

Self-Regulation

Details



Written by Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo

Category: [Vol. 5 No. 4 Februari 2019 \(/index.php/daftar-artikel\)](#)

 Published: 22 February 2019

ISSN 2477-1686

Vol.5 No. 4 Februari 2019

Self-Regulation dan Blended Learning

Oleh

Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo

Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Bisnis

Universitas Pembangunan Jaya

Undang Undang No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas) memuat apa yang dimaksud dengan pendidikan jarak jauh (PJJ), yakni pendidikan yang peserta didiknya terpisah dari pendidik dan pembelajarannya menggunakan berbagai sumber belajar melalui teknologi komunikasi, informasi dan media lainnya (Soekartawi, 2006). Dalam perkembangannya, PJJ dikenal dengan istilah *blended learning* – yang digunakan selanjutnya dalam artikel ini. *Blended learning* mengkombinasikan pembelajaran dalam jejaring (*online learning*), aktivitas tatap muka terstruktur di kelas dan pengalaman praktik langsung (Semler dalam Soekartawi, 2016). Pembelajaran secara konvensional yang biasa dilakukan di dalam ruang kelas dikombinasikan dengan

pembelajaran yang dilakukan secara *online*, baik secara independen maupun kolaborasi dengan menggunakan sarana prasarana teknologi informasi dan komunikasi (Prayitno, 2015).

Blended learning kembali menarik perhatian khalayak terutama sejak pencanangan Revolusi Industri 4.0 – dimana masyarakat dihadapkan pada tuntutan untuk memiliki literasi baru yaitu literasi teknologi, literasi data dan literasi kemanusiaan (Kompas, 2018). Menurut catatan Soekartawi (2006), di Indonesia, *blended learning* sebetulnya bukanlah hal baru. Di tingkat perguruan tinggi, Indonesia sudah lama dikenal melalui Universitas Terbuka yang mulai beroperasi sejak 1984. Sekolah menengah terbuka bahkan mulai lebih awal sejak tahun 1978. Baru-baru ini Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan melalui Direktorat Pembelajaran mensosialisasikan produk Pembelajaran Jarak Jauh dan produk Sistem Pembelajaran Daring (SPADA) Indonesia yang sudah berjalan sejak tahun 2014 (Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kemenristekdikti, 2018).

Soekartawi (2016) menyebutkan bahwa keunggulan *blended learning* adalah meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengatasi masalahnya secara mandiri. Psikologi mengenal kemampuan ini dengan istilah regulasi diri (*self-regulation*). *Self-regulation* adalah kemampuan mengendalikan perilaku dan emosi sendiri dalam melakukan tugas yang melibatkan pemahaman diri dan kaitannya dengan keadaan di luar diri. (Bandura, dalam Istriyanti & Sinarmata, 2014). Di dalam *self-regulation*, terdapat proses pemahaman, perencanaan, penilaian, pelaksanaan terkait perubahan yang diinginkan demi mencapai tujuan. *Self-regulation* membantu individu mengarahkan, mempertahankan, dan mengubah perhatian mereka jika diperlukan, serta membantu memonitor pikiran, perilaku dan emosi. Zimmerman (dalam Rosa, 2018) berpendapat bahwa *self-regulation* berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal.

Alfiana (2013) dan Rosa (2018) merangkum faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulation*. Salah satu faktor eksternal dari *self-regulation* adalah pemberian standar yang digunakan untuk mengevaluasi perilaku sendiri dan adanya *reinforcement* dari orang lain. Hal ini yang perlu diperhatikan dalam lingkungan belajar *blended learning*. Ketika mahasiswa *blended learning* menempuh proses

belajar mengajar secara *online*, maka situasi belajar menjadi berbeda. Tidak ada dosen yang menetapkan standar mengevaluasi perilaku mahasiswa. Selain itu, tidak ada *reinforcement* baik dari dosen maupun sesama teman.

Maka faktor internal dari *self-regulation* menjadi sangat berperan penting. Hal tersebut mencakup kemampuan mahasiswa *blended learning* melakukan *self-observation* terhadap performa yang dilakukan. Selain itu, mereka juga perlu piawai melakukan penilaian (*judgmental process*) terhadap perilakunya dimana ia membandingkan dibandingkan dengan norma pribadi dan masyarakat. Selain itu, mereka juga perlu mengasah *self-response* baik reaktif maupun proaktif sehingga mampu berstrategi secara efektif demi mencapai tujuan.

Pada akhirnya, keberhasilan *blended learning* bergantung pada keberhasilan peserta didik. Guzer dan Caner (2014) menggambarkan bahwa mereka yang aktif berpartisipasi dalam lingkungan belajar seperti ini dan dapat berkolaborasi efektif melalui interaksi sosial menjadi penentu masa depan *blended learning*.

Sayangnya, mengutip Zainuddin dan Keumala (2018), kajian empirik tentang penerapan *blended learning* di Indonesia belum banyak dilakukan. *Blended learning* diposisikan sebagai salah satu solusi untuk menjembati kesenjangan pendidikan di Indonesia. Psikologi, menggunakan sudut pandang *self-regulation*, diharapkan memberikan kontribusi pada isu ini.

Referensi

Alfiana, A. D. (2013). Regulasi diri mahasiswa ditinjau dari keikutsertaan dalam organisasi Kemahasiswaan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 1581-1682.

Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kemenristekdikti (2018, 12 Mei). *Kemenristekdikti luncurkan e-Learning/hybrid learning: Strategi pendidikan tinggi untuk kaum Milenial*. Diakses dari <http://belmawa.ristekdikti.go.id/2018/05/12/menristekdikti-luncurkan-e-learning-hybrid-learning-strategi-pendidikan-tinggi-untuk-kaum-milenial/>

(<http://belmawa.ristekdikti.go.id/2018/05/12/menristekdikti-luncurkan-e-learning-hybrid-learning-strategi-pendidikan-tinggi-untuk-kaum-milenial/>).

Guzer, B., & Caner, H. (2014). The past, present and future of blended learning: An in-depth analysis of literature. *Procedia: Social and Behavioral Sciences* 116, 4596-4603.

Istriyanti, N. L. A., & Sinarmata, N. (2014). Hubungan antara regulasi diri dan perencanaan karir pada remaja putri Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 301-310.

Kompas (2018, 13 Desember). *Revolusi industri 4.0, kualitas SDM harus ditingkatkan*. Diakses dari <https://ekonomi.kompas.com/read/2018/12/13/171811426/revolusi-industri-40-kualitas-sdm-harus-ditingkatkan> (<https://ekonomi.kompas.com/read/2018/12/13/171811426/revolusi-industri-40-kualitas-sdm-harus-ditingkatkan>).

Prayitno, W. (2015). *Penerapan blended learning dalam pengembangan pendidikan dan pelatihan bagi pendidik dan tenaga kependidikan*. Diakses dari <http://lpmpjogja.kemdikbud.go.id/penerapan-blended-learning-dalam-pengembangan-pendidikan-dan-pelatihan-diklat-bagi-pendidik-dan-tenaga-kependidikan-ptk-2/> (<http://lpmpjogja.kemdikbud.go.id/penerapan-blended-learning-dalam-pengembangan-pendidikan-dan-pelatihan-diklat-bagi-pendidik-dan-tenaga-kependidikan-ptk-2/>).

Rosa, L. F. (2018). Hubungan antara harapan lulus tepat waktu dan regulasi diri pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. Skripsi. Diakses dari <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/7433> (<http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/7433>).

Soekartawi, S. (2006, 17 Juni). Blended e-learning: Alternatif model pembelajaran jarak jauh di Indonesia. *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI)*. Diakses dari <http://journal.uii.ac.id/Snati/article/view/1461> (<http://journal.uii.ac.id/Snati/article/view/1461>).

Zainuddin, Z. & Keumala, C.M. (2018). Blended learning method within Indonesia higher education institution. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, 6(2), 69-77.

Like 0

f Share

Tweet



G+ Share



Share

Save



◀ [Prev \(/index.php/daftar-artikel/377-kesehatan-mental\)](/index.php/daftar-artikel/377-kesehatan-mental)

Add comment

Harap memberi komentar yang sesuai dengan artikel dan menggunakan bahasa yang sopan. Jika anda belum mendaftar maka komentar akan dimoderatori oleh admin.

Name (required)

E-mail (required, but will not display)

Website



1000 symbols left

Notify me of follow-up comments



Refresh

Send

JComments (<http://www.joomlatune.com>)

Login Form

 gita



Remember Me

Log in

[Create an account](#) ➤ [\(/index.php/component/users/?view=registration\)](#).

[Forgot your username?](#) [\(/index.php/component/users/?view=remind\)](#).

[Forgot your password?](#) [\(/index.php/component/users/?view=reset\)](#).

Copyright © 2015 - 2019 KPIN

Design by SEH, Powered by [Gantry Framework](#)
(<http://www.gantry.org/>).