



Pengaruh Efikasi Diri terhadap *Self-Regulated Learning*

Wa Ode Naifa Claresta Salsabylla¹

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

waode@gmail.com

Ahmad²

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Novita Maulidya Jalal³

Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

ABSTRACT

Changes in the learning process and environment can make it difficult for students to adapt to new ways of learning. Students who are able to self-regulated learning can plan, supervise, and evaluate various aspects related to the learning process. One of the factors that influence self-regulated learning is self-efficacy. Self-efficacy is a belief in their ability to perform certain tasks. This study aims to determine the effect of self-efficacy on self-regulated learning. This study used a quantitative method using a measuring instrument in the form of a self-regulated learning scale and a self-efficacy scale. Test the hypothesis in this study using a simple regression analysis. The results of the analysis show a significance value of $0.000 < 0.05$, so it can be concluded that there is a significant influence between self-efficacy on self-regulated learning. The value of the coefficient of determination is 0.392, so it can be concluded that self-efficacy has an effect of 39.2% on self-regulated learning, where 60.8% is influenced by other variables that the researchers did not examine. Implication of this research in the field of educational psychology in providing a deeper understanding of the effect of self-efficacy on self-regulated learning in changing learning situations

Keywords : Self-efficacy; self-regulated learning; students.

ABSTRAK

Perubahan pada proses dan lingkungan belajar dapat membuat siswa kesulitan dalam beradaptasi dengan cara belajar yang baru. Siswa yang mampu melakukan *self-regulated learning* dapat merencanakan, mengawasi, dan mengevaluasi berbagai aspek yang berhubungan dengan proses belajar. Salah satu faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan individu atas kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan tugas tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara efikasi diri terhadap *self-regulated learning*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan alat ukur berupa skala *self-regulated learning* dan skala efikasi diri. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap *self-regulated learning*. Adapun nilai koefisien determinasi adalah senilai 0,392, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh sebesar 39,2% kepada *self-regulated learning*, dimana 60,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak peneliti teliti. Penelitian ini berimplikasi pada bidang psikologi pendidikan dalam memberikan pemahaman yang lebih mendalam terkait pengaruh efikasi diri terhadap *self-regulated learning* dalam situasi pembelajaran yang berubah-ubah.

Kata kunci : Efikasi diri; *self-regulated learning*; siswa.

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 menjadi pemicu terjadinya perubahan radikal pada berbagai aspek kehidupan manusia, tanpa terkecuali aspek pendidikan (Prawanti, L. T., & Sumarni, 2020). Melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Mendikbud mengeluarkan Surat Edaran Mendikbud Dikti Nomor 35952/MPK.A/HK/2020 yang memberikan instruksi agar seluruh proses belajar mengajar pada setiap tingkatan pendidikan dari TK, SD, SMP, SMA, hingga perguruan tinggi dilakukan secara daring sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19 (Aini, Q., Budiarto, M., Putra, P. O. H., & Rahardja, 2020); (Muksin, S. N. B., & Makhsin, 2021); (Prawanti, L. T., & Sumarni, 2020).

Pembelajaran daring merupakan sistem belajar menggunakan media elektronik dan internet untuk berbagi materi (Raheem, B. R., & Khan, 2021); (Soni, 2020). Pembagian materi dalam pembelajaran daring menggunakan aplikasi computer-based learning, web-based learning, edukasi virtual, hingga kolaborasi digital dengan berbagai format seperti, e-mail, slideshow, video, PDF, serta dokumen word (Raheem, B. R., & Khan, 2021). Perubahan metode belajar menjadi daring mengharuskan siswa untuk mandiri dalam memotivasi dirinya, mengatur waktu dan berusaha untuk tetap belajar selama menjalankan pembelajaran (Aini, Q., Budiarto, M., Putra, P. O. H., & Rahardja, 2020).

Pembelajaran daring memiliki keunggulan diantaranya adalah murah, dapat dilakukan secara fleksibel serta dapat melatih kemampuan siswa dalam belajar secara mandiri (Alawamleh, M., Al-Twait, L. M., & Al-Saht, 2020); (Mukhtar, K., Javed, K., Arooj, M., & Sethi, 2020); (Soni, 2020). Meskipun demikian kekurangan dari model pembelajaran daring dapat berupa siswa menjadi kurang disiplin, tidak termotivasi, interaksi yang terbatas dengan pengajar maupun teman sebaya, lingkungan rumah yang tidak kondusif, gangguan pada perangkat yang digunakan untuk belajar, dan jaringan yang tidak stabil. (Pratama, R. E., & Mulyati, 2020) mengemukakan bahwa pembelajaran daring menyebabkan siswa tidak fokus selama proses belajar, bermain game, menyontek, malas, pasif, hingga tidak mengerjakan pekerjaan rumah.

(Farah, M., Suharsono, Y., & Prasetyaningrum, 2019) mengemukakan bahwa siswa yang melakukan penyimpangan terhadap aktivitas belajar dapat dikategorikan sebagai

siswa yang memiliki *self-regulated learning* yang rendah. Tingkat *self-regulated learning* yang rendah berdampak pada tingginya tingkat kecurangan akademik siswa, kenakalan remaja, dan prestasi akademik yang rendah (Bintoro, W., Purwanto, E., & Noviyani, 2013); (Lembut, 2016); (Nebore, 2015). Sedangkan, siswa dengan *self-regulated learning* yang tinggi memiliki tingkat pencapaian akademik yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan *self-regulated learning* yang rendah (Fasikhah, S. S., & Fatimah, 2013).

(Harahap, A. C. P., & Harahap, 2020) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* merupakan proses siswa dalam mengatur diri dan lingkungannya selama pembelajaran. (Pintrich, 2000) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* merupakan proses aktif konstruktif di mana individu menentukan tujuan lalu mengawasi, mengatur, dan mengontrol kognisi, motivasi, perilaku, diarahkan oleh tujuan dan lingkungan. (Harahap, A. C. P., & Harahap, 2020) mengemukakan bahwa *self-regulated learning* membuat siswa dapat mengatur, mengarahkan diri, menyesuaikan, dan mengendalikan diri dalam menghadapi proses belajar secara daring.

Tingkat *self-regulated learning* yang berbeda pada setiap individu tentunya dipengaruhi oleh berbagai macam faktor. (Cobb, 2021) mengemukakan bahwa terdapat tiga faktor yang dapat memengaruhi *self-regulated learning*, yaitu efikasi diri, motivasi, dan tujuan. Efikasi diri mengarah pada kepercayaan terhadap kemampuan untuk mempelajari atau melaksanakan sebuah tugas. Motivasi merupakan perilaku yang mengarah pada tujuan dipicu oleh harapan tentang hasil dari tindakan dan efikasi diri. Tujuan memberikan pedoman bagi individu dengan cara membandingkan dengan tugas-tugas sebelumnya.

Hasil pencarian lebih lanjut terkait ketiga faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*, ditemukan bahwa faktor efikasi diri berpengaruh sebesar 49,7% - 64,4% terhadap *self-regulated learning* (Barizah, 2020); (Kusumawati, P., & Cahyani, 2019)). Faktor motivasi memberikan pengaruh sebesar 0,6% - 2,4% terhadap *self-regulated learning* (Chaerani, 2017); (Prastiwi, 2021) dan faktor orientasi tujuan memberikan sumbangsih sebesar 4,9% - 24,9% terhadap *self-regulated learning* (Deasyanti, D., & Yudhistira, 2021); (Yudhistira, S., Deasyanti, D., & Muzdalifah, 2020) . Oleh karena itu,

dapat disimpulkan bahwa faktor efikasi diri yang memberikan pengaruh lebih besar terhadap *self-regulated learning* bila dibandingkan dengan faktor lainnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Kusumawati, P., & Cahyani, 2019) terhadap siswa SMA yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan *self-regulated learning*. Begitupula dengan penelitian yang dilakukan oleh yang meneliti pengaruh efikasi diri dan *self-regulated learning* pada mahasiswa membuktikan bahwa terdapat pengaruh positif antara efikasi diri dan *self-regulated learning*. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula tingkat *self-regulated learning* individu tersebut.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap *self-regulated learning* pada siswa. Adapun populasi dalam penelitian ini merupakan siswa peserta didik SMP Negeri Baubau yang terdiri dari tiga angkatan. Selanjutnya, teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini merupakan stratified random sampling. (Hadi, 2018) mengemukakan bahwa stratified random sampling merupakan pengambilan sampel yang mempunyai susunan bertingkat seperti tingkatan kelas, pendapat, dan rentang IPK. Peneliti menentukan jumlah sampel dengan bantuan aplikasi G*Power. Total populasi dalam penelitian ini sebanyak 615, dengan margin of error 5% dan confidence level 95%, sehingga jumlah responden minimal berjumlah 111.

Teknik pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya. (Azwar, 2012) mengemukakan bahwa skala merupakan perangkat yang terdiri dari beberapa pertanyaan dan disusun secara sistematis untuk mengungkap suatu atribut tertentu melalui respon yang diberikan dari responden terhadap pertanyaan tersebut. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri yang disusun oleh (Khotimah, 2018) dan skala *self-regulated learning* yang disusun oleh (Ningrum, 2015).

Selanjutnya, peneliti melakukan uji validitas terhadap kedua skala yang akan digunakan. (Azwar, 2017) mengemukakan bahwa validitas merupakan kemampuan alat

ukur dalam mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki. Skala efikasi diri terdiri dari 19 aitem dan memperoleh nilai koefisien validitas isi bergerak dari nilai 0,50–1,00, sehingga terdapat satu aitem yang gugur. Skala *self-regulated learning* terdiri dari 28 aitem dan memperoleh nilai koefisien validitas isi bergerak dari nilai 0,58–1,00, sehingga terdapat tiga aitem yang gugur. Kemudian, hasil uji coba pada skala efikasi diri menunjukkan terdapat dua aitem gugur dan 16 aitem bertahan dengan nilai reliabilitas sebesar 0,855. Adapun hasil uji coba pada skala *self-regulated learning* menunjukkan terdapat tiga aitem gugur dan 22 aitem bertahan dengan nilai reliabilitas sebesar 0.898.

Secara teknis pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan skala efikasi diri dan *self-regulated learning* ke siswa SMP Negeri 3 Baubau. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif dan uji hipotesis. Analisis data dilakukan dengan bantuan *Microsoft Excel Office 365*. Adapun uji hipotesis yang digunakan adalah uji regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS 24.00 *for windows* dan Jamovi 2.3.18.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
Laki-laki	70	47%
Perempuan	80	53%
Total	150 siswa	100%

Berdasarkan tabel 1, diketahui responden dalam penelitian ini terdiri dari 70 siswa (47%) laki-laki dan 80 siswa (53%) perempuan. Pada penelitian ini responden yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengisi skala penelitian.

Tabel 2. Deskripsi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentase(%)
11	2	1%
12	40	27%
13	51	34%
14	49	33%
15	7	5%
16	1	1%
Total	150 siswa	100%

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa menurut karakteristik usia, responden yang berusia 13 tahun paling banyak mengisi skala penelitian, yaitu sebanyak 51 orang (34%). Sedangkan responden dengan jumlah paling sedikit, yaitu responden dengan usia 16 tahun hanya satu orang (1%).

Tabel 3. Deskripsi Responden Berdasarkan Jenjang Kelas

Jenjang Kelas	Jumlah	Presentase (%)
VII	40	27%
VIII	58	39%
IX	52	35%
Total	150 siswa	100%

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa menurut jenjang kelas, responden dari kelas VIII paling banyak mengisi skala penelitian, yaitu sebanyak 58 orang (39%). Responden dari kelas VII paling sedikit mengisi skala penelitian, yaitu sebanyak 40 orang (27%).

Tabel 4. Deskripsi Presentase Skor Kategorisasi Skala Self-regulated learning

Batas Kategori	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
88 ≤	75	50%	Tinggi
72 – 88	60	40%	Sedang
≤ 72	15	10%,	Rendah
Total	150	100%	

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa sebanyak 75 siswa (50%) berada pada kategori efikasi diri yang tinggi, 40 siswa (40%) di kategori sedang, dan 15 siswa (10%) siswa yang berada pada kategori tingkat efikasi diri yang rendah.

Tabel 5. Deskripsi Presentase Skor Kategorisasi Skala Efikasi Diri

Batas Kategori	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
67 ≤	73	49%	Tinggi
55 - 67	70	47%	Sedang
≤ 55	7	5%	Rendah
Total	150	100%	

Berdasarkan tabel 5, dapat diketahui bahwa sebanyak 73 siswa (49%) berada pada kategori efikasi diri yang tinggi, 70 siswa (47%) di kategori sedang, dan 7 siswa (5%) siswa yang berada pada kategori tingkat efikasi diri yang rendah.

Tabel 6. Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Efikasi Diri dan <i>Self-regulated learning</i>	0,072	Normal <i>Berdasarkan tabel 6, diketahui bahwa nilai uji normalitas diperoleh sebesar 0,072 ($p > 0,05$) yang artinya data penelitian terdistribusi secara normal karena memiliki nilai signifikansi $> 0,05$.</i>

Tabel 7. Deskripsi Uji Linearitas

Variabel	Linearity	Deviation from Linearity	Keterangan
Efikasi Diri dan <i>Self-regulated learning</i>	0,000	0,391	Linear

Berdasarkan tabel 7, diketahui bahwa nilai koefisien *linearity* untuk data efikasi diri dan *self-regulated learning* adalah sebesar $0,000 < 0,05$, sedangkan nilai koefisien *deviation from linearity* sebesar $0,289 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa data memiliki linearitas yang kuat.

Tabel 8. Deskripsi Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien Korelasi (B)	Koefisien Determinasi (R^2)	Signifikansi (p)	N
Efikasi Diri dan <i>Self-regulated learning</i>	0,933	0,392	0,000	150

Berdasarkan tabel 8, hasil uji hipotesis pada korelasi variabel peran efikasi diri terhadap *self-regulated learning* sebesar 0,933, menunjukkan angka tersebut mendekati angka 1 dan bernilai positif. Sehingga, dapat dinyatakan bahwa efikasi diri mempunyai hubungan positif yang sangat kuat terhadap *self-regulated learning*. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,392 menandakan bahwa terdapat 39,2% kontribusi efikasi diri terhadap *self-regulated learning*. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa makin besar efikasi diri, maka makin tinggi *self-regulated learning* siswa. Begitupun sebaliknya, makin rendah efikasi diri maka makin rendah *self-regulated learning*.

Hasil analisis deskriptif *self-regulated learning* kepada 150 siswa SMP Negeri 3 Kota Baubau terbagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Berdasarkan kategorisasi pada variabel *self-regulated learning*, persentase siswa dominan berada pada kategori tinggi yaitu 75 siswa (50%). Hasil analisis menunjukan bahwa tingkat *self-regulated learning* siswa tergolong tinggi yang berarti bahwa siswa mampu melakukan

mengatur kognitif seperti mengatur persiapan serta mengevaluasi, motivasi diri dalam belajar, memberikan usaha lebih dalam belajar, dan mengatur lingkungan belajar yang kondusif dalam rangka untuk memenuhi tuntutan akademik.

(Zimmerman, 2019) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek *self-regulated learning* yaitu, metakognisi, motivasi, dan perilaku. Metakognisi merupakan kemampuan dalam merencanakan, mengatur, menginstruksi diri, mengawasi, dan mengevaluasi diri dalam belajar (Jayanti, V. S., Nurohma, U., Himawati, N. A., & Maryani, 2020). Berdasarkan interpretasi terhadap kategorisasi aspek dari skala *self-regulated learning*, menunjukkan bahwa aspek metakognisi siswa secara umum berada pada kategori tinggi. Aspek motivasi merupakan dorongan siswa dengan memiliki kepercayaan diri dalam segi kemampuan, keyakinan diri, dan kemandirian (Jayanti, V. S., Nurohma, U., Himawati, N. A., & Maryani, 2020). Hasil interpretasi terhadap kategorisasi aspek pada skala *self-regulated learning* menunjukkan bahwa tingkat motivasi siswa secara umum berada pada kategori sedang. Aspek perilaku merupakan upaya siswa untuk menciptakan lingkungan yang kodusif yang dapat mendukung proses belajar. Hasil kategorisasi aspek perilaku menunjukkan bahwa tingkat perilaku siswa secara umum berada pada kategori tinggi.

Hasil analisis deskriptif efikasi diri kepada 150 siswa SMP Negeri 3 Kota Baubau menunjukkan bahwa siswa dominan berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 73 siswa (49%). Hal ini berarti secara umum siswa memiliki keyakinan yang tinggi dalam melakukan pembelajaran. (Zimmerman, 2019) mengemukakan bahwa siswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi memiliki kualitas strategi belajar yang lebih baik dan lebih mengawasi hasil dari pembelajarannya.

(Alwisol, 2009) mengemukakan bahwa terdapat empat sumber efikasi diri yaitu, pengalaman performansi, pengalaman vikarius, persuasi sosial, dan keadaan fisik dan emosional. Sumber pengalaman performansi merupakan keyakinan akan kemampuan siswa berdasarkan pengalamannya di masa lalu. Berdasarkan interpretasi terhadap kategorisasi aspek pada skala efikasi diri diketahui bahwa tingkat aspek pengalaman performansi siswa secara umum berada pada kategori tinggi, yaitu 101 siswa (67%). Sumber kedua dari efikasi diri yaitu pengalaman vikarius yang merupakan keyakinan

siswa akan kemampuannya berdasarkan pengamatan terhadap individu lain (Alwisol, 2009).

Berdasarkan interpretasi terhadap kategorisasi aspek pada skala efikasi diri diketahui bahwa tingkat aspek pengalaman vikarius siswa secara umum berada pada kategori tinggi, yaitu 78 siswa (52%). Sumber ketiga dari efikasi diri yaitu persuasi sosial/verbal yang merupakan keyakinan individu akan kemampuannya berdasarkan dorongan yang diberikan oleh lingkungan (Alwisol, 2009). Berdasarkan interpretasi terhadap kategorisasi aspek pada skala efikasi diri diketahui bahwa tingkat aspek persuasi sosial/verbal siswa secara umum berada pada kategori sedang, yaitu 74 siswa (49%). kategori sedang. Sumber terakhir dari efikasi diri yaitu keadaan fisik dan emosional yang merupakan keyakinan individu berdasarkan kondisi fisik dan emosional (. Berdasarkan interpretasi terhadap kategorisasi aspek pada skala efikasi diri diketahui bahwa tingkat aspek keadaan fisik dan emosional siswa secara umum berada pada kategori tinggi, yaitu 83 siswa (55%).

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 di mana $p > 0,05$ sehingga, terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap *self-regulated learning*. Adapun nilai koefisien korelasi sebesar 0,933 yang berarti bahwa variabel efikasi diri memiliki tingkat hubungan positif yang sangat kuat terhadap variabel *self-regulated learning*. Selanjutnya, nilai koefisien determinansi sebesar 0,392 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara efikasi diri terhadap *self-regulated learning* siswa pada SMP Negeri 3 Baubau dengan nilai sumbangsih sebesar 39,2%. Oleh karena itu, semakin tinggi efikasi siswa semakin tinggi *self-regulated learning* siswa, dan sebaliknya semakin rendah efikasi diri siswa maka semakin rendah *self-regulated learning* siswa.

Peneliti menemukan bahwa tingkat sumber efikasi diri pada siswa, yaitu pengalaman performansi tergolong tinggi. Hal ini berarti siswa menggunakan pengalaman masa lalunya saat berhasil dalam menangani atau menghadapi masalah dalam proses belajar. Remaja dapat menciptakan sistem intelektual kompleks dengan melakukan pertimbangan atas pengalaman yang telah terjadi (Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, 2009). Sehingga, dapat disimpulkan pengalaman performansi berpengaruh

pada tingkat aspek metakognisi dari self-regulated learning, siswa dengan *self-regulated learning* yang tinggi diharapkan mampu untuk mengatur, mempersiapkan, mengawasi, dan mengevaluasi hasil dalam proses pembelajaran.

Peneliti juga menemukan tingkat sumber efikasi diri siswa, yaitu pengalaman vikarius tergolong tinggi. Hal ini berarti siswa melakukan pengamatannya terdapat individu lain dan menjadikannya panutan atau yang biasa dikenal dengan observational learning. Observational learning merupakan proses pembelajaran dengan proses meniru perilaku yang dilakukan oleh role model-nya (Artino Jr, 2007). Oleh karena itu, pengalaman vikarius berpengaruh pada pembentukan aspek perilaku dari *self-regulated learning*. Siswa yang memiliki role model yang tepat dapat membentuk perilaku *self-regulated learning* yang baik, seperti mampu memberikan usaha, mengatur waktu, serta mengkondisikan lingkungan yang kodusif untuk melaksanakan proses belajar.

Selanjutnya, tingkat persuasi sosial/verbal termasuk sedang pada siswa, hal ini berarti siswa menerima rangsangan berupa saran, komentar, atau dorongan dari lingkungan sekitar individu yang mungkin berasal dari guru atau teman sebaya. Pengaruh atau stimulasi yang berupa ajakan, suruhan, atau dorongan dari individu lain seperti teman sebaya atau guru merupakan salah satu jenis motivasi ekstrinsik (Arianti, 2018). Oleh karena itu, secara tidak langsung persuasi sosial/verbal yang diterima siswa dapat meningkatkan aspek motivasi dalam *self-regulated learning*. Siswa dengan tingkat motivasi yang tinggi mampu memotivasi diri, yakin akan kemampuannya dalam menghadapi proses belajar.

Terakhir, tingkat keadaan fisik dan emosional pada siswa tergolong tinggi, hal ini berarti siswa memahami keadaan fisik dan emosionalnya dalam memberikan usaha serta meluangkan waktu sesuai dengan kondisinya. Slameto mengemukakan bahwa terdapat faktor internal yang dapat berpengaruh pada perilaku individu, yaitu kemampuan kognitif, keadaan fisik/jasmani, dan psikologis (Wiyono, D., & Ruyani, 2019). Individu dengan pemahaman kondisi fisik dan emosional yang baik akan dengan mudah menentukan perilaku yang tepat dalam melaksanakan *self-regulated learning*.

Kontribusi efektif efikasi diri terhadap *self-regulated learning* sebesar 39,2%, dimana 60,8% dapat dipengaruhi oleh faktor lain. (Wiyono, D., & Ruyani, 2019)

mengemukakan bahwa terdapat faktor lain yang dapat memengaruhi *self-regulated learning* yaitu pengetahuan, motivasi, dan disiplin diri. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Kusumawati, P., & Cahyani, 2019) kepada 81 siswa SMA menyatakan bahwa efikasi diri memberikan sumbangannya efektif sebesar 64,4% pada peningkatan *self-regulated learning*. (Barizah, 2020) dalam penelitian terkait pengaruh efikasi diri terhadap *self-regulated learning* pada mahasiswa membuktikan bahwa efikasi diri memberikan sumbangannya efektif sebesar 49,7% pada *self-regulated learning* mahasiswa. Selanjutnya (Rustam, A., & Wahyuni, 2020) melakukan penelitian terkait pengaruh efikasi diri dan regulasi diri terhadap hasil belajar matematika pada 52 siswa SMA Alkhairaat 1 Palu menemukan bahwa efikasi diri berpengaruh positif pada hasil belajar matematika.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh efikasi diri terhadap *self-regulated learning* pada siswa sebesar 39,5%. Makin tinggi efikasi diri maka makin tinggi *self-regulated learning* siswa. Sebaliknya, makin efikasi diri maka makin rendah *self-regulated learning* siswa. Penelitian ini telah diusahakan untuk dilakukan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun masih terdapat keterbatasan yang ada di dalamnya. Berdasarkan hasil, pembahasan, serta kesimpulan penelitian di atas maka peneliti memberikan beberapa saran, yaitu bagi siswa, sekolah dan peneliti selanjutnya. Bagi siswa diharapkan mampu meningkatkan *self-regulated learning* dengan cara melakukan perencanaan, evaluasi, dan mengatur usaha serta waktu dalam proses pembelajaran. Kemudian, sekolah diharapkan turut terlibat dalam rangka meningkatkan efikasi diri siswa dengan memberikan intervensi berupa pelatihan atau wadah agar siswa dapat meningkatkan efikasi diri yang akhirnya akan berpengaruh pada tingkat *self-regulated learning* siswa. Terakhir, peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat meneliti variabel lain yang memengaruhi *self-regulated learning* pada siswa, seperti kepribadian, perilaku dan lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Q., Budiarto, M., Putra, P. O. H., & Rahardja, U. (2020). Exploring e-learning challenges during the global covid-19 pandemic: A review. *Jurnal Sistem Informasi*, . Doi: 10.21609/Jsi.V16i2.1011, 16(2).
- Alawamleh, M., Al-Twait, L. M., & Al-Saht, G. R. (2020). The effect of online learning on communication between instructors and students during Covid-19 pandemic. *Asian Education and Development Studies*. <https://doi.org/Doi: 10.1108/AEDS-06-2020-0131>.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. UMM Press.
- Arianti. (2018). Peranan guru dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan*, 12(2), 117–134. <https://doi.org/Doi: 10.30863/didaktika.v12i2.181>
- Artino Jr, A. R. (2007). *Bandura, Ross, and Ross: Observational learning and the Bobo Doll. Report*.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi (Ed. 2)*. Pustaka Pelajar.
- Barizah, F. (2020). Pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri mahasiswa yang menghafalkan al quran di htq UIN Malang.
- Bintoro, W., Purwanto, E., & Noviyani, D. I. (2013). Hubungan self regulated learning dengan kecurangan akademik mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 2(1), 65–72.
- Chaerani, M. (2017). Pengaruh efikasi diri dan motivasi belajar terhadap kemandirian kelajar implikasinya terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Sains Ekonomi Dan Edukasi*, 5(1), 31–40.
- Cobb, R. (2021). *The relationship between self-regulated learning behaviors and academic performance*. Virginia Tech.
- Deasyanti, D., & Yudhistira, S. (2021). Goal orientation & metacognitive self-regulation students on discourse learning. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(4), 688–696. <https://doi.org/10.23887/jpi-undiksha.v10i4.31396>.
- Farah, M., Suharsono, Y., & Prasetyaningrum, S. (2019). Konsep diri dengan regulasi diri dalam belajar. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 171–183.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (slr) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145–155.
- Hadi, S. (2018). *Statistika*. Pustaka Pelajar.
- Harahap, A. C. P., & Harahap, S. R. (2020). Covid 19: Self regulated learning mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 36–42.
- Jayanti, V. S., Nurohma, U., Himawati, N. A., & Maryani, I. (2020). Analisis self regulated learning di masa pandemi. *Fundamental Pendidikan Dasar*, 3(3), 210–215.
- Khotimah, H. (2018). *Hubungan efikasi diri dan stres akademik pada siswa kelas xi sma negeri 1 kabupaten Sidenreng Rappang*.
- Kusumawati, P., & Cahyani, B. H. (2019). Peran efikasi diri terhadap regulasi diri pada pelajaran matematika ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal SPIRITS*, 4(1), 54–63.
- Lembut, A. W. K. (2016). Hubungan self regulated learning dengan kenakalan remaja.

- Mukhtar, K., Javed, K., Arooj, M., & Sethi, A. (2020). Advantages, limitations and recommendations for online learning during covid-19 pandemic era. *Pakistan Journal of Medical Sciences*. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2785>
- Muksin, S. N. B., & Makhsin, M. B. (2021). A level of student self-discipline in e-learning during pandemic covid-19 procedia of social sciences and humanities. *Procedia of Social Sciences and Humanities*, 278–283.
- Nebore, R. S. (2015). *Hubungan antara self-regulated learning dengan psychological well-being pada mahasiswa papua yang berkuliah di universitas kristen Satya Wacana Salatig*.
- Ningrum, R. A. (2015). *Pengaruh regulasi diri dalam belajar terhadap prestasi akademik pada mahasiswa yang berkerja*.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development (11th ed.* McGraw-Hill.
- Pintrich, P. R. (2000). *The Role of Goal Orientation in Self-regulated learning. Handbook of Self-Regulation*. Academic Press.
- Prastiwi, R. F. (2021). Pengaruh motivasi belajar terhadap self-regulated learning pada mahasiswa. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 17–23. <https://doi.org/10.24036/00559kons2021>
- Pratama, R. E., & Mulyati, S. (2020). Pembelajaran daring dan luring pada masa pandemi covid-19. *Gagasan Pendidikan Indonesia*, 1(2). <https://doi.org/10.30870/gpi.v1i2.9405>
- Prawanti, L. T., & Sumarni, W. (2020). Kendala pembelajaran daring selama pandemic covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana UNNES*.
- Raheem, B. R., & Khan, A. (2021). The role of e-Learning in covid-19 crisis. *International Journal of Creative Research Thoughts*, 9(12), 3135–3138.
- Rustam, A., & Wahyuni, D. S. (2020). Pengaruh efikasi diri dan regulasi diri terhadap hasil belajar matematika siswa kelas x sma alkhairaat 1 palu. Guru Tua. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(1), 61–68. <https://doi.org/10.31970/gurutua.v3i1.48>
- Soni, V. D. (2020). Global impact of e-learning during covid-19. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3630073>
- Wiyono, D., & Ruyani, N. A. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku belajar mahasiswa dengan menggunakan pendekatan partial least square-structural equation modeling (pls-sem) analysis factors affecting the learning behaviors of students using partial least square-structural. *Jurnal Sekretaris & Administrasi Bisnis*, 2(1), 127–144. <https://doi.org/10.31104/jsab.v3i2.118>
- Yudhistira, S., Deasyanti, D., & Muzdalifah, F. (2020). Analisis model pengaruh goal orientation, general self-efficacy dan jenis kelamin terhadap self-regulated learning dalam pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(2), 358–367. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i2.8849.2020>.
- Zimmerman, B. J. (2019). No TitleA social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3).