	Sig	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	84,21	9,909	0,225	Normal
Dukungan sosial teman sebaya	82,69	9,415	0,277	Normal
<i>Self Regulated Learning</i>	81,36	8,661	0,142	Normal

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel 10, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Uji normalitas variabel *Self Efficacy* diperoleh nilai $p = 0,225$ ($p > 0,05$), ini menunjukkan bahwa variabel *Self Efficacy* memiliki sebaran normal.
2. Uji normalitas variabel dukungan sosial teman sebaya diperoleh nilai $p = 0,277$ ($p > 0,05$), ini menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya memiliki sebaran normal.

3. Uji normalitas variabel *Self Regulated Learning* diperoleh nilai $p = 0,142$ ($p > 0,05$), ini menunjukkan bahwa variabel *Self Efficacy* memiliki sebaran normal.

b. Hasil Uji Linieritas

Uji asumsi linieritas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linieritas dapat juga digunakan untuk mengetahui taraf penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut.

Kaidah yang digunakan dalam linieritas hubungan adalah apabila $p > 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak linier, sebaliknya apabila $p < 0,05$ sebarannya dinyatakan linier (Hadi dan Pamardingsih, 2000).

Tabel 11. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig	Keterangan
<i>Self Efficacy – Self Regulated Learning</i>	14,914	0,000	Linier
Dukungan Sosial Teman Sebaya - <i>Self Regulated Learning</i>	10,977	0,001	Linier

Dari tabel diatas maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Hasil uji lineritas pada variabel *Self Efficacy – Self Regulated Learning* diperoleh nilai $F = 14,914$ dan $p = 0,000$ yang berarti $p < 0,05$. Maka hubungan kedua variabel tersebut linier.

2. Hasil uji linieritas pada variabel dukungan sosial teman sebaya – *Self Regulated Learning* diperoleh nilai $F = 10,977$ dan $p = 0,001$ yang berarti $p < 0,05$. Maka hubungan kedua variabel tersebut linier.

4.3.2. Hasil Uji Hipotesis

Selanjutnya dilakukan analisis data untuk mengetahui apakah hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya diterima atau ditolak. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda. Ada 3 hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, adalah:

a. Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*. Berdasarkan hasil pengujian, maka diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{x1y} = 0,306$ dan nilai signifikansi sebesar $p = 0,000$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima yaitu terdapat hubungan yang positif signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*.

Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinan (R^2) dari hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* sebesar 0,093 yang berarti 9,3 % dari variasi *Self Regulated Learning* dapat dijelaskan oleh variabel *Self Efficacy*. Analisis hubungan yang diberikan *Self Efficacy* (X_1) dengan *Self Regulated Learning* (Y), sebagaimana tabel 12 berikut ini:

Tabel 12. Analisis Regresi Sederhana Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
self regulated learning * self efficacy	.306	.093	.646	.417

Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinan (R^2) dari hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* sebesar 0,093 yang berarti 9,3 % dari variasi *Self Regulated Learning* dapat dijelaskan oleh variabel *Self Efficacy*.

b. Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Berdasarkan hasil pengujian, maka diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{x2y} = 0,271$ dan $p = 0,001$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima yaitu terdapat hubungan yang positif signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Sumbangan variabel dukungan sosial teman sebaya terhadap *Self Regulated Learning* dapat dilihat pada tabel 13 berikut ini:

Tabel 13. Analisis Regresi Sederhana Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*

Measures of Association				
	R	R Squared	Eta	Eta Squared
self regulated learning * dukungan sosial teman sebaya	.271	.073	.600	.360

Berdasarkan tabel 13, maka koefisien determinan (R^2) dari hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* sebesar 0,073 yang berarti 7,3% dari variasi *Self Regulated Learning* dapat dijelaskan oleh variabel dukungan sosial teman sebaya.

c. Hipotesis Ketiga

Hipotesis ketiga dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan maka diperoleh nilai $F = 9,511$ dengan $p = 0,000$.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Hal ini berarti hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima.

Sementara nilai koefisien determinasi (R^2) dari kedua variabel bebas adalah:

Tabel 14 Nilai Koefisien Determinasi (R^2)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.360 ^a	.129	.116	8.144

Berdasarkan hasil diatas maka diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,129, yang artinya bersama – sama *Self Efficacy* dan dukungan sosial

teman sebaya memiliki sumbangan terhadap munculnya *Self Regulated Learning* adalah sebesar 12,9 % sisanya 87,1 % dipengaruhi oleh faktor lain selain *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya.

Tabel 15. Analisis Regresi Secara Bersama – sama

Coefficients ^a								
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1 (Constant)	48.038	7.715		6.227	.000			
self efficacy	.217	.075	.248	2.875	.005	.306	.246	.237
dukungan sosial teman sebaya	.182	.079	.198	2.299	.023	.271	.199	.190

a. Dependent Variable: self regulated learning

Berdasarkan tabel tersebut maka diperoleh persamaan regresi X_1 dan X_2 dengan Y adalah sebagai berikut:

$$Y = 48,038 + 0,217 X_1 + 0,182 X_2$$

Variabel *Self Regulated Learning* dilambangkan dengan Y , *Self Efficacy* dilambangkan dengan X_1 dan dukungan sosial teman sebaya dilambangkan dengan X_2 . Dengan demikian persamaan regresi bermakna bahwa variabel *Self Regulated Learning* akan berubah sebesar 0,217 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel *Self Efficacy* (X_1) dan akan berubah sebesar 0,182 untuk

setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel dukungan sosial teman sosial (X_2).

Yang artinya adalah bahwa *SelfEfficacy*, dan Dukungan Sosial Teman Sebaya secara bersama-sama memiliki peran yang signifikan terhadap *Self Regulated Learning*. Adanya peningkatan X_1 (*Self Efficacy*), dan X_2 (dukungan Sosial Teman Sebaya), maka akan diikuti oleh peningkatan terhadap *Self Regulated Learning* (Y).

Kemudian dilakukan Uji Koefisien Regresi Parsial (Uji t), uji ini digunakan untuk mengetahui apakah dalam model regresi variabel independen (X_1, X_2, \dots, X_n) secara parsial berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen (Y), atau dengan kata lain Uji Koefisien Regresi Parsial menunjukkan apakah variabel-variabel bebas punya pengaruh secara parsial (terpisah atau sendiri-sendiri) terhadap variabel terikat.

Hasil analisis secara parsial antara variabel *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* diperoleh $t_{hitung} = 2.875$ dan $Sig. = 0.05$ sementara nilai $t_{tabel} = 1,97$. Oleh karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya secara parsial variabel *Self Efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap *Self Regulated Learning*. Semakin tinggi *Self Efficacy* maka akan semakin tinggi pula *Self Regulated Learning*. Semakin rendah *Self Efficacy* maka akan semakin rendah pula *Self Regulated Learning*.

Hasil analisis secara parsial antara variabel dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* diperoleh $t_{hitung} = 2.299$ dan $Sig. = 0.05$ sementara nilai $t_{tabel} = 1,97$. Oleh karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0

ditolak dan H_a diterima, yang artinya secara parsial variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap *Self Regulated Learning*. Semakin tinggi dukungan teman sebaya maka akan semakin tinggi pula *Self Regulated Learning*. Semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka akan semakin rendah pula *Self Regulated Learning*.

4.3.3 Hasil Uji Deskriptif

Tujuan deskripsi data digunakan untuk menggambarkan kondisi sebaran data pada mahasiswa Universitas Potensi Utama. Rerata empiris dan rerata hipotetik dari subjek penelitian melalui 3 instrumen penelitian yaitu skala *Self Efficacy*, dukungan sosial teman sebaya dan *Self Regulated Learning*.

a. Mean Hipotetik

1. Untuk variabel *Self Efficacy*, jumlah butir yang valid sebanyak 28 butir dengan format skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, maka diperoleh mean hipotetik $\{(28 \times 1) + (28 \times 4)\} / 2 = 70$.
2. Untuk variabel dukungan sosial teman sebaya, jumlah butir yang valid sebanyak 29 butir dengan format skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, maka diperoleh mean hipotetik $\{(29 \times 1) + (29 \times 4)\} / 2 = 72,5$.
3. Untuk variabel *Self Regulated Learning*, jumlah butir yang valid sebanyak 47 butir dengan format skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, maka diperoleh mean hipotetik $\{(47 \times 1) + (47 \times 4)\} / 2 = 117,5$.

b. Mean Empirik dan SD Empirik

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa:

- Mean empirik variabel *Self Efficacy* adalah 84,21 dan SD empiriknya = 9,909.
- Mean empirik variabel dukungan sosial teman sebaya adalah 82,69 dan SD empiriknya = 9,415.
- Mean empirik variabel *Self Regulated Learning* adalah 131,36 dan SD empiriknya = 8,661.

4.3.4 Kategorisasi Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Adapun kategorisasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah (Azwar, 2014):

Tabel 16. Penggolongan Kriteria Tiga Kategori

Interval	Kriteria
$X < (\mu - 1\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	Sedang
$(\mu + 1\sigma) \leq X$	Tinggi

Keterangan: μ = Mean teoritik
 σ = Standar deviasi

Hasil perhitungan rata – rata empirik dan rata – rata hipotetik dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 17. Perbandingan antara Mean Empirik dan Mean Hipotetik

Variabel	SD	Mean Empirik	Mean Hipotetik	Keterangan
<i>Self Efficacy</i>	9,909	84,21	70	Tinggi
Dukungan Sosial Teman Sebaya	9,415	82,69	72,5	Tinggi
<i>Self Regulated Learning</i>	8,661	131,36	117,5	Tinggi

Berdasarkan tabel 16 diatas maka dapat disimpulkan bahwa *Self Efficacy* yang dimiliki mahasiswa Universitas Potensi Utama termasuk dalam kategori tinggi, dukungan sosial teman sebaya termasuk kategori tinggi dan *Self Regulated Learning* mahasiswa Universitas Potensi Utama termasuk dalam kategori tinggi. Artinya ada hubungan positif yang signifikan antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama.

4. 4. Pembahasan

1. Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*

Variabel *Self Efficacy* memberikan hubungan positif yang signifikan dengan *Self Regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi Utama. Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinan (R^2) dari hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* sebesar 0,093 yang berarti 9,3 % dari variasi *Self Regulated Learning* dapat dijelaskan oleh variabel *Self Efficacy*.

Berdasarkan hasil pengujian, maka diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{xly} = 0,306$ dan nilai signifikansi sebesar $p = 0,000$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima yaitu terdapat hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning*.

Hasil analisis secara parsial antara variabel *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* diperoleh $t_{hitung} = 2.875$ dan $Sig. = 0.05$ sementara nilai $t_{tabel} = 1,97$. Oleh karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya secara parsial variabel *Self Efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap *Self Regulated Learning*. Semakin tinggi *Self Efficacy* maka akan semakin tinggi pula *Self Regulated Learning*. Semakin rendah *Self Efficacy* maka akan semakin rendah pula *Self Regulated Learning*.

Siswa yang memiliki *Self Regulated Learning* yang tinggi dapat mengorganisir pekerjaan mereka, menetapkan tujuan, mencari bantuan ketika diperlukan, menggunakan strategi kerja yang efektif, mengatur waktu mereka untuk belajar, dan memiliki *Self Efficacy*. Adanya *Self Efficacy*., mahasiswa dapat mengontrol emosinya, menentukan tindakan berdasarkan pandangan pribadi, berani mengambil keputusan tentang tingkah laku pribadi serta pengambilan keputusan dalam pemecahan masalah, dapat mengurangi ketergantungan pada orang lain.

Self Efficacy mempunyai peranan besar dalam perilaku yang diatur diri sendiri. *Self Efficacy* merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuannya dalam melakukan sesuatu, dan ini muncul dari berbagai macam sumber termasuk

prestasi dan kegagalan personal yang pernah dialami langsung individu, ataupun dengan melihat orang yang sukses atau gagal (Hergenhahn & Olson, 2009).

Individu yang mempunyai *Self Efficacy* tinggi akan berusaha lebih keras, berprestasi lebih banyak dan lebih tinggi dalam menjalankan tugas dibandingkan individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang rendah. Bandura (1980) mengatakan bahwa individu yang mempunyai *Self Efficacy* yang tinggi cenderung mempunyai kendali kejadian didalam lingkungannya, maka mereka akan lebih merasa pasti. Namun sebaliknya individu yang mempunyai *Self Efficacy* rendah akan lebih mudah mengalami frustrasi dan putus asa dan akan lebih mudah untuk menyerah.

Dalam proses belajar sehari-hari kondisi *Self Efficacy* yang tinggi ini tercermin dalam usaha mahasiswa untuk menyelesaikan semua tugas tepat waktu, tidak melanggar aturan kampus dan bisa menyelesaikan tugas meskipun tingkat kesulitannya tinggi. Sebaliknya, mahasiswa dengan *Self Efficacy* rendah akan memiliki keyakinan yang rendah terhadap kemampuan dirinya, dan prestasi yang akan dicapai.

Tingkat keyakinan diri yang rendah biasanya akan mempengaruhi pola kemandiriannya dalam belajar (*Self Regulated Learning*). Hal ini sesuai dengan fakta empirik, dimana mahasiswa Universitas Potensi Utama memiliki *Self Efficacy* yang rendah, kebanyakan mahasiswa selalu tergantung pada orang lain dalam belajar. Individu tersebut tidak mampu mengatur dirinya sendiri untuk belajar secara mandiri dan rendah dalam usahanya untuk berhasil.

Self Regulated Learning adalah kemampuan yang dimiliki oleh seorang siswa dalam mengatur belajarnya sendiri tanpa tergantung pada orang lain. *Self*

Regulated Learning yang rendah juga diduga sebagai salah satu faktor yang melemahkan kualitas proses belajar mahasiswa. Mahasiswa dengan tingkat kemandirian tinggi biasanya mampu mengatur sendiri proses belajarnya, mengerjakan tugas dan pekerjaan rumah tanpa tergantung pada dosen, orang tua, atau teman.

Secara sadar dia sangat mandiri dalam belajar karena ingin mencapai prestasi yang tinggi. Sebaliknya, mahasiswa dengan *Self Regulated Learning* rendah sangat tergantung dengan orang lain dalam belajar, sehingga hasil belajarnya pun tidak optimal. Dalam kegiatan belajar sehari-hari mahasiswa dengan *Self Regulated Learning* yang rendah tidak belajar secara optimal karena menggunakan sistem belajar SKS (Sistem Kebut Semalam), atau belajar pada saat menjelang ujian. Ketika diberi tugas oleh dosen mengandalkan temannya, dan pada saat ujian mencontek pekerjaan temannya. Mahasiswa dengan tingkat *Self Regulated Learning* yang rendah akan cenderung melemah dalam belajar.

Self Efficacy akan mempengaruhi *Self Regulated Learning* (Bandura, 1986; Rosenthal & Bandura, 1978; Schunk, 1986; Zimmerman, 1986 dalam Zimmerman 1989). Individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini berdampak *Self Regulated Learning* akan tinggi. Individu akan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

Self Efficacy yang rendah akan sangat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya informasi tentang kemampuan mahasiswa untuk yakin pada dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan kepada mereka.

2. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*

Variabel dukungan sosial teman sebaya memberikan hubungan positif yang signifikan dengan *Self Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama. Hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinan (R^2) dari hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* sebesar 0,073 yang berarti 7,3% dari variasi *Self Regulated Learning* dapat dijelaskan oleh variabel dukungan sosial teman sebaya.

Berdasarkan hasil pengujian, maka diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{x2y} = 0,271$ dan nilai signifikansi sebesar $p = 0,001$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima yaitu terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*.

Hasil analisis secara parsial antara variabel dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning* diperoleh $t_{hitung} = 2.299$ dan $Sig. = 0.05$ sementara nilai $t_{tabel} = 1,97$. Oleh karena nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya secara parsial variabel dukungan sosial teman sebaya berpengaruh secara signifikan terhadap *Self Regulated Learning*. Semakin tinggi dukungan teman sebaya maka akan semakin tinggi pula *Self*

Regulated Learning. Semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka akan semakin rendah pula *Self Regulated Learning*.

Individu dengan dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai pikiran lebih positif terhadap situasi yang sulit dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat dukungan sosial rendah. Menerima berbagai jenis dukungan sosial dapat membantu seseorang dalam mengatur dirinya sendiri

Baron dan Byrne (2005 dalam Adicondro & Purnamasari, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan.

Lingkungan teman sebaya menjadi penting bagi remaja karena merupakan tempat pertama untuk menjalani aktivitas bersama dan bekerja sama dengan berpedoman pada nilai – nilai yang dibuat oleh kelompok sebaya. Zulkifli L (2012) menjelaskan bahwa salah satu ciri remaja adalah terikat oleh kelompok sebayanya. Penjelasan tersebut dapat dimaknai bahwa remaja memiliki kebutuhan kuat untuk menjalin hubungan pertemanan.

Individu yang telah memasuki masa remaja pada umumnya lebih tertarik untuk melakukan hubungan sosial dengan teman sebaya dari pada dengan keluarga karena terdapat dorongan bagi remaja untuk menyamakan diri dengan anggota kelompok sebayanya. Dorongan tersebut dikarenakan dalam suatu kelompok sebaya, para remaja merasa lebih dihargai, dianggap, dan dimengerti

oleh anggota kelompoknya. Kelompok sebaya berperan sebagai penyedia tempat bagi para anggotanya untuk secara terbuka mengungkapkan perasaan, permasalahan pribadi, dan menanyakan sesuatu yang belum dimengerti dengan leluasa karena situasi tersebut belum tentu diperoleh dari anggota keluarganya.

Menurut Zimmerman (1989) dalam teori sosial kognitif terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *Self Regulated Learning*, yakni individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta *Self Efficacy*. Faktor perilaku meliputi *behavior self reaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Sedangkan faktor lingkungan, dimana faktor lingkungan ini dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar. faktor lingkungan dapat mendukung atau menghambat mahasiswa dalam melakukan aktivitas belajar.

Adapun pengaruh lingkungan bersumber dari luar diri pembelajar, dan ini wujudnya dapat bermacam – macam. Faktor lingkungan ini dapat berupa dukungan sosial seperti dari guru, teman keluarga maupun bentuk informasi literature lainnya, serta struktur konteks belajar, seperti karakteristik tugas dan situasi akademik (Zimmerman dan Pons, 1986 dalam Zimmerman, 1989). Di dalam penelitian ini dukungan sosial yang ingin diteliti adalah dukungan sosial teman sebaya.

Keberadaan teman bagi mahasiswa yang sedang menghadapi kesulitan dalam memahami suatu mata kuliah, akan dapat membantu mahasiswa dalam memahami mata kuliah tersebut secara menyeluruh, menemukan cara mudah

dalam belajar dan menyelesaikan tugas dengan baik. Manan (dalam Fauziah) mengatakan bahwa dukungan dari teman sebaya akan membuat individu merasa keberadaan dan kemampuan dirinya diakui. Keakraban dengan cara membagi pikiran dan perasaan dapat memberikan semangat belajar dan membantu mahasiswa dalam mengatasi kesulitan belajarnya.

Hilman (2002) menjelaskan bahwa dukungan dari teman sebaya membuat remaja merasa memiliki teman senasib, teman untuk berbagi minat yang sama, dapat melaksanakan kegiatan kreatif sifatnya, saling menguatkan bahwa mereka dapat berubah ke arah yang lebih baik dan memungkinkan remaja memperoleh rasa nyaman, aman serta rasa memiliki identitas diri.

Hilman (2002) juga mengatakan bahwa, dukungan teman sebaya biasanya terjadi dalam interaksi sehari-hari remaja, misalnya melalui hubungan akrab yang dijalin remaja bersama teman sebayanya melalui suatu perkumpulan di kehidupan sosialnya, salah satunya ialah lingkungan sekolah atau kampus.

Dukungan sosial yang diterima mahasiswa baik dari keluarga, teman sebaya, maupun dosen diharapkan dapat mahasiswa menjadi lebih semangat untuk belajar dan memperbaiki kemampuan *Self Regulated Learning*. Mahasiswa yang menerima dukungan sosial teman sebaya dengan baik diharapkan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

3. Hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*

Variabel *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya secara bersama-sama memberikan hubungan positif yang signifikan dengan *Self-Regulated Learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama. Berdasarkan hasil diatas maka diperoleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,129, yang artinya bersama – sama *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya memiliki sumbangan terhadap munculnya *Self Regulated Learning* adalah sebesar 12,9 % sisanya 87,1 % dipengaruhi oleh faktor lain selain *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya.

Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan maka diperoleh nilai $F = ,511$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Hal ini berarti hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima.

Self Regulated Learning merupakan strategi pembelajaran bagi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademiknya dengan cara mengatur waktu dan menyelesaikan hasil pekerjaannya. Dengan kata lain, proses belajar ini merupakan atas inisiatif mahasiswa itu sendiri termasuk perencanaan, pelaksanaan dan penilaian terhadap hasil belajarnya dilakukan semuanya oleh mahasiswa yang bersangkutan.

Hal ini dapat dilakukan karena dengan kemampuan metakognitif yang dimiliki, individu bisa memahami kelebihan dan kekurangan dirinya. Dari tujuan

yang ditetapkan, individu akan menetapkan rencana untuk mencapai tujuan, dengan memperhatikan kondisi dirinya, serta dimana konteks tujuan terjadi.

Self Efficacy sangat mempengaruhi keberhasilan seseorang, sebab seseorang yang memiliki *Self Efficacy* memiliki kepercayaan bahwa “saya bisa” hal ini diikuti dengan semangat yang tinggi dalam mengerjakan setiap tugas belajarnya sehingga dalam setiap kegiatan yang dilakukannya berhasil, sebaliknya untuk mahasiswa yang tidak memiliki *Self Efficacy* dia memiliki kepercayaan bahwa “saya tidak bisa”. Hal ini ditandai dengan menghindar dalam mengerjakan banyak tugas, sehingga setiap kegiatan yang dilakukan oleh individu ini mengalami kegagalan (Zimmerman, 1990).

Self Efficacy di duga mempengaruhi *Self Regulated Learning*. Individu yang memiliki *Self Efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini berdampak *Self Regulated Learning* juga akan tinggi. Individu tersebut akan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. *Self Efficacy* yang rendah akan sangat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya informasi tentang kemampuan mahasiswa untuk yakin pada dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan kepada mereka (Adicondro & Purnamasari, 2011).

Selain *Self Efficacy*, faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi *Self Regulated Learning* adalah dukungan sosial (Adicondro & Purnamasari, 2011).

Dukungan sosial termasuk sebagai faktor lingkungan. Baron dan Byrne (2005 dalam Adicondro & Purnamasari, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik & psikologis yang diberikan oleh teman sebaya atau anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber – sumber yang ada di lingkungan. Penelitian ini lebih menekankan pada dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya.

Hubungan dengan teman sebaya terutama persahabatan karib, memiliki peranan penting dalam perkembangan pribadi dan sosial remaja. Hubungan pertemanan dapat menjadi suatu pembelajaran dan pelatihan berbagai keterampilan sosial bagi remaja (Asher & Parker, Erwin, Gauvain, Maxmell, Jarret & Dickerson, Sutton – Smith, dalam Ormrod, 2008). Siswa atau mahasiswa yang memiliki hubungan sosial yang menyenangkan dengan teman – temannya di sekolah atau di kampus akan cenderung berprestasi tinggi (Gest, Domitrovich & Welsh, Guay et. Al, Patrick, Anderman & Ryan, Pellegrini & Bohn, dalam Ormrod, 2008).

Menurut Cohen dan Hoberman (dalam Isnawati & Suhariadi, 2013), bentuk – bentuk dukungan sosial, yaitu *Appraisal Support*, *Self Esteem Support*, *Tangible Support* dan *Belonging Support*. Menurut Johnson & Johnson (1991) dukungan sosial berasal dari orang-orang penting yang dekat (*significant others*) bagi individu yang membutuhkan bantuan misalnya di sekolah seperti guru atau dosen dan teman-temannya.

Melalui *Self Regulated Learning* mahasiswa memiliki tingkat kenyamanan yang lebih dalam belajar khususnya terkait dengan strategi belajar yang mereka terapkan dimana mereka cenderung lebih nyaman untuk dapat belajar bersama-sama dengan teman dalam melakukan diskusi. Tingkat kenyamanan serta keyakinan dan kepercayaan diri tersebut yang terus menstimulasi mereka untuk dapat melakukan kegiatan belajar mereka secara aktif dan mandiri.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada Bab IV, maka dapat disimpulkan:

1. *Self Efficacy* berhubungan dengan *Self-regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi Utama, artinya semakin baik *Self Efficacy* maka semakin baik juga *Self Regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi Utama. Berdasarkan hasil pengujian, maka diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{x_1y} = 0,306$ dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti $p < 0,01$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima yaitu terdapat hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama.
2. Dukungan sosial teman sebayanya berhubungan dengan *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama, artinya semakin baik dukungan sosial teman sebayanya maka semakin baik juga *Self Regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi Utama. Berdasarkan hasil pengujian, maka diperoleh nilai koefisien korelasi $r_{x_2y} = 0,271$ dan nilai signifikansi sebesar 0,001 yang berarti $p < 0,01$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima yaitu terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial teman sebayanya dengan *Self Regulated Learning*.

3. *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya berhubungan dengan *Self Regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi Utama, artinya semakin baik *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya maka semakin baik juga *Self Regulated Learning* Mahasiswa Universitas Potensi Utama. Berdasarkan pengujian yang telah dilakukan maka diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 9,511 dengan nilai signifikansi 0,000 yang berarti $p < 0,01$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *Self Efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *Self Regulated Learning*. Hal ini berarti hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil temuan penelitian, maka disarankan kepada beberapa pihak yang terkait dengan penelitian, sebagai berikut:

1. Kepada Universitas Potensi Utama Medan

Untuk meningkatkan *Self Efficacy* kepada Pihak Universitas Potensi Utama Medan disarankan untuk dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam hal: (a) mengelola *Self Efficacy* ke arah yang lebih baik, (b) membangun suasana kondusif yang mengarah pada dukungan sosial teman sebaya, dan (c) menciptakan kondisi pembelajaran yang mengarahkan mahasiswa belajar mandiri. Dalam hal ini pihak Universitas Potensi Utama Medan dapat mengadakan seminar pendidikan yang bertemakan peningkatan kemampuan belajar siswa di kampus atau dapat juga mengadakan pelatihan mengenai *Self Regulated Learning* agar mahasiswa termotivasi menerapkan *Self Regulated*

Learning. Dengan kegiatan ini diharapkan pada diri mahasiswa tumbuh dan berkembang sikap mandiri dalam belajar, yang akhirnya akan memberikan peningkatan prestasi belajar mahasiswa.

2. Kepada Mahasiswa Universitas Potensi Utama

Untuk meningkatkan *Self Regulated Learning* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya pada mahasiswa Universitas Potensi Utama disarankan untuk meningkatkan potensi dirinya dalam berusaha sendiri menyelesaikan permasalahan belajar. Dalam hal ini mahasiswa dapat melakukan pengaturan jadwal belajar yang lebih terencana atau lebih baik. Selain itu mahasiswa perlu memaksa dirinya dalam mengali potensi diri yang diarahkan pada peningkatan prestasi belajar di kampus.

3. Kepada Peneliti Lain

Perlu dilakukan penelitian yang lebih mendalam untuk melihat hubungan *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*, mengingat *Self Regulated Learning* sangat dibutuhkan untuk peningkatan prestasi belajar mahasiswa. Selain itu perlu dikembangkan hal-hal lain yang mempunyai keterkaitan dengan *Self Regulated Learning* di luar variabel yang telah dikaji dalam penelitian ini misalnya motivasi belajar, prestasi akademik dan lain-lain.