

## HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DAN SELF-REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI MASA PANDEMI COVID-19

**Alfira Tara Rachmaningtyas**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA. [alfira.17010664006@mhs.unesa.ac.id](mailto:alfira.17010664006@mhs.unesa.ac.id)

**Riza Noviana Khoirunnisa**

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, UNESA. [rizakhoirunnisa@unesa.ac.id](mailto:rizakhoirunnisa@unesa.ac.id)

### Abstrak

Kemampuan *self-regulated learning* berperan penting bagi mahasiswa tahun pertama yang dituntut untuk lebih mandiri karena pembelajaran di perguruan tinggi berbeda dengan di sekolah menengah, terlebih di masa pandemi. *Self-regulated learning* dapat dipengaruhi faktor lingkungan sosial, termasuk dukungan sosial teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19 dengan metode penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampel jenuh yang melibatkan seluruh anggota populasi sebanyak 156 mahasiswa tahun pertama jurusan X angkatan 2020, sejumlah 60 mahasiswa diantaranya digunakan untuk *tryout* dan sisanya didapatkan 94 mahasiswa aktif yang telah mengisi kuesioner digunakan untuk penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala *self-regulated learning* dan *Peer Support Questionnaire* (PSQ). Analisis data menggunakan uji *Product Moment Pearson* dengan bantuan SPSS 24.0 diperoleh nilai  $p < 0,000 < 0,05$  dan koefisien korelasi  $r = 0,598$  yang menunjukkan adanya korelasi positif yang cukup kuat antara kedua variabel. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi pula *self-regulated learning* mahasiswa.

**Kata Kunci:** *Self-regulated learning, dukungan sosial teman sebaya, mahasiswa, pandemi Covid-19.*

### Abstract

*The ability of self-regulated learning plays an important role for first year students who are required to be more independent because learning in college is different from learning in secondary schools, especially during pandemic. Self-regulated learning can be influenced by social environment, including social support from peers. This study aims to determine the relationship between peer social support and self-regulated learning in college students during the Covid-19 pandemic using correlational quantitative research methods. The sampling technique used is saturated sample involving all members of the population as many as 156 first year X majoring students class of 2020, a total of 60 of them were used for tryouts, and the remaining 94 active students who had filled out questionnaires were used for research. The research instrument used is the self-regulated learning scale and Peer Support Questionnaire (PSQ). Data analysis using Pearson's Product Moment test with the help of SPSS 24.0. obtained p value  $0.000 < 0.05$  and correlation coefficient  $r = 0.598$  which indicates a fairly strong positive correlation between two variables. This means that the higher peer social support, the higher student's self-regulated learning.*

**Keywords:** *Self-regulated learning, peer social support, college student, Covid-19 pandemic.*

## PENDAHULUAN

Menuntut ilmu dengan belajar dan memenuhi tugas akademik sudah merupakan kewajiban yang harus dipenuhi seorang pelajar diberbagai jenjang pendidikan. Peserta didik yang melakukan regulasi diri dalam belajar memiliki pengetahuan mengenai kebutuhan belajarnya sendiri dan dapat menerapkan strategi yang tepat serta mampu melakukan kontrol apabila tidak sesuai dengan rencana strategi belajarnya. Hal ini juga sesuai dengan tujuan pembelajaran dimana peserta didik diharapkan mampu belajar secara mandiri tanpa perlu arahan atau

ketergantungan terhadap guru, sehingga dapat mengembangkan pola belajar mandiri sepanjang hidupnya untuk memperoleh wawasan dan mencapai prestasi akademik, terlebih bagi seorang mahasiswa (Latipah, 2010).

Mahasiswa merupakan peserta didik yang berada pada rentang usia remaja akhir hingga dewasa awal memiliki kemampuan kognitif yang sudah mencapai tahap perkembangan optimal. Semakin bertambahnya usia, kapasitas regulasi diri peserta didik semakin bertambah pula dan berperan penting dalam menentukan pencapaian prestasi akademik yang lebih baik (Santrock,

2014). Seiring dengan jenjang pendidikan yang ditempuh di perguruan tinggi, materi pembelajaran semakin kompleks dan mendalam sesuai dengan bidang ilmu masing-masing. Kesempatan dan kebebasan mereka lebih besar karena mulai terlepas dari pantauan orang tua. Berbeda dengan siswa di tingkat sekolah menengah, mahasiswa dituntut untuk lebih aktif dan mandiri dalam mengatur pola belajarnya karena mereka memiliki banyak pilihan mata kuliah yang bisa diambilnya, memiliki banyak waktu untuk bergaul, dan tertantang secara intelektual oleh tugas-tugas akademik di perguruan tinggi (Santrock, 2011/2012).

*Self-regulated learning* didefinisikan sebagai proses pengarahan diri sendiri di mana pelajar mengubah kemampuan mental dan fisik mereka menjadi keterampilan yang berhubungan dengan tugas akademik. Mereka secara proaktif melakukan usaha belajar yang mengarah pada strategi dan tujuan belajar yang ingin dicapai. Hal tersebut dilakukan dengan memilih, memodifikasi, atau membangun lingkungan pribadi yang mendukung proses pembelajarannya atau mencari dukungan sosial (Zimmerman, 2002). Pembelajaran ini melibatkan proses aktif pada aspek metakognisi, motivasional, dan behavioral. Aspek metakognisi merujuk pada pengetahuan dan kesadaran diri pelajar dalam menyesuaikan proses berpikirnya dalam melakukan pembelajaran, seperti perencanaan, pengorganisasian, dan pemantauan terhadap strategi pembelajaran. Pada aspek motivasional, pelajar mampu berinisiatif untuk mendorong usaha belajarnya, mempertahankan kesediaan diri untuk menyelesaikan tugas, memiliki tingkat keyakinan diri akan keberhasilan mereka, atribusi diri, dan ketertarikan intrinsik terhadap tugas yang tinggi. Pada aspek behavioral, pelajar memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan yang mendukung proses belajarnya. Mereka secara aktif akan mencari bimbingan/informasi, menginstruksikan diri sendiri, dan mampu memberi penguatan diri selama proses belajar mereka (Zimmerman, 1990; Zimmerman, 1989).

Kajian mengenai *self-regulated learning* ini relevan dengan konteks perguruan tinggi karena mahasiswa di perguruan tinggi memiliki lebih banyak kesempatan dalam menentukan kapan dan bagaimana mereka belajar dibandingkan dengan siswa sekolah menengah. Regulasi diri dalam belajar dapat menjadi hal yang sulit di masa awal perkuliahan. Kebanyakan mahasiswa tahun pertama mengalami kesulitan dalam manajemen waktu, mengelola kemampuan kognitif, dan menetapkan tujuan realistis untuk dibagi menjadi tugas-tugas yang dapat dikelola. Permasalahan ini dapat mempengaruhi keberhasilan akademik mahasiswa baru. Untuk itu, keterampilan mengelola waktu dan strategi belajar

menjadi komponen pembelajaran yang penting bagi mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dan sosial di perguruan tinggi (Pintrich, 1995; Räsänen et al., 2020).

Terlebih dengan adanya kasus pandemi Covid-19 yang telah menyebar luas ke berbagai negara, termasuk Indonesia. Dilansir dari laman *Kompas.com*, kasus positif Covid-19 tercatat bertambah 8.054 orang dan pasien sembuh sejumlah 9.835 orang. Kini, jumlah pasien positif sendiri kini telah mencapai 1.271.353 orang, sejak pertama kali diberitakan pada Maret 2020 lalu (Mashabi, 20 Februari 2021). Di bidang pendidikan, penerapan pembelajaran jarak jauh (PJJ) secara daring dari rumah sebagai bentuk penyesuaian sistem pendidikan untuk menekan penyebaran virus Covid-19 menjadi sebuah tantangan bagi para peserta didik untuk terus menuntut ilmu dan memenuhi tugas-tugas akademiknya (Handarini & Wulandari, 2020). Akhir-akhir ini telah banyak pembelajaran luring yang sudah dibuka kembali dengan batasan-batasan tertentu secara bertahap, meskipun begitu, pembelajaran daring masih menjadi prioritas yang diterapkan oleh banyak lembaga pendidikan, termasuk di perguruan tinggi. Para pendidik juga cenderung menerapkan pembelajaran mandiri, dimana para peserta didik dituntut untuk dapat mengelola kegiatan belajarnya sendiri dirumah dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi yang tersedia.

Istilah Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada dasarnya merujuk pada konsep pembelajaran *online* atau *e-learning*, yaitu pembelajaran berbasis teknologi dimana peserta didik dan pendidik terhubung dalam ruang belajar digital secara *online* atau daring (Wicaksana et al., 2020). Terdapat beberapa keterampilan yang perlu dimiliki peserta didik untuk mencapai keberhasilan penerapan PJJ (Dabbagh dalam Hasanah et al., 2020; Mahmoud, 2021), antara lain: Semangat yang tinggi atau motivasi belajar yang kuat dan kemandirian dalam memahami materi, merencanakan kegiatan belajarnya, mencari/memanfaatkan sumber pengetahuan, menyimpulkan hasilnya, mengontrol dan mengoreksi strategi belajar, hingga menentukan kriteria keberhasilannya sendiri; pengetahuan dan pemahaman terkait pemanfaatan teknologi berperan penting, dimana peserta didik harus mengetahui tentang fitur-fitur perangkat dan aplikasi yang akan digunakan sebelum melaksanakan pembelajaran daring; kemampuan komunikasi interpersonal yang sangat dibutuhkan untuk menjaga terjalinnya interaksi dan hubungan baik dengan orang lain. Peserta didik harus tetap berinteraksi dengan peserta didik lain agar dapat memanfaatkan forum yang disediakan ketika mengalami kesulitan. Selain mencegah timbulnya sikap individualis, terjaganya

interaksi akan membuat peserta didik mampu berkolaborasi dengan lingkungan atau jaringan belajarnya.

Penelitian Firman dan Rahman (2020) menjelaskan bahwa pembelajaran daring yang dilakukan selama pandemi memungkinkan mahasiswa lebih fleksibel dalam mengikuti perkuliahan. Dosen memberikan kuliah secara daring ataupun membagikan materi berupa *softfile* yang dapat diakses untuk dipelajari sendiri oleh mahasiswa dimanapun dan kapanpun. Di sisi lain, hambatan yang dialami meliputi kendala teknis seperti gangguan sinyal, fasilitas gawai yang tidak memadai, konsumsi kuota internet yang berlebih, hingga kondisi rumah yang tidak nyaman. Kontak antara pengajar dan mahasiswa menjadi lebih minim, interaksi dan desain pembelajaran daring juga seringkali tidak terjadi secara beriringan sehingga menjadikannya cenderung kurang terstruktur apabila dibandingkan dengan pembelajaran tatap muka. Keadaan inilah yang menuntut mahasiswa untuk mengembangkan kemandirian belajarnya. Mahasiswa harus mampu mempersiapkan diri, mengelola, mempertahankan motivasi dan mengevaluasi aktivitas belajarnya dengan baik, sehingga dapat menimbulkan rasa tanggung jawab dan otonomi mahasiswa terhadap pola belajarnya (Muasyaroh & Royanto, 2021). Hal inilah yang menjadi tantangan mahasiswa dalam menerapkan *self-regulated learning* dalam menjalani perkuliahan di masa pandemi.

Namun, masih terdapat permasalahan rendahnya *self-regulated learning* pada mahasiswa yang menerapkan PJJ selama masa pandemi Covid-19. Penelitian oleh Hidayat et al. (2020) mengenai kemandirian belajar atau *self-regulated learning* pada siswa SMA, SMK, dan mahasiswa selama pandemi Covid-19, secara keseluruhan menunjukkan hasil kemandirian belajar yang cenderung rendah, terutama pada komponen inisiatif dan tanggung jawab akan pentingnya belajar di masa pandemi. Hal ini dikarenakan situasi pandemi Covid-19 memaksa peserta didik untuk belajar dari rumah, sedangkan para peserta didik selama ini belum memiliki budaya belajar *e-learning* dan tidak terbiasa dengan pembelajaran daring. Adapun penelitian oleh Harahap dan Harahap (2020) mengenai *self-regulated learning* mahasiswa selama masa pandemi Covid-19 menunjukkan hanya 17,5% dari total 240 mahasiswa aktif yang memiliki tingkat *self regulated learning* yang tinggi, sedangkan sebanyak 71,7% mahasiswa memiliki tingkat *self regulated learning* sedang, dan sebanyak 10,8% mahasiswa memiliki tingkat *self-regulated learning* yang rendah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa masih perlu mengembangkan dan menyesuaikan strategi *self-regulated learning* di masa pandemi.

Beberapa penelitian dan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa mahasiswa

tahun pertama juga menunjukkan bahwa mereka masih sering kesulitan mengatur pola belajarnya di rumah, tidak tahu harus memulai belajar darimana dan hanya belajar ketika ada tugas, ujian, ataupun ketika sedang *mood* saja. Mereka cenderung menunda-nunda dan pernah terlambat mengumpulkan tugas. Pada dasarnya, *self-regulated learning* rendah akan mengakibatkan prokrastinasi dalam penyelesaian tugasnya (Santika & Sawitri, 2016; Ulum, 2016). Lidiawati dan Helsa (2021) menjelaskan bahwa selama perkuliahan daring yang kurang interaktif membuat mahasiswa seringkali kurang memahami materi, merasa bosan, tidak fokus dan melakukan hal lain yang tidak berkaitan dengan perkuliahan, seperti bermain gawai. Setelah melaksanakan ujian, beberapa mahasiswa menjawab sudah puas dengan nilainya dan ingin segera melupakannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa penerapan aspek metakognisi masih kurang selama proses belajar. Pada aspek motivasional, masih terdapat mahasiswa yang cenderung mengikuti arahan dosen saja dan hanya belajar untuk memenuhi tugas kuliah. Kusuma (2020) menyebutkan bahwa *self-regulated learning* yang rendah ditandai dengan tergantungnya pembelajaran pada instruksi dosen dan terfokus pada perolehan nilai saja, tidak dengan kemampuan yang dikuasainya. Permasalahan lain yang ditemukan pada aspek behavioral, masih banyak mahasiswa baru yang merasa kesulitan berinteraksi secara daring, tidak selalu aktif mencari informasi, merasa canggung untuk bertanya dan hanya mengenal beberapa teman saja meskipun telah memasuki semester kedua (Fitrianti & Cahyono, 2020).

Menurut pandangan sosial-kognitif, *self-regulated learning* dipengaruhi oleh proses timbal balik antara faktor pribadi/individu (*person*), perilaku (*behavior*), dan lingkungan eksternal (*environment*) yang mencakup lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Salah satu bentuk lingkungan sosial berupa dukungan sosial yang dapat diperoleh dari guru, keluarga, dan teman sebaya. Pada remaja, aspek motivasional *self-regulated learning* yang meliputi keyakinan pada kemampuan diri pelajar banyak dipengaruhi oleh adanya perilaku dan umpan balik yang diterima dari lingkungan sosialnya seperti orang tua, guru, dan teman sebaya. Kemampuan *self-regulated learning* bukan hanya merupakan bentuk pembelajaran personal, namun juga pembelajaran sosial, dimana lingkungan dan relasi sosial di sekitarnya menjadi hal yang penting dalam mendorong keyakinan dan kemampuan akademik. Pelajar yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik dalam proses belajarnya akan lebih sadar terhadap kesulitan yang dialaminya, melakukan kontrol aktif terhadap sumber daya yang dimilikinya, berusaha memodifikasi dan memanfaatkan lingkungannya untuk mencari strategi dalam mengatasi kesulitan tersebut, seperti aktif mencari

informasi, bantuan, bimbingan, serta dukungan sosial kepada guru ataupun teman sebaya agar dapat memahami tugas-tugasnya. Faktor lingkungan yang meliputi relasi yang berkembang antara pendidik dan pelajar, dukungan dari pendidik, dukungan teman sebaya, serta penerapan strategi proses belajar di kelas dapat mengembangkan otonomi dalam proses belajar (Cleary & Zimmerman, 2004; Kristiyani, 2016; Paska & Laka, 2020; Zimmerman, 1989, 1990).

Menurut Cobb (1976) dukungan sosial mengacu pada informasi mengarahkan individu untuk percaya bahwa ia dicintai, dihargai, dan diperhatikan sebagai bagian dari kelompok sosial. Adapun Sarafino dan Smith (2017) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu kenyamanan, kepedulian, penghargaan dan bantuan yang diberikan kepada seseorang dari orang lain atau suatu kelompok. Dukungan ini dapat bersumber dari keluarga, teman, dokter, dan komunitas/organisasi.

Dukungan teman sebaya digambarkan sebagai kegiatan dan sistem di mana potensi individu untuk saling membantu yang dapat dikembangkan untuk membangun sumber daya bantuan yang ditawarkan dalam kelompok pertemanan (Houlston, dkk. dalam Alaei & Hosseinezhad, 2020). Alaei dan Hosseinezhad (2020) menyebutkan bahwa terdapat empat aspek dukungan teman sebaya, yaitu: Dukungan emosional (*Emotional Support*) yang melibatkan penyampaian perasaan, ekspresi kekhawatiran, simpati, kepercayaan, perhatian dan penerimaan; dukungan instrumental (*Instrumental Support*) yang meliputi bantuan nyata dan jasa yang secara langsung dapat membantu seseorang yang membutuhkan; dukungan informasional (*Informational Support*) yang meliputi penyediaan sumber informasi, saran, dan petunjuk dalam menyelesaikan permasalahan; validasi (*Validation/Feedback*) merujuk pada pemberian informasi konsensus tentang hal-hal yang wajar terkait masalah yang dihadapi dan normativitas dari perilaku atau perasaan yang dapat menyediakan perbandingan sosial serta penerimaan; dan dukungan persahabatan (*Companionship Support*) yang merujuk pada kebersamaan atau keanggotaan dalam melakukan berbagai aktivitas yang dapat memberikan suasana positif.

Dukungan sosial yang diterima oleh individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor (Sarafino & Smith, 2017), yaitu ketika seseorang sebagai penerima dukungan (*Recipients of support*) merupakan orang yang cenderung tidak ramah, tidak membantu orang lain, tidak cukup asertif untuk meminta bantuan, merasa bahwa mereka harus mandiri, tidak ingin membebani orang lain, merasa tidak nyaman untuk bercerita kepada orang lain atau tidak tahu kepada siapa mereka harus meminta bantuan, maka mereka berkemungkinan tidak memperoleh

dukungan sosial. Adapun ketika orang lain sebagai penyedia dukungan (*Providers of support*) tidak memiliki sumber daya yang dibutuhkan penerima, sedang tertekan ketika harus menangani masalahnya sendiri, atau tidak peka terhadap kebutuhan orang lain maka mereka berkemungkinan tidak memberikan dukungan. Beberapa orang juga merasa enggan meminta bantuan ketika merasa tidak mampu membalas bantuan tersebut. Dukungan sosial yang diterima seseorang juga bergantung pada jaringan sosial (*Social network*) yang dimilikinya. Hal ini meliputi jumlah, tingkat keintiman, dan frekuensi kontak sosial dengan orang lain yang mereka kenal.

Dukungan sosial pada dasarnya merupakan dukungan atau pertolongan yang hanya bisa didapatkan melalui interaksi dengan orang lain (Cohen dan Wills dalam Maslihah, 2011). Namun, selama pandemi, interaksi sosial terbatas pada media sosial tanpa adanya kontak primer secara langsung. Sementara itu, dukungan sosial diperoleh melalui proses interaksi sosial. Keterbatasan dan kendala berinteraksi sosial selama masa pandemi akan memengaruhi dukungan sosial yang diperoleh dapat menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam menyesuaikan diri, merencanakan dan mengontrol kegiatan belajarnya, serta sulit memiliki sikap belajar yang positif (Hutomo et al., 2020).

Usaha dalam menjalin interaksi dan membangun relasi dengan teman sebaya sangat penting bagi mahasiswa untuk mendapatkan dukungan sosial dalam menuntut ilmu. Mahasiswa sebagai individu yang masih berada dalam tahap perkembangan remaja mulai mengembangkan kemandirian terlepas dari orang tuanya, dan lebih banyak menghabiskan waktu serta memilih teman sebaya yang memiliki kesamaan tertentu dengan dirinya. Santrock (2016) menjelaskan bahwa teman sebaya merupakan individual yang memiliki kesamaan usia atau tingkat kedewasaan yang tidak jauh berbeda. Salah satu fungsi penting dari teman sebaya adalah sebagai sumber informasi selain keluarga, dimana individu dapat memperoleh umpan balik mengenai kemampuan yang dimilikinya, sehingga dapat belajar membandingkannya dengan individu lain tentang baik atau buruknya hal-hal yang mereka lakukan. Teman sebaya menjadi sumber dukungan emosional yang penting bagi remaja. Kelompok teman sebaya berperan sebagai penyedia sumber afeksi, simpati, rasa pengertian, pedoman moral, dan wadah untuk mencapai kemandirian dan otonomi, terlepas dari peran orang tua (Martorell et al., 2014). Selain berperan sebagai agen sosialisasi yang dapat mengembangkan perilaku dan keyakinan diri mahasiswa dalam hal akademik, teman sebaya juga dapat memberikan dukungan dan gagasan baru yang tidak didapatkan dari orang tua (Oktariani et al., 2020).

Teman sebaya memiliki banyak peran penting bagi mahasiswa, seperti saat berdiskusi, meminjam catatan materi, hingga berbagi cerita terkait masalah yang dialami. Teman sebaya cenderung lebih terbuka karena mereka memiliki usia, tingkat emosional, tingkat pemikiran dan kesadaran yang sama, sehingga mereka dapat merasakan kondisi dan situasi yang sama pula. Hal ini menjadi pendorong kesadaran bagi mereka untuk saling mendukung dalam menghadapi masalah. Relasi dengan teman dan adanya dukungan sosial yang kuat akan membentuk regulasi diri yang baik bagi mahasiswa dan mampu membentuk kompetensi yang harus dicapai dalam bidang akademik dan sosial di perguruan tinggi. Teman sebaya mampu menyediakan berbagai bentuk dukungan sosial, moral, dan emosional yang berpengaruh pada motivasi, keyakinan, dan kemampuan mahasiswa, dimana mereka saling menguatkan sehingga menjadi bersemangat karena merasa tidak sendiri dengan adanya teman senasib dan seperjuangan (Latipah et al., 2021; Sumia et al., 2020).

Terdapat beberapa penelitian relevan lain yang juga mendukung adanya hubungan atau pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap *self-regulated learning*. Menurut Dewi dan Arjanggi (2019), mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya berupa dukungan emosional berpengaruh pada perasaan, dukungan informatif memberikan pengetahuan atau strategi belajar, dukungan persahabatan dalam meminta bantuan, dukungan jasa atau pinjaman benda yang dibutuhkan selama proses belajar berpengaruh pada regulasi diri dalam belajar mahasiswa untuk mencapai hasil yang optimal. Selain itu, penelitian Oktariani (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi memiliki pemikiran positif dalam menghadapi kesulitan dan merasa semangat dalam mengatur dirinya dalam belajar. Adapun penelitian oleh Puspitasari (2018) dan Aziz (2016) yang membuktikan bahwa siswa yang menerima dukungan sosial dapat memaknai pentingnya proses belajar, dapat meningkatkan keyakinan diri dan motivasi, sehingga siswa mampu mengelola kegiatan belajar secara mandiri demi mencapai hasil yang optimal. Perry et al. (2018) juga membuktikan bahwa strategi *self-regulated learning* berhubungan positif dan menjadi prediktor kuat dalam peningkatan *self-regulated learning* yang melibatkan dukungan akademik, baik saat bersekolah maupun di luar sekolah.

Kemampuan *self-regulated learning* berperan penting bagi mahasiswa baru yang dituntut untuk lebih mandiri karena pembelajaran di perguruan tinggi berbeda dengan pembelajaran di sekolah menengah, terlebih di masa pandemi saat ini yang memungkinkan perkuliahan menjadi lebih fleksibel, tetapi juga memiliki berbagai

kendala dalam pelaksanaannya. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi *self-regulated learning* adalah lingkungan sosial teman sebaya. Teman sebaya sebagai individual yang memiliki kesamaan usia atau tingkat kedewasaan yang sama memiliki peran penting dalam mempengaruhi *self-regulated learning* mahasiswa, dimana teman sebaya menjadi sumber dukungan sosial sebagai teman seperjuangan di perkuliahan. Perbedaan penelitian sebelumnya dengan variabel serupa yang memfokuskan pada dukungan sosial teman sebaya masih belum ada yang dilakukan pada subjek mahasiswa tahun pertama di masa pandemi. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang, fenomena, dan penelitian-penelitian yang telah dipaparkan, membuat peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Self-Regulated Learning* pada Mahasiswa Baru di Masa Pandemi Covid-19”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel *self-regulated learning* dan variabel dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa tahun pertama di masa pandemi Covid-19.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis korelasi, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan atau korelasi antara dua atau lebih variabel yang telah ditentukan (Jannah, 2018).

Menurut Sugiyono (2015), populasi merupakan area generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tahun pertama jurusan X angkatan 2020 yang berjumlah 156 mahasiswa.

Sugiyono (2015) menjelaskan bahwa sampel merupakan bagian yang diambil dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi untuk diteliti. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel jenuh, dimana seluruh jumlah anggota populasi dilibatkan sebagai sampel penelitian. Maka, dari total 156 mahasiswa tersebut, sejumlah 30 orang digunakan untuk *tryout* pertama, 30 orang digunakan untuk *tryout* kedua, dan sisanya terdapat 96 orang yang digunakan sebagai subjek penelitian.

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu dukungan sosial teman sebaya sebagai variabel bebas (X) dan *self-regulated learning* sebagai variabel terikat (Y). Hipotesis kerja ( $H_a$ ) dalam penelitian ini yaitu terdapatnya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning* pada mahasiswa baru jurusan X angkatan 2020 di masa pandemi Covid-19. Sementara itu, hipotesis nol ( $H_0$ ) dalam penelitian ini

yaitu tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning* pada mahasiswa tahun pertama jurusan X angkatan 2020 di masa pandemi Covid-19.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan bantuan, informasi, perhatian dan penerimaan dari kehadiran orang lain yang memiliki kesamaan usia atau tingkat kedewasaan dengan mahasiswa sehingga membuat mahasiswa merasa nyaman, diperhatikan dan dicintai sebagai bagian dari kelompok pertemanan. Variabel ini memiliki lima aspek yang terdiri atas dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, validasi atau *feedback*, dan dukungan persahabatan (Alaei & Hosseinneshad, 2020). Sementara itu, *self-regulated learning* adalah strategi yang dilakukan secara aktif dan mandiri oleh mahasiswa dalam mengelola pemikiran, perasaan, dan perilaku belajarnya, dengan cara merencanakan aktivitas belajarnya, memonitor kegiatan belajarnya, mempertahankan motivasinya, mengevaluasi diri, dan memanfaatkan lingkungannya disekitarnya baik lingkungan fisik maupun sosial untuk mendukung proses belajar yang efektif agar tercapainya tujuan akademik. Variabel ini memiliki tiga aspek yang terdiri dari aspek metakognitif, motivasi dan behavioral (Zimmerman, 1989).

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data kuantitatif dengan menggunakan skala, yaitu suatu instrumen berbentuk kuesioner yang berisi daftar pertanyaan dengan beberapa pilihan jawaban yang harus dipilih oleh subjek penelitian. Subjek menjawab pernyataan kuesioner yang dibagikan melalui *Google Forms* dengan memberikan tanda pada salah satu dari alternatif jawaban yang ada. Uji validitas *Product Moment Pearson* dan uji reliabilitas *Alpha-Cronbach* menggunakan *software* SPSS 24.0 telah dilakukan pada tahap *tryout* skala. Untuk mengukur variabel *self-regulated learning*, peneliti menggunakan skala milik Putri (2017) yang diskor dengan skala *likert* 1 (Sangat Tidak Setuju) sampai 4 (Sangat Setuju). Pada tahap *tryout* pertama skala *self-regulated learning* tersebut, terdapat indikator yang gugur, kemudian peneliti melakukan modifikasi dan mengujicobakan kembali pada *tryout* tahap kedua, sehingga diperoleh 35 item yang secara keseluruhan telah valid dan reliabel (nilai  $\alpha=0,652$ ). Sementara itu, untuk mengukur variabel dukungan sosial teman sebaya, peneliti mengadaptasi skala *Peer Support Questionnaire* (PSQ) milik Alaei & Hosseinneshad (2020), terdiri dari 22 item valid dan reliabel (nilai  $\alpha=0,949$ ) yang diskor menggunakan skala *likert* 1 (Sangat Tidak Setuju) sampai 5 (Sangat Setuju).

Teknik analisis data melibatkan uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Uji asumsi klasik yang digunakan adalah uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan uji

linieritas *test of linearity* yang menjadi prasyarat uji korelasi. Setelah uji asumsi klasik terpenuhi, uji hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan bantuan SPSS 24.0.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara *online* kepada 96 mahasiswa jurusan X angkatan 2020. Namun, diketahui terdapat 2 mahasiswa yang berstatus tidak aktif, sehingga kuesioner yang dianalisis berjumlah 94.

**Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif**

Descriptive Statistics					
Variabel	N	Min	Maks	Mean	Standar Deviasi
PS	94	24	110	87.82	14.383
SRL	94	71	137	105.41	13.096

Berdasarkan tabel hasil statistik deskriptif pada pengukuran variabel dukungan sosial teman sebaya (PS) menggunakan skala yang berjumlah 22 item, diperoleh skor terendah sebesar 24 dan skor tertinggi sebesar 110. Sementara pada pengukuran variabel *self-regulated learning* (SRL) menggunakan skala yang berjumlah 35 item, diperoleh skor terendah sebesar 71 dan skor tertinggi sebesar 137. Skor rata-rata antara kedua variabel berbeda sebesar 17,59 dimana variabel SRL memiliki mean yang lebih tinggi yaitu 105,41 dibandingkan dengan variabel PS yaitu sebesar 87,82. Nilai standar deviasi variabel PS sebesar 14,383, sedangkan pada variabel SRL sebesar 13,096 menunjukkan bahwa sebaran data pada variabel PS lebih bervariasi dibandingkan dengan data variabel SRL.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
PS	.200	Normal
SRL		

Berdasarkan tabel 2, hasil uji normalitas tersebut diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200. Data penelitian dapat dikatakan memiliki sebaran data yang normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $p>0,05$ ), sehingga hasil yang diperoleh, yaitu nilai Sig. 0,200  $> 0,05$  menunjukkan bahwa data variabel penelitian berdistribusi normal.

**Tabel 3. Hasil Uji Linieritas**

Variabel	Nilai Sig.	Keterangan
PS*SRL	.458	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas pada tabel tersebut diperoleh nilai sebesar 0,458 yang yang berarti  $p > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian telah memenuhi uji asumsi linieritas, yaitu terdapat hubungan yang linier antara variabel *self-regulated learning* (SRL) dan dukungan sosial teman sebaya (PS).

Selanjutnya, uji hipotesis penelitian dilakukan menggunakan rumus korelasi *Product Moment Pearson* untuk mengetahui ada atau tidaknya suatu hubungan antar dua variabel. Kriteria uji korelasi Pearson didasarkan pada nilai signifikansi. Jika nilai  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, sedangkan jika nilai  $p < 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

**Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Pearson**

Variabel	Pearson Correlation	Nilai Sig.	Keterangan
PS*SRL	.598	.000	Korelasi Positif

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh hasil uji korelasi dengan nilai signifikansi 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara kedua variabel. Selain itu, koefisien korelasi yang diperoleh menunjukkan nilai 0,598. Untuk mengetahui kuat atau lemahnya tingkat korelasi, nilai korelasi tersebut dibandingkan dengan pedoman kategorisasi koefisien korelasi, dimana rentang koefisien 0,400-0,599 merupakan koefisien tingkat sedang atau cukup kuat (Sugiyono, 2015). Maka, berdasarkan kategorisasi tersebut hasil uji korelasi yang diperoleh termasuk dalam kategori korelasi sedang atau cukup kuat.

### Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara dukungan sosial teman sebaya dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa tahun pertama jurusan X angkatan 2020 di masa pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh menunjukkan nilai  $p < 0,05$  ( $p = 0,000$ ) yang berarti bahwa hipotesis kerja ( $H_a$ ) penelitian diterima, yaitu terdapatnya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning* pada mahasiswa tahun pertama jurusan X angkatan 2020 di masa pandemi Covid-19. Nilai positif pada  $r = 0,598$  menunjukkan adanya

hubungan positif yang cukup kuat antara variabel *self-regulated learning* dan dukungan sosial teman sebaya. Hal ini bermakna bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi pula tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki mahasiswa. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial teman sebaya, maka semakin rendah pula *self-regulated learning* mahasiswa.

*Self-regulated learning* didefinisikan sebagai proses pengarahan diri sendiri di mana pelajar mengubah kemampuan mental dan fisik mereka menjadi keterampilan yang berhubungan dengan tugas akademik (Zimmerman, 2002). Meskipun kemampuan *Self-regulated learning* dipandang sebagai proses proaktif untuk memperoleh keterampilan akademik yang mengarahkan pelajar melakukan bentuk-bentuk pembelajaran secara personal, kemampuan ini juga menekankan pentingnya pembelajaran sosial yang diperoleh dengan mencari bantuan dari orang tua, guru dan teman sebaya (Zimmerman, 2008). Hal ini dikarenakan pada dasarnya, perilaku *self regulated learning* tidak dapat berdiri sendiri, tetapi dipengaruhi oleh hubungan resiprokal antara tiga faktor yang berasal dari individu itu sendiri maupun dari lingkungan eksternal, antara lain: faktor personal yang meliputi kemampuan metakognitif, pengetahuan yang dimiliki, afeksi dan efikasi diri; faktor perilaku seperti penilaian diri, observasi diri, reaksi diri; dan faktor lingkungan fisik yang ada disekitar individu, serta lingkungan sosial seperti sekolah ataupun keluarga. Faktor lingkungan ini dapat menjadi yang lebih berpengaruh dibandingkan faktor personal ataupun faktor perilaku diberbagai konteks tertentu (Zimmerman, 1989).

Faktor lingkungan sosial yang dimaksud dalam konteks penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya. Dukungan sosial ini pada dasarnya berkaitan dengan manfaat atau keuntungan yang didapatkan melalui interaksi hubungan dengan teman sebaya. Lebih lanjutnya, Sanyoto dan Saloom (2020) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya merupakan sistem yang memungkinkan tiap individu didalamnya dapat menyediakan dan memperoleh bantuan berdasarkan prinsip apresiasi, tanggung jawab bersama, dan kesepakatan mutual terkait bantuan tersebut. Begitu pula dalam *setting* pendidikan, pada proses pembelajaran, teman sebaya dapat terlibat dalam siklus interaksi yang memungkinkan pelajar dapat saling bertukar pikiran, saling berbagi tanggung jawab dan memberikan umpan balik dalam penyelesaian tugasnya. Hal ini dapat meningkatkan pemerolehan strategi *self-regulated learning* pelajar (Lim et al., 2020).

Penelitian ini menunjukkan hasil yang konsisten dengan penelitian-penelitian relevan sebelumnya yang

mengungkapkan adanya hubungan positif antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning* yang menjelaskan tentang bagaimana dukungan sosial teman sebaya dalam keseharian mahasiswa memiliki hubungan yang signifikan terhadap regulasi diri dalam belajar. Adanya kehadiran teman sebaya dapat menyediakan berbagai aspek dukungan sosial dapat membantu dalam mengatasi kesulitan, meningkatkan perencanaan strategi belajar, memonitor kegiatan belajarnya, mempertahankan motivasinya, mengevaluasi diri, dan memanfaatkan lingkungannya disekitarnya dalam mencapai tujuan akademik yang optimal. (Aziz, 2016; Dewi & Arjangi, 2019; Oktariani et al., 2020; Perry et al., 2018; Puspitasari, 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian ini, Hafzan et al. (2015) membuktikan bahwa persepsi dukungan sosial memiliki hubungan dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa. Dukungan sosial teman sebaya yang dirasakan memiliki peran penting dalam memotivasi mahasiswa dan membantu mereka memahami proses pembelajaran secara mendalam. Penelitian oleh Rosito (2015) juga mengungkapkan adanya korelasi positif antara dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning*, dimana kontribusi teman sebaya dapat mendukung dan mengembangkan kemampuan mahasiswa dalam menetapkan tujuan, membuat perencanaan belajar, melaksanakan rencana tersebut, memantau proses belajarnya dan mengatasi permasalahan belajar yang dialaminya. Selain itu, Perry et al. (2018) mengungkap bahwa dukungan sosial yang berasal dari orang tua, guru, dan teman sebaya menjadi prediktor yang kuat dan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *self-regulated learning*. Adanya ketersediaan dan frekuensi dukungan sosial yang diperoleh mampu menyediakan pemahaman yang akurat serta perbaikan strategi *self-regulated learning* menjadi lebih baik. Pelajar yang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sosialnya termasuk teman sebaya, berupa dukungan emosional akan merasa lega dan merasa diperhatikan, mereka juga mendapatkan saran yang berguna dalam menyelesaikan permasalahan dalam belajarnya (Merisa et al., 2019).

Santrock (2016) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan peluang bagi pelajar untuk mengevaluasi dan memperbaiki pemahaman belajar saat mereka berinteraksi dan berpartisipasi secara langsung dalam mencapai pemahaman bersama. Selain mampu memberikan motivasi saat mengerjakan tugas dengan saling mengingatkan dan membantu, dukungan sosial teman sebaya dapat mendorong pelajar menggunakan strategi belajar selain dari apa yang diinstruksikan di kelas, lebih detail dalam membuat perencanaan pengerjaan tugas esai, dan mampu

memberikan kualitas hasil tugas yang lebih baik (Harris et al., 2006).

Ketika belajar bersama dengan teman sebaya, mahasiswa akan mendapat dukungan informasi, dapat mencontoh strategi belajar yang digunakan oleh temannya, memungkinkan mereka mengevaluasi kemampuan belajarnya berdasarkan saran yang diperoleh, dan dapat mengandalkan dukungan emosional satu sama lain untuk memperbaiki motivasi belajarnya (Irsyadella, 2020). Mahasiswa yang demikian lebih sering memperoleh dukungan sosial berupa *feedback* dari teman sebayanya tentang apa yang harus diperbaiki dan langkah-langkah yang dapat diambil untuk memperbaiki pekerjaan mereka. Hal ini dapat mendorong mahasiswa menginternalisasikan strategi pengerjaan tugasnya dan refleksi diri selama proses belajar. *Feedback* ini juga dapat bersifat dua arah, yaitu ketika memberikan saran perbaikan kepada teman yang lain, mahasiswa tersebut juga akan menyadari kesalahan dan memperbaiki pemahaman mereka sendiri yang pada akhirnya berkontribusi dalam meningkatkan motivasi dan keterampilan regulasi diri dalam belajarnya (Lim et al., 2020; Zumbunn et al., 2011).

Selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi, dukungan sosial dan hubungan komunikasi baik dengan pengajar maupun dengan teman sebaya tidak hanya berperan penting untuk mengembangkan keterampilan *self-regulated learning* tetapi juga dapat meningkatkan motivasi dan kesejahteraan pelajar dalam mencapai prestasi akademiknya. Meskipun terdapat kesulitan dan tantangan saat melakukan pembelajaran *online* ataupun saat berkomunikasi, pelajar dengan kemampuan *self-regulated learning* yang baik akan mengerjakan tugasnya dengan tekun dan mempertahankan usahanya dengan maksimal sehingga mampu mengatasi hambatan belajar yang ada, terutama dengan penggunaan strategi dalam memanfaatkan sumber sosial. Begitu pula dengan strategi metakognitif, penetapan tujuan, dan manajemen waktu dalam *self-regulated learning* telah diakui memiliki peran yang lebih penting dalam *setting* pembelajaran jarak jauh dibandingkan pembelajaran tradisional di kelas. Hal ini dikarenakan pembelajaran secara *online* interaksi yang terjadi lebih minim dan cenderung kurang terstruktur sehingga membutuhkan inisiatif dalam mencari bantuan, regulasi otonom serta pengorganisasian proses belajar (Muasyaroh & Royanto, 2021; Pelikan et al., 2021; Solichin et al., 2021).

Kemampuan *self-regulated learning* ditandai dengan adanya aspek perilaku yang mencakup sekaligus penerapan strategi pembelajaran, yaitu dengan melibatkan kontrol aktif individu terhadap sumber daya yang dimilikinya, seperti manajemen waktu belajar,

menyusun lingkungan belajar, dan secara proaktif mencari bimbingan dan informasi dari bantuan dari orang lain di sekitarnya (Pintrich, 1995; Zimmerman, 1989). Perilaku aktif mencari bantuan yang termasuk dalam salah satu strategi *self-regulated learning* pada dasarnya mengharuskan pelajar menyadari kebutuhan akan bantuan, pengambilan keputusan, dan menempatkan bantuan yang diperlukan dalam tindakan belajarnya (Won et al., 2021). Adapun salah satu atribut regulasi diri dalam belajar yang berkaitan dengan lingkungan sosial adalah *resourcefulness* yang merujuk pada kemampuan pelajar dalam mengenali sumber daya di lingkungannya, mengetahui dan memutuskan kapan dan kepada siapa pelajar mencari sumber bantuan yang dibutuhkan. Pelajar dengan pencapaian prestasi yang lebih tinggi cenderung *resourceful*, yang berarti lebih banyak mengandalkan bantuan dari sumber sosial, terutama teman sebayanya. Hal ini menunjukkan bahwa pelajar yang meregulasi dirinya secara aktif mencari dukungan informasi dan secara ekstensif mengandalkan dukungan dari sumber sosialnya dalam menyelesaikan tugas akademik (Smith, 2001; Zimmerman & Martinez-Pons, 1986).

Berdasarkan penjelasan tersebut, mahasiswa yang menerapkan strategi *self-regulated learning* adalah pelajar yang otonom, namun bukan berarti mereka adalah pelajar yang terisolasi dan hanya mengerjakan semua hal sendirian, melainkan mereka akan secara aktif mencari bantuan, merasa nyaman dan mengakui bantuan yang diterimanya dari orang lain di lingkungan sekitarnya untuk mengatasi kesulitan yang dialami demi mencapai tujuan belajarnya. Salah satunya kepada teman sebaya, yang menjadi sumber belajar sosial dan berperan penting dalam mempengaruhi perilaku belajarnya, terlebih bagi para remaja yang cenderung terbuka dalam mengungkapkan informasi kepada teman-temannya. Mereka mengetahui kapan dan bagaimana mendapatkan informasi, terutama dari teman sebaya yang sering menghabiskan waktu bersama, baik saat pembelajaran maupun diluar pembelajaran. Mahasiswa yang demikian akan menyadari apabila ia tidak memiliki pemahaman yang cukup dibagian tertentu dan bagaimana, serta siapa yang dapat membantu mereka untuk memperoleh pemahaman materi yang lebih baik sehingga dapat memaknai pentingnya proses belajar dan penyelesaian tugas akademik secara mandiri (Jones et al., 2008; Newman, 2002; Ormrod et al., 2017).

Sebagaimana yang telah dibahas sebelumnya bahwa salah satu strategi SRL adalah memanfaatkan lingkungan sosialnya atau perilaku mencari bantuan, terutama melalui interaksi dengan teman sebaya tentunya akan meningkatkan berbagai bentuk dukungan sosial yang diterimanya, dimana dukungan sosial juga merupakan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi

*self-regulated learning*nya. Dukungan sosial dari teman sebaya inilah yang kemudian bermanfaat dalam memberikan bantuan, strategi, pemahaman, saran, evaluasi, motivasi, hingga kenyamanan dalam melakukan proses belajar dan pada akhirnya dapat meningkatkan aspek-aspek keterampilan *self-regulated learning* itu sendiri. Hal inilah yang menunjukkan hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning*, dimana dukungan sosial yang diterima dapat membuat mahasiswa mengembangkan kemampuan *self-regulated learning* dan memungkinkan mereka mampu mengerjakan tugas akademik secara lebih mandiri di masa mendatang.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil uji korelasi pearson diperoleh nilai  $p < 0,000 < 0,05$  dan nilai  $r = 0,598$  yang berarti bahwa hipotesis kerja ( $H_a$ ) penelitian diterima, yaitu terdapatnya hubungan positif yang cukup kuat antara variabel dukungan sosial teman sebaya dan *self-regulated learning* pada mahasiswa tahun pertama jurusan X angkatan 2020 di masa pandemi Covid-19, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki mahasiswa.

### Saran

Bagi mahasiswa disarankan agar dapat merencanakan jadwal belajar dengan lebih detail dan melaksanakannya secara konsisten; mengorganisasikan ulang materi belajar setelah perkuliahan; saling menjaga komunikasi dengan teman sebaya; tidak perlu merasa sungkan untuk meminta atau memberikan bantuan kepada teman; serta menjalin hubungan yang akrab dengan mahasiswa lain sehingga mampu mendukung dan memberikan suasana positif dalam proses belajar.

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan peneliti dapat memperluas lingkup subjek penelitian, menggunakan pendekatan metode penelitian yang lebih beragam, dan meneliti faktor atau variabel lain yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* di luar penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alaei, M. M., & Hosseinezhad, H. (2020). The development and validation of Peer Support Questionnaire (PSQ). *Journal of Teaching Language Skills*, 39(3.2), 67–109. <https://doi.org/10.22099/jtls.2021.38853.2906>
- Aziz, A. (2016). Hubungan dukungan sosial dengan self

- regulated learning pada siswa SMA Yayasan Perguruan Bandung Tembung. *Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 8(2), 103–113. <https://doi.org/10.24114/jupii.v8i2.5155>
- Cleary, T. J., & Zimmerman, B. J. (2004). Self-regulation empowerment program: A school-based program to enhance self-regulated and self-motivated cycles of student learning. *Psychology in the Schools*, 41(5), 537–550. <https://doi.org/10.1002/pits.10177>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Dewi, S., & Arjanggal, R. (2019). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri akademik dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa di Universitas X. *Proyeksi*, 14(1), 84–93. <https://doi.org/10.30659/jp.14.1.84-93>
- Firman, & Rahman, S. R. (2020). Pembelajaran online di tengah pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>
- Fitrianti, L., & Cahyono, R. (2020). Pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri mahasiswa baru selama PJJ di masa pandemi Covid-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1180–1189. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Hafzan, A., Abdullah, A. N., Norida, A., & Kalthom, H. (2015). The role of learning approaches as mediator between peer social support and self-regulated learning among engineering undergraduates. *Asian Social Science*, 11(17), 67–73. <https://doi.org/10.5539/ass.v11n17p67>
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran daring sebagai upaya Study From Home (SFH) selama pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 465–503. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpap>
- Harahap, A. C. P., & Harahap, S. R. (2020). Covid-19: Self regulated learning mahasiswa. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 10(1), 36–42. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/7646>
- Harris, K. R., Graham, S., & Mason, L. H. (2006). Self-regulated strategy development with and without peer support. *American Educational Research Journal*, 43(2), 295–340. <https://doi.org/10.3102/00028312043002295>
- Hasanah, A., Sri Lestari, A., Rahman, A. Y., & Danil, Y. I. (2020). Analisis aktivitas belajar daring mahasiswa pada pandemi Covid-19. *Karya Tulis Ilmiah (KTI) Masa Work From Home (WFH) Covid-19 UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 4–8. <http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/30565>
- Hidayat, D. R., Rohaya, A., Nadine, F., & Ramadhan, H. (2020). Kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran daring pada masa pandemi Covid - 19. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(2), 147–154. <https://doi.org/10.21009/pip.342.9>
- Hutomo, M. H. A., Fatmawati, D., Khotimatussannah, N., & Agustiningih, R. D. (2020). Hubungan variabel interaksi sosial sebelum dan saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 359–368. <http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v2i0.13124>
- Irsyadella, R. (2020). The use of self-regulated learning strategies by good learners of english department students in english language learning. *Retain*, 8(1), 25–37. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/retain/article/view/31819>
- Jannah, M. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Surabaya: Unesa University Press.
- Jones, M. H., Estell, D. B., & Alexander, J. M. (2008). Friends, classmates, and self-regulated learning: Discussions with peers inside and outside the classroom. *Metacognition and Learning*, 3(1), 1–15. <https://doi.org/10.1007/s11409-007-9007-8>
- Kristiyani, T. (2016). *Self-regulated learning: Konsep, implikasi, dan tantangannya bagi siswa di Indonesia*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Kusuma, D. A. (2020). Dampak penerapan pembelajaran daring terhadap kemandirian belajar (self-regulated learning) mahasiswa pada mata kuliah geometri selama pembelajaran jarakjauh di masa pandemi Covid-19. *Teorema: Teori Dan Riset Matematika*, 5(2), 169–175. <https://doi.org/10.25157/teorema.v5i2.3504>
- Latipah, E. (2010). Strategi self regulated learning dan prestasi belajar: Kajian meta analisis. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 110–129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7696>
- Latipah, E., Kistoro, H. C. A., & Putranta, H. (2021). How are the parents involvement, peers and agreeableness personality of lecturers related to self-regulated learning? *European Journal of Educational Research*, 10(1), 413–425. <https://doi.org/10.12973/EU-JER.10.1.413>
- Lidiawati, K. R., & Helsa. (2021). Pembelajaran online selama pandemi Covid-19: Bagaimana strategi pembelajaran mandiri dapat mempengaruhi keterlibatan siswa. *Psibernetika*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v14i1.2570>
- Lim, C. L., Jalil, H. A., Ma'rof, A. M., & Saad, W. Z. (2020). Self-regulated learning as a mediator in the relationship between peer learning and online learning satisfaction: A study of a private

- university in Malaysia. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 17(1), 51–75. <https://doi.org/10.32890/mjli2020.17.1.3>
- Mahmoud, E. A. (2021). The effect of e-learning practices during the Covid-19 pandemic on enhancing self-regulated learning skills as perceived by university students. *Amazonia Investiga*, 10(39), 129–135. <https://doi.org/10.34069/AI/2021.39.03.12>
- Martorell, G., Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *A child's world: Infancy through adolescence* (13th ed.). New York: McGraw Hill.
- Mashabi, S. (20 Februari 2021). Update: Tambah 8.054, kasus Covid-19 Indonesia kini 1.271.353 orang. *Kompas.Com*. <https://nasional.kompas.com/read/2021/02/20/17000031>
- Masihah, S. (2011). Studi tentang hubungan dukungan sosial, penyesuaian sosial di lingkungan sekolah dan prestasi akademik siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 103–114. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.103-114>
- Merisa, A., Rahayu, P. E., & Nastasia, K. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dengan self regulated learning siswa SMK. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 10(2), 133–140. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i2.956>
- Muasyaroh, H., & Royanto, L. R. M. (2021). Pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19: Peran literasi digital dan task value terhadap self-regulated learning mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(2), 247–265. <https://doi.org/10.24854/jpu172>
- Newman, R. S. (2002). How self-regulated learners cope with academic difficulty: The role of adaptive help seeking. *Theory Into Practice*, 41(2), 132–138. [https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102\\_10](https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_10)
- Oktariani, O., Munir, A., & Aziz, A. (2020). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan self regulated learning pada mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1), 26–33. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v2i1.284>
- Ormrod, J., Anderman, E. M., & Anderman, L. (2017). *Educational psychology: Developing learners* (9th ed.). London: Pearson Education.
- Paska, P. E. I. N., & Laka, L. (2020). Pengaruh lingkungan sosial terhadap self-regulated learning. *SAPA: Jurnal Kateketik dan Pastoral*, 5(2), 39–54. <https://e-journal.stp-ipi.ac.id/index.php/sapa/issue/view/10>
- Pelikan, E. R., Lüftenegger, M., Holzer, J., Korlat, S., Spiel, C., & Schober, B. (2021). Learning during Covid-19: The role of self-regulated learning, motivation, and procrastination for perceived competence. *Zeitschrift Fur Erziehungswissenschaft*, 24(2), 393–418. <https://doi.org/10.1007/s11618-021-01002-x>
- Perry, J. C., Fisher, A. L., Caemmerer, J. M., Keith, T. Z., & Poklar, A. E. (2018). The role of social support and coping skills in promoting self-regulated learning among urban youth. *Youth and Society*, 50(4), 551–570. <https://doi.org/10.1177/0044118X15618313>
- Pintrich, P. R. (1995). Understanding Self-Regulated Learning. *New Direction for Teaching and Learning*, 65, 3–12. <https://doi.org/10.1002/tl.37219956304>
- Puspitasari, K. (2018). *Pengaruh dukungan sosial kawan sebaya terhadap regulasi diri dalam belajar siswa sekolah berasrama (boarding school)*. Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Muhammadiyah Malang, Malang. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/38331>
- Räisänen, M., Postareff, L., Mattsson, M., & Lindblom-Ylänne, S. (2020). Study-related exhaustion: First-year students' use of self-regulation of learning and peer learning and perceived value of peer support. *Active Learning in Higher Education*, 21(3), 173–188. <https://doi.org/10.1177/1469787418798517>
- Rosito, A. C. (2015). The correlation between peer social support and self-regulated learning. *Society Empowerment Through Psychology and Education Approach*, 194–202. <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/969>
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-regulated learning dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Empati*, 5(1), 44–49. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14946>
- Santrock, J. W. (2012). *Live-span development: Perkembangan masa hidup* (Edisi 13) (B. Widayanti, penerjemah). Jakarta: Erlangga. (Karya asli terbit 2011).
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi pendidikan* (Edisi 5) (H. Bhimasena, penerjemah). Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J. W. (2016). *Adolescence* (16th ed.). New York: McGraw Hill.
- Sanyoto, B., & Saloom, G. (2020). The Effect of Goal Setting, Self Efficacy, Interest and Peer Support on Self Regulated Learning. *TARBIYA: Journal of Education in Muslim Society*, 7(1), 88–101. <https://doi.org/10.15408/tjems.v7i1.13760>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2017). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (9th ed.). New Jersey: John Wiley & Son.
- Smith, P. A. (2001). Understanding self-regulated

- learning and its implications for accounting educators and researchers. *Issues in Accounting Education*, 16(4), 663–700. <https://doi.org/10.2308/iace.2001.16.4.663>
- Solichin, M. M., Muhlis, A., & Ferdiant, A. G. (2021). Learning motivation as intervening in the influence of social support and self regulated learning on learning outcome. *International Journal of Instruction*, 14(3), 945–964. <https://doi.org/10.29333/iji.2021.14355a>
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumia, D., Sandayanti, V., & Detty, A. U. (2020). Pengaruh teman sebaya dan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 10–17. <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i2.2593>
- Ulum, M. I. (2016). Strategi self-regulated learning untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Wicaksana, E. J., Atmadja, P., Lestari, W., Tanti, L. A., & Odrina, R. (2020). Efektivitas pembelajaran menggunakan moodle terhadap motivasi dan minat bakat peserta didik di tengah pandemi Covid-19. *EduTeach*, 1(2), 117–124. <https://doi.org/10.37859/eduteach.v1i2.1937>
- Won, S., Hensley, L. C., & Wolters, C. A. (2021). Brief research report: Sense of belonging and academic help-seeking as self-regulated learning. *Journal of Experimental Education*, 89(1), 112–124. <https://doi.org/10.1080/00220973.2019.1703095>
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*, 25(1), 3–17. [https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501\\_2](https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2)
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. [http://dx.doi.org/10.1207/s15430421tip4102\\_2](http://dx.doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2)
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. <https://doi.org/10.3102/0002831207312909>
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1986). Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. *American Educational Research Journal*, 23(4), 614–628. <https://doi.org/10.3102/00028312023004614>
- Zumbrunn, S., Tadlock, J., & Roberts, E. D. (2011). Encourage self regulated learning in the classroom. *Journal Virginia Commonwealth University*, 18, 278–299. <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.1.3358.6084>