

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

Dede Sumia¹, Vira Sandayanti², Ade Utia Detty³

¹Program Studi Kedokteran Universitas Malahayati, Bandar Lampung, email: Dedesumia141@gmail.com

²Program Studi Psikologi, Universitas Malahayati, Bandar Lampung, email: Virasanda@malahayati.ac.id

³Program Studi Kedokteran Universitas Malahayati, Bandar Lampung, email Adeutiadetty@gmail.com

ABSTRACT : PEER INFLUENCE AND SELF REGULATED LEARNING IN COLLEGE STUDENTS

Self-regulated learning is an independent and active way of learning to achieve academic goals. Peers have a significant role in the development of students' ability to process information and increase learning motivation. This study aims to determine the relationship between peer influence and self-regulation in student learning. This study used a quantitative approach with a cross sectional design. The research sample consisted of 123 students of the Malahayati University Faculty of Medicine. Data analysis using the Spearman test on the SPSS 20 application with a significance level in this study was set with a value of $p < 0.05$. The results showed a significant positive relationship between peer influence and self-regulation in student learning. The results of this study have implications related to the development of self-regulated learning through the role of peers.

Keyword: Self Regulated Learning, Peer Influence, College Students

Regulasi diri dalam belajar (*self regulated learning*) adalah cara belajar mahasiswa aktif secara individu untuk mencapai tujuan akademik. Teman sebaya memiliki peran yang signifikan dalam perkembangan kemampuan mahasiswa memproses informasi dan meningkatkan motivasi belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengaruh teman sebaya dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 123 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Analisis data menggunakan uji *Spearman* pada aplikasi SPSS 20 dengan tingkat kemaknaan pada penelitian ini ditetapkan dengan nilai $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. Hasil penelitian ini memberikan implikasi terkait pengembangan *self regulated learning* melalui peran teman sebaya.

Kata Kunci: Regulasi diri dalam belajar, Pengaruh Teman Sebaya, Mahasiswa

PENDAHULUAN

Mahasiswa yang berasrama tinggal jauh dari keluarga, harus memiliki kemauan belajar sendiri (Wardhani, 2017). Secara tidak

regulasi diri dalam belajar atau *self regulated learning* (Puspitasari, 2018).

Zimmerman (2004) mendeskripsikan *self regulated learning* sebagai cara belajar

merencanakan kegiatan belajarnya sendiri, disiplin pada diri sendiri untuk merealisasikan perencanaan belajar yang telah dibuat dan secara aktif menentukan lingkungan belajar yang diinginkan. Serangkaian kegiatan belajar yang diatur oleh mahasiswa tersebut disebut dengan

ik mencapai tujuan akademik dengan cara memantau perilaku, memotivasi diri sendiri, dan menggunakan fungsi kognitifnya dalam belajar. Mampu merencanakan, mengontrol waktu, dan memiliki usaha terhadap penyesuaian tugas, tahu bagaimana menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, mencari

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

bantuan dosen dan teman jika menemui kesulitan. Mampu melakukan strategi disiplin dan menjaga konsentrasi (Rahayu, 2017).

Menurut Zimmerman (1990) terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang dalam melakukan *self regulated learning*, diantaranya individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu yang dimaksud yaitu pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta efikasi diri. Faktor perilaku antara lain *behavior self-reaction*, *personal self-reaction* serta *environment self-reaction*. Sedangkan faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya dan lain sebagainya. Tidak hanya orang dewasa seperti orang tua dan keluarga saja yang berperan dalam pembentukan diri, teman sebaya pun memiliki peran menjadi agen sosialisasi yang membantu mahasiswa dalam membentuk perilaku dan keyakinan diri (Ormrod, 2008).

Pada penelitian oleh Kartika puspita tahun 2018 diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh dukungan teman sebaya terhadap regulasi diri dalam belajar siswa. Dukungan teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 13,9% terhadap regulasi diri dalam belajar siswa. Semakin baik tingkat dukungan teman sebaya yang didapatkan siswa maka regulasi diri dalam belajar siswa akan semakin tinggi. Begitu pula

sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan teman sebaya yang didapatkan siswa maka regulasi diri dalam belajar siswa akan semakin rendah pula. Melihat besarnya pengaruh teman sebaya terhadap regulasi diri dalam belajar, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengaruh teman sebaya dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan terhadap 123 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2018. Sampel diperoleh melalui simple random sampling.

Alat ukur yang digunakan adalah Kuesioner MSLQ (*Motivated Strategies for Learning Questionnaire*) dan skala dukungan sosial kawan sebaya. MSLQ dikembangkan dari teori Pintrich (1991) dan sudah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan nilai $\alpha = .897$. Lebih lanjut skala dukungan teman sebaya dikembangkan dari Sepfitri (2011) dan sudah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan nilai $\alpha = .977$

Data yang diambil merupakan data primer. Adapun uji statistic yang digunakan adalah uji korelasi *spearman's* pada aplikasi SPSS 20 dengan tingkat kemaknaan pada penelitian ini ditetapkan dengan nilai $p < 0,05$.

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

HASIL

Berdasarkan analisis terhadap karakteristik responden, ditemukan sebagian besar mahasiswa berjenis kelamin perempuan berjumlah 85 orang (69,4%) sedangkan laki- laki berjumlah 38 orang (30,6%)

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Pengaruh Teman Sebaya

Pengaruh Teman Sebaya	F	%
Rendah (37-74)	11	8.90
Sedang (74-111)	65	52.80
Tinggi (112-148)	47	38.20
Total	123	100

Dari tabel 1 di atas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi Pengaruh Teman Sebaya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati sebanyak 11 mahasiswa (8.90%) dengan tingkat rendah, sebanyak 65 mahasiswa (52.80%) dengan tingkat sedang dan sebanyak 47 mahasiswa (38.20%) dengan tingkat tinggi.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Regulasi Diri Dalam Belajar

Regulasi Diri Dalam Belajar	F	%
Rendah (36-72)	11	8.90
Sedang (73-108)	67	54.50
Tinggi (109-144)	45	36.60
Total	123	100

Dari tabel 2 di atas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati sebanyak 11 mahasiswa (8,9 %) dengan tingkat rendah, sebanyak 67 mahasiswa (54,5%), dengan tingkat sedang, sebanyak 45 mahasiswa (36,6%) dengan tingkat tinggi. Dengan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa rata-rata mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati memiliki regulasi diri dalam belajar tingkat sedang.

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com

Tabel 3

Uji Korelasi Pengaruh Teman Sebaya dengan *Self Regulated Learning*

	<i>Self Regulated Learning</i>
Pengaruh Teman Sebaya	$r = .504^{**}$

**p < .01

Berdasarkan tabel 3 di atas, hasil uji *Spearman Rank Correlation* menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara pengaruh teman dengan regulasi diri dalam belajar ($r(123) = .504, p < .01$). Hasil ini berarti bahwa semakin besar pengaruh teman sebaya semakin baik regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah pengaruh teman sebaya, maka semakin buruk regulasi diri dalam belajar yang dimiliki mahasiswa

DISKUSI

Pengaruh Teman Sebaya

Berdasarkan kategori pengaruh teman sebaya, dalam penelitian ini sebagian besar mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati memiliki pengaruh teman sebaya yang tinggi (38.20%), artinya responden tersebut mendapatkan perasaan nyaman, penghargaan, perhatian, dan kesenangan dari teman sebayanya yang mengakibatkan ia termotivasi untuk berusaha menggapai tujuan belajarnya (Puspitasari, 2018). Lebih lanjut, ditemukan juga mahasiswa dengan pengaruh teman sebaya yang sedang sebanyak 52.80%, dimana responden mendapatkan pengaruh teman sebaya yang cukup baik walaupun belum tinggi. Mahasiswa yang memiliki pengaruh teman sebaya rendah ditemukan sebanyak 8.90%. Zastrow & Ashman (dalam Hikmah, 2012) menjelaskan bahwa mahasiswa dengan teman sebayanya saling memberikan dukungan emosional dan memberikan informasi penting yang dapat

dijadikan referensi dalam membandingkan keyakinan, nilai, sikap, dan kemampuan mereka dengan mahasiswa lainnya.

Sarafino (2014) juga menyatakan salah satu hal yang menyebabkan teman sebaya berperan penting bagi seorang mahasiswa, karena remaja cenderung memilih teman sebaya yang serupa dengan mereka dalam hal aktivitas, motif berperilaku, gaya berperilaku maupun prestasi akademis. Teman sebaya mampu memberikan gagasan dan perspektif baru yang tidak didapatkan dari orangtua. Leka (2015) juga berpendapat bahwa dukungan teman sebaya terutama dari teman sekelas memiliki dampak positif terhadap prestasi belajar.

Self Regulated Learning

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *self regulated learning* tingkat sedang. Pintrich memaparkan bahwa regulasi diri dalam belajar sebagai usaha keras untuk mengontrol perilaku,

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

motivasi dan *affect*, kognisi, serta usaha keras untuk mencapai tujuan tertentu maka individu harus mengendalikan tindakannya (Yukselturk et.al, 2009). Thoresen dan Mahoney memaparkan dari perspektif sosial-kognitif, bahwa keberadaan regulasi diri dalam belajar ditentukan oleh tiga wilayah yakni wilayah person, wilayah perilaku, dan wilayah lingkungan (Zimmerman, 1989).

Mahasiswa yang melakukan regulasi diri dalam belajar akan memiliki prestasi belajar yang baik (Fasikhah dan Fatimah, 2013). Apabila mahasiswa tidak melakukan regulasi diri dalam belajar, maka mahasiswa dapat mengalami stress dan melakukan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang melakukan regulasi diri dalam belajar menurut *Pintrich* (2003) yaitu mahasiswa yang menetapkan tujuan dan merencanakan kegiatannya, melakukan monitor dan kontrol terhadap aspek kognitif, motivasi serta tingkah lakunya dalam mencapai tujuan tersebut. Mahasiswa yang melakukan regulasi diri dalam belajar ini adalah mahasiswa yang dapat berhasil dalam pendidikannya (*Santrock*, 2007).

Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Slef Regulated Learning

Hasil penelitian menemukan adanya hubungan positif signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa aspek teman sebaya penghargaan, perhatian, dan kesenangan dari teman sebayanya yang mengakibatkan ia termotivasi untuk berusaha

menggapai tujuan belajarnya. Kepercayaan diri mahasiswa pun meningkat karena adanya dukungan dari teman sebaya yang meyakinkan dirinya bahwa mahasiswa tersebut mampu dalam mencapai target belajar (Hurlock, 1980). Kemudian diperoleh koefisien korelasi (r)= 0,504 menunjukkan bahwa arah hubungan yang dihasilkan menunjukkan arah positif. Artinya, semakin tinggi pengaruh teman sebaya maka semakin tinggi tingkat regulasi diri dalam belajar mahasiswa dan semakin rendah pengaruh teman sebaya maka semakin rendah regulasi diri dalam belajar mahasiswa.

Menurut Zimmerman dan Pons (1986), ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri dalam belajar, yaitu: (1) Individu yang meliputi pengetahuan individu, tingkat kemampuan metakognisi dan tujuan yang ingin dicapai. (2) Perilaku merupakan upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi diri individu. (3) Lingkungan, hal ini bergantung pada bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung. Faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, baik lingkungan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, dan lain sebagainya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Farley & Spoon (2014) yang menyatakan bahwa hubungan positif yang dimiliki siswa dengan kawan sebaya memberikan dampak

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

yang positif terhadap regulasi diri dalam belajar siswa. Dukungan teman sebaya yang diterima mahasiswa akan mampu menumbuhkan keyakinan diri mahasiswa atas kemampuannya dalam mengatur kegiatan belajarnya sesuai dengan kebutuhan diri mahasiswa. Dengan demikian, mahasiswa memiliki regulasi diri dalam belajar yang tinggi. Hal ini didukung pula oleh penelitian dari Estell & Perdue (2013) yang menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya memiliki keterlibatan pada kegiatan pembelajaran mahasiswa.

Mahasiswa yang melakukan regulasi diri dalam belajar akan memiliki prestasi belajar yang baik (Fasikhah & Fatimah, 2013). Apabila mahasiswa tidak melakukan regulasi diri dalam belajar, maka mahasiswa dapat mengalami stress dan melakukan prokrastinasi akademik. Tidak hanya itu, regulasi diri dalam belajar memberikan sumbangan sebanyak 53,2% terhadap kecemasan akademis mahasiswa yang dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami stress (Etiafani & Listiara, 2015). Dengan demikian, dukungan dari teman sebayanya sangat diperlukan dalam proses belajar, karena dapat berpengaruh pada regulasi diri dalam belajar mahasiswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan

regulasi diri dalam belajar. Dalam penelitian ini ditemukan sebagian besar responden memiliki pengaruh teman sebaya dan regulasi diri dalam belajar tingkat sedang. Hasil penelitian ini memberi implikasi bagi Universitas agar dapat mengembangkan keterampilan *self regulated learning* mahasiswa dengan meningkatkan peran dari teman sebaya. Lebih lanjut, peneliti menyarankan agar dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat regulasi diri dalam belajar dan pengaruh teman sebaya, serta melakukan penelitian dalam cakupan yang luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Estell, D. B., & Perdue, N. H. (2013). Social support and behavioral and affective school engagement: The effects of peers, parents, and teachers. *Psychology in the Schools, 50*(4), 325-339.
- Etiafani, E., & Listiara, A. (2015). Self-Regulated Learning dan kecemasan akademik pada siswa SMK. *Empati, 4*(4), 144-149.
- Farley, J. P., & Kim-Spoon, J. (2014). The development of adolescent self-regulation: Reviewing the role of parent, peer, friend, and romantic relationships. *Journal of adolescence, 37*(4), 433-440.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 1*(1), 145-155.

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

- Hikmah, N. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial Kawan Sebaya dengan Motivasi Berprestasi Alumni Siswa-Siswi SMAN 28 Jakarta Lulusan Tahun 2011. *Skripsi. FISIP Program Sarjana Ilmu Kesejahteraan Sosial Depok*.
- Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan. *Jakarta: erlangga*.
- Leka, I. (2015). The impact of peer relations in the academic process among adolescents. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(1 S1), 127-127.
- Liswanti, R. (2016). Pembelajaran di Fakultas Kedokteran: Pengenalan bagi Mahasiswa Baru. *JK UNILA, jurnal kedokteran universitas lampung, vol 1 no 2, oktober 2016, 1(2), 399-403*.
- Ormrod, J. E. (2008). Psikologi pendidikan edisi keenam. *Jakarta: Penerbit Erlangga*.
- Pintrich, P. R. (2003). A motivational science perspective on the role of student motivation in learning and teaching contexts. *Journal of educational Psychology*, 95(4), 667.
- Pintrich, P. R. (1991). A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ).
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of educational psychology*, 82(1), 33.
- Puspitasari, K. (2018). *Pengaruh Dukungan Sosial Kawan Sebaya terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Sekolah Berasrama (Boarding School)* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Rahayu, R., Yasmansyah, Y., & Utaminingsih, D. (2017). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas X. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 5(5).
- Santrock, J. W. (2007). Remaja edisi kesebelas, jilid I. Terj. *Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga*.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sepfitri, N. (2011). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi berprestasi siswa MAN 6 Jakarta.
- Wardhani, E. P. (2017). Hubungan Antara Peer Attachment dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Putri di Sekolah Homogen dan Tinggal di Asrama. *Skripsi. Jakarta: Universitas Sanata Dharma*.
- Yukselturk, E., & Bulut, S. (2009). Gender differences in self-regulated online learning environment. *Journal of Educational Technology & Society*, 12(3), 12-22.
- Zimmerman, B. J., & Pons, M. M. (1986). Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. *American educational research journal*, 23(4), 614-628.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2004). Self-regulating intellectual processes and outcomes: A social cognitive perspective. *Motivation, emotion, and cognition: Integrative perspectives on intellectual functioning and development*, 323-349.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of educational psychology*, 81(3), 329.

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com

PENGARUH TEMAN SEBAYA DAN REGULASI DIRI DALAM BELAJAR PADA MAHASISWA

Zimmerman, B. J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational psychologist*, 25(1), 3-17.

Dede Sumia, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: Dedesumia141@gmail.com

Vira Sandayanti, Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: virasanda@malahayati.ac.id

Ade Utia Detty, Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. Email: adeutiadetty@gmail.com