

STRATEGI MAHASISWA DALAM MENINGKATKAN MINAT BELAJAR, SELF-EFFICACY, SELF REGULATED PADA PEMBELAJARAN DARING DI MASA PANDEMI COVID-19

Ani Lestari

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
anilestari2096@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana strategi mahasiswa dalam meningkatkan minat belajar, self efficacy dan self regulated pada pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Pengumpulan dilakukan dengan wawancara. Jenis analisis data yang digunakan ialah teknik analisis kualitatif. Penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 memiliki tantangan tersendiri bagi mahasiswa untuk itu diperlukan strategi serta upaya untuk meningkatkan minat belajar mahasiswa. Jika minat belajar mahasiswa tinggi maka self efficacy dan self regulated mahasiswa ikut tinggi yang mana dua hal tersebut merupakan kemampuan diri untuk menghadapi tantangan di tengah pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa upaya yang dilakukan mahasiswa dalam meningkatkan minat belajar yaitu dengan mengatur waktu belajar dan kegiatan positif lainnya, diskusi dengan dosen dan teman mengenai materi kuliah yang dipelajari serta membuat checklist materi yang sudah dikuasai dan belum dikuasai, belajar dari berbagai sumber (internet, jurnal, media sosial), membuat lingkungan belajar yang menyenangkan, mendapatkan support system (dari keluarga, teman), melakukan mindfulness (meditasi, afirmasi positif), serta mendekatkan diri kepada Tuhan.

Katakunci : minat belajar; self-efficacy; self-regulated; pandemi Covid-19

ABSTRACT

The research aims to examine how students' strategies are in increasing interest in learning, self-efficacy and self-regulation of students in bold learning during the Covid-19 pandemic.. This study uses a qualitative method with a qualitative descriptive approach. The collection is done by interview. The type of data analysis used is qualitative analysis. This research shows that online learning during the Covid-19 pandemic has its own challenges for students, therefore strategies and efforts are needed to increase student interest in learning. If the student's interest in learning is high, the student's self-efficacy and self-regulated will also be high, two of which are self-ability to face challenges in the midst of the Covid-19 pandemic. Based on the results of the study, it was found that the efforts made by students in increasing interest in learning were by managing study time and other positive activities, discussing with lecturers and friends about the subject matter studied and making a checklist of materials that had been mastered and not yet mastered, learning from various sources (internet, journals, social media), create a fun learning environment, get a support system (from family and friend), do mindfulness (meditation, positive affirmations), and closer to God.

Keywords: interests; self-efficacy; self-regulation; pandemi Covid-19

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 telah menyerang dunia hampir dua tahun lamanya dan sampai saat ini belum

diketahui kapan akan berakhir. Masalah pandemi Covid-19 telah mengancam dunia tidak hanya di bidang kesehatan tetapi dalam segala

sektor mengalami dampaknya. Salah satunya dalam dunia pendidikan yang mana proses pembelajaran tidak lagi dilakukan di ruang kelas tetapi diganti dengan pembelajaran dari rumah melalui online yang disebut dengan pembelajaran daring. Hal tersebut dilakukan untuk mencegah penularan virus yang lebih meluas. Pembelajaran daring dilakukan melalui jejaring web dengan jumlah partisipan tanpa batas menggunakan berbagai media teknologi yang tersambung dengan internet (Putria, 2020; Rigianti 2020; NNS Adi, et.al, 2021). Pembelajaran daring dianggap mampu menciptakan pembelajaran yang efektif serta nyaman bagi peserta didik dan pendidik di tengah pandemi Covid-19 (Herliandry, Devi., 2020; Zhang et, al., 2020; NNS Adi, et.al, 2021). Dengan demikian proses belajar mengajar akan dapat berlangsung dengan baik antara peserta didik dan pendidik melalui pemanfaatan media teknologi informasi serta sebagai bentuk inovasi pendidikan di era digital saat ini.

Namun faktanya transformasi dari pembelajaran tatap muka (*offline*) menjadi pembelajaran daring (*online*) masih menimbulkan berbagai masalah. Ada banyak sekali hambatan dan kendala yang dialami oleh peserta didik maupun pendidik dalam pembelajaran daring (A Anugrahana, 2020, HA Rigianti, 2020). Bahkan di tingkat perguruan

tinggi yang mana mahasiswa terbiasa belajar mandiri.

Namun berbeda dengan pembelajaran daring yang menuntut mahasiswa untuk belajar lebih mandiri dengan menggunakan teknologi memiliki tantangan tersendiri bagi mahasiswa (Hoskins dalam Susanty, 2020). Kendala yang sering dialami mahasiswa dalam pembelajaran daring yaitu masalah kurang kuatnya jaringan internet apalagi untuk mahasiswa yang tinggal di daerah pelosok, mahal biaya kuota internet juga menjadi beban mahasiswa, selain kendala teknis tersebut pembelajaran daring membuat mahasiswa tidak terawasi dengan baik selama proses pembelajaran (Ali Sadikin, dkk, 2020)

Penelitian terkait dampak Covid-19 terhadap pembelajaran daring mahasiswa telah banyak dilakukan salah satunya oleh NB Argaheni (2020) dari hasil review yang menggunakan *database* Google Scholar ditemukan bahwa pembelajaran daring memiliki beberapa dampak terhadap mahasiswa Indonesia yaitu; pembelajaran daring membuat mahasiswa mengalami stress akademik, karena belum terbiasa dan kurangnya persiapan menjadikan mahasiswa bingung dalam pembelajaran daring, penumpukan informasi atau konsep pada mahasiswa kurang bermanfaat, mahasiswa menjadi pasif, kurang kreatif dan produktif.

Sementara itu, untuk menghadapi kendala mahasiswa tersebut dibutuhkan minat belajar, *self-efficacy* dan *self-regulated* yang baik dalam diri mahasiswa. Minat belajar sendiri sangat di butuhkan dalam pembelajaran daring, mulai dari perhatian memahami materi, ketertarikan, sampai pada rasa senang mempelajari materi pelajaran. Dengan demikian minat belajar sangat berpengaruh pada keberhasilan belajar mahasiswa (C.Chaterine Manopo, et.al, 2020). Selain itu minat belajar juga dapat mempengaruhi *self efficacy* dan *self regulated* mahasiswa.

Self efficacy sangat dibutuhkan di masa pandemi ini yang mana mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan terus berupaya beradaptasi dengan perubahan yang ada dan berusaha untuk menyelesaikan tugas dan masalah yang dihadapinya. Dengan begitu akan semakin meningkatkan kemampuan mahasiswa yang tentunya akan berimplikasi pada hasil belajar mereka. Sementara itu *self regulated* pada mahasiswa mampu mengatur dirinya sendiri, belajar disiplin untuk mencapai tujuan belajar, serta mampu mengendalikan diri sendiri dalam menghadapi tugas-tugas sulit terutama pada pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. (E Apristian Pantu, 2021; V Shofiah dan Raudatussalamah, 2014; Eva Latipah, 2017).

Berbagai penelitian telah dilakukan peneliti terkait *self efficacy* mahasiswa di tengah pandemi Covid-19, secara garis besar hasil penelitian menunjukkan *self efficacy* sangat dibutuhkan selama pembelajaran daring masa pandemi Covid-19. *Self efficacy* memiliki peran penting bagi mahasiswa agar mampu menghadapi stress akademik selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Berdasarkan penelitian (JJ Tamba dan DE Santi, 2021) menemukan bahwa siswa yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan mampu menghadapi stres akademi selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dibandingkan dengan siswa yang memiliki *self efficacy* yang rendah akan cenderung mengalami stres akademik. Sementara itu (A Halawa, 2020) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa perubahan proses pembelajaran menjadi pembelajaran daring mempengaruhi *self efficacy* mahasiswa dalam belajar. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki *self efficacy* yang tinggi dalam belajar pada masa pandemi Covid-19.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (EA Pantu, 2021) menemukan bahwa adanya korelasi antara *self efficacy* pada pembelajaran online dengan tingkat semester mahasiswa. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi semester yang ditempuh maka semakin endah *self efficacy* akademik

pada pembelajaran online yang dimiliki. Dalam penelitiannya juga ditemukan bahwa usia dapat menjadi moderator dalam pengaruh semester terhadap *self efficacy* akademik pada pembelajaran online. Dimana pada individu yang lebih muda, semakin tinggi semester maka *self efficacy* akademik pada pembelajaran online yang dimiliki juga semakin rendah.

Sementara itu pada individu yang lebih tua, semakin tinggi semesternya maka semakin tinggi pula efikasi diri akademik pada pembelajaran online yang ada pada diri individu. Berdasarkan uraian di atas, belum ada kajian mendalam mengenai pentingnya minat belajar, *self efficacy*, *self regulated* mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa covid-19.

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis bagaimana strategi mahasiswa dalam meningkatkan minat belajar, *self efficacy* dan *self regulated* mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Peneliti juga menganalisis bagaimana keterkaitan antara minat, *self efficacy* dan *self regulated* mahasiswa dalam belajar. Selain itu peneliti juga akan memaparkan urgensi dari minat belajar, *self efficacy* dan *self regulated* mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deksriptif kualitatif untuk mendeskripsikan hasil penelitian dan menganalisis lebih jauh mengenai bagaimana strategi mahasiswa dalam meningkatkan minat belajar, *self efficacy*, dan *self regulated* dalam pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Informan atau subjek pada penelitian ini merupakan 5 mahasiswa dari beberapa universitas yang melaksanakan pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Pengambilan informan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Teknik pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan proses wawancara kepada informan. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi bagaimana upaya yang dilakukan mahasiswa untuk meningkatkan minat belajar, *self efficacy*, *self regulated* selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Selain itu sumber data lainnya didapatkan dari *study literature* yang berasal dari buku-buku, jurnal-jurnal dan artikel berita yang digunakan untuk menganalisis pentingnya minat belajar, *self efficacy* dan *self regulated* mahasiswa dalam pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19.

Jenis analisis data yang digunakan adalah teknik analisis kualitatif yang menggunakan konsep Miles dan Huberman melalui reduksi

data, penyajian data penelitian dan kemudian dilakukan penarikan kesimpulan sebagai jawaban atas rumusan masalah penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dampak positif dan negatif pembelajaran daring serta tantangan yang dialami mahasiswa dalam belajar di masa pandemi covid-19

Pembelajaran daring di tengah pandemi Covid-19 memiliki tantangan tersendiri bagi mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dari wawancara, salah satu tantangan yang dihadapi informan selama pembelajaran daring yaitu masalah teknis seperti kendala jaringan, susah mencari jaringan dan borosnya pemakaian kuota internet. Selain itu pembelajaran daring juga menuntut mahasiswa untuk disiplin dan peka terhadap perkembangan teknologi. Sementara itu bagi informan yang menyusun tugas akhir mengakui akan sulitnya akses untuk ke perpustakaan dan komunikasi dengan dosen pembimbing kurang efektif yang mana hal tersebut menjadi kendala dalam menyelesaikan tugas akhir mereka.

Terkait dengan tantangan tersebut, di antara para informan ada yang mengatakan bahwa pembelajaran daring menjadi pilihan efektif di masa pandemi saat ini demi keselamatan banyak orang. Namun

semua hal pastinya memiliki dampak positif dan negatif begitu juga dengan pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Dampak positif yang dirasakan informan salah satunya dapat belajar kapanpun dan dimanapun sehingga waktu belajar menjadi lebih fleksibel. Diantaranya seperti yang dikatakan oleh Fiolla mahasiswa Universitas Ahmad Dahlan :

“Menurut saya, dampak positif selama pembelajaran daring itu saya bisa melakukan kegiatan lain saat jam pelajaran kuliah berlangsung, sehingga waktu belajar saya juga menjadi fleksibel. Saya dapat belajar dimanapun dan kapanpun asalkan memiliki paket internet”.

Selain itu dampak positif lainnya dirasakan oleh informan mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring di rumah. Diantaranya seperti yang diungkapkan oleh Maulana mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta:

“Dampak positif pembelajaran daring bagi saya itu saya menjadi memiliki banyak waktu di rumah bersama keluarga, tidak khawatir terlambat masuk kelas, dan metode belajar menjadi variatif karena menggunakan media teknologi.”

Beberapa informan lain juga mengungkapkan bahwa pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 dapat mendorong mahasiswa untuk lebih maju terhadap penggunaan teknologi. Sebab, dalam pembelajaran daring mahasiswa dituntut untuk bisa menggunakan teknologi sebagai media pembelajaran sehingga dapat mempermudah proses pembelajaran.

Sementara itu secara umum dampak negatif yang dirasakan mahasiswa selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 salah satunya mahasiswa kurang memahami isi dari pemahaman materi yang diberikan dosen pengampu, selain itu mahasiswa sulit memahami materi sebab komunikasi kurang efektif. Diantaranya seperti yang diungkapkan Ellen mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta:

“Menurut saya, dampak negatif pembelajaran daring ada banyak yang saya rasakan seperti komunikasi dengan dosen menjadi tidak efektif karena terkendala jaringan yang tidak stabil, tugas juga menjadi lebih banyak yang terkadang membuat saya agak stress”

Jika dilihat dari pendapat para informan, kebanyakan jawaban mengenai dampak negatif dari pembelajaran daring ialah mereka merasa sulit memahami materi kuliah selama pembelajaran daring. Tidak hanya itu tugas kuliah yang terlalu banyak di masa pandemi Covid-19 juga menjadi *pressure* bagi mahasiswa. Mahasiswa juga mengakui bahwa minat belajar mereka menjadi menurun selama pembelajaran daring sehingga malas untuk kuliah, seperti yang diungkapkan Afif mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta:

“Menurut saya, dampak negatif yang saya rasakan selama pembelajaran daring saya jadi malas untuk kuliah, dan karena malas tadi saya ingin cari gampang dalam mengerjakan soal-soal”.

Berdasarkan jawaban dari beberapa informan dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring tidak hanya memberikan dampak negatif tetapi juga memberikan dampak positif yang dapat dilihat dalam tabel 1.

Tabel 1. Dampak Positif dan Negatif Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19

Dampak Positif
1) Mendorong mahasiswa untuk lebih maju terhadap penggunaan teknologi. 2) Mahasiswa dapat melakukan kegiatan lain saat jam kuliah berlangsung. 3) Mahasiswa dapat belajar dimanapun dan kapanpun atau dapat dikatakan waktu belajar menjadi lebih fleksibel. 4) Mempermudah proses pembelajaran di saat pandemi Covid-19 jika dibandingkan harus ke sekolah yang rentan terjangkit virus Covid-19. 5) Memiliki banyak waktu di rumah bersama keluarga. 6) Metode belajar menjadi variatif dengan menggunakan berbagai media. 7) Tidak khawatir terlambat masuk kelas
Dampak Negatif
1) Mahasiswa kurang memahami isi dari pemahaman materi yang diberikan dosen pengampu. 2) Komunikasi kurang efektif karena terkendala jaringan internet yang belum merata dan tidak stabil serta borosnya pemakaian kuota internet. 3) Pemberian tugas kepada mahasiswa menjadi lebih banyak. 4) Akses untuk ke perpustakaan menjadi sulit. 5) Minat belajar menjadi menurun sehingga mahasiswa menjadi malas untuk kuliah. Karena malas tersebut menjadikan mahasiswa cari mudah dalam mengerjakan soal-soal atau tugas yang mana hasilnya menjadi kurang maksimal. 6) Rentan mengalami stress akademik.

Strategi atau upaya mahasiswa dalam meningkatkan minat belajar, self efficacy, self regulated selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19

Belajar di tengah pandemi Covid-19 tentunya memiliki tantangan tersendiri bagi mahasiswa. Pembelajaran yang biasanya dilakukan mahasiswa di ruang kelas, kini harus belajar dari rumah melalui *online* atau pembelajaran daring. Dengan situasi seperti itu, mahasiswa dipaksa untuk berusaha beradaptasi dengan sistem pembelajaran daring dan membuat strategi belajar agar dapat memahami materi kuliah

dengan baik. Tidak hanya itu mahasiswa juga harus mempunyai keyakinan dan pengaturan diri yang baik untuk menghadapi tantangan yang dihadapi selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. Apalagi belajar di masa pandemi tidak menutup kemungkinan dapat mempengaruhi minat belajar mahasiswa. Untuk itu sangat penting sekali bagi mahasiswa untuk meningkatkan minat belajar, efikasi diri (keyakinan diri), regulasi diri (pengaturan diri).

Berdasarkan hasil wawancara dari informan, terdapat strategi atau upaya yang dilakukan mahasiswa

untuk meningkatkan minat belajar, *self efficacy*, *self regulated* dimasa pandemi Covid-19 yaitu sebagai berikut: *Pertama*, yang dilakukan informan yaitu mengatur waktu dengan banyak belajar dari berbagai sumber mulai dari media, internet, buku, jurnal, diskusi, dan lain-lain. Selama pembelajaran daring untuk memahami materi dengan baik informan membuat forum diskusi online dengan teman sebaya serta sharing dengan dosen terkait materi yang dipelajari. Selain itu informan juga menggunakan social media seperti youtube untuk melihat tayangan tutorial video terkait materi yang dipelajari. Dengan membagi waktu belajar serta melakukan kegiatan positif lainnya informan mengakui menjadi dapat berfikir kreatif dan inovatif.

Kedua, informan membuat suasana belajar yang menyenangkan misalnya, dengan cara mendengarkan musik ketika sedang mengerjakan tugas atau dengan makan camilan. *Ketiga*, informan memotivasi diri sendiri dengan membuat tujuan belajar misalnya salah satu informan yang tujuan belajar ialah ingin cepat dan bisa menguasai materi yang diberikan dosen pengampu di setiap mata kuliah serta bisa lebih unggul dari teman-teman yang lain atau ingin mendapatkan nilai yang terbaik. *Keempat*, informan juga membuat strategi belajar *basic* yaitu dengan membaca, mendengarkan dan

memahami materi serta mengulang kembali materi yang telah disampaikan. Selanjutnya, informan membuat checklist materi yang sudah dikuasai dengan materi yang belum dikuasai. *Kelima*, informan mencari *support system* yang baik, mulai dari dukungan orang tua, keluarga dan teman.

Dukungan sosial ini diakui sangat dibutuhkan informan selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 apalagi ketika tugas kuliah banyak. Dengan motivasi dari keluarga, nasihat dari orangtua serta sharing dengan teman, informan mengakui dapat menjadikan kondisi psikisnya lebih tenang. Selanjutnya agar kesehatan mental tetap baik di masa pandemi Covid-19 informan juga melatih untuk melakukan *mindfulness* misalnya dengan meditasi, afirmasi positif dan relaksasi. Selain itu informan juga berdoa dan tawakkal serta mendekatkan diri kepada Tuhan agar tetap tenang di masa sulit pandemi Covid-19.

Jadi dari hasil analisis yang penulis dapatkan dari wawancara kepada informan dapat dipaparkan sebagai berikut:

Pertama, dalam meningkatkan minat belajar mahasiswa melakukan upaya menciptakan suasana tempat belajar yang menyenangkan. Misalnya dengan mendengarkan musik, makan camilan dan menggunakan metode belajar yang menarik (seperti menonton youtube

terkait materi, menulis materi yang diberikan dosen, dan aktif bertanya ketika proses pembelajaran daring). Selain itu mereka berdiskusi dengan teman untuk membahas materi yang telah dipelajari atau masih belum dipahami. Mereka juga berusaha untuk mengatur waktu dengan belajar dari berbagai sumber seperti artikel jurnal, buku, video youtube dan sebagainya.

Kedua, dalam upaya meningkatkan *self efficacy* mahasiswa menyelesaikan tugas-tugas kuliah tepat waktu, membuat checklist materi yang sudah dikuasai dan materi yang belum dikuasai sehingga dapat dipelajari kembali. Mahasiswa juga berusaha untuk membaca jurnal, buku dan belajar mandiri untuk memahami materi yang belum dikuasai. Selain itu mahasiswa berusaha belajar dengan memanfaatkan teknologi internet yang ada seperti dengan melihat tayangan video melalui youtube. Mereka juga membuat forum diskusi online dengan teman sebaya dan sharing dengan dosen terkait materi yang ingin dipelajari. Sementara itu yang tidak kalah penting mereka mencari *support system* yang baik. Dimulai dengan berbagi cerita dengan keluarga, teman, sahabat yang kemudian memberi dukungan dan semangat bagi mereka serta meyakinkan bahwa mereka bisa menghadapi hambatan dan kendala yang dialami saat pandemi Covid-19

khususnya terkait pembelajaran daring.

Ketiga, Untuk meningkatkan *self regulated* mahasiswa berupaya untuk mengendalikan kecemasan dan stress yang dialami selama pembelajaran daring. Mereka juga berusaha untuk mengatur pikiran, perasaan dan perilaku di masa pandemi Covid-19 salah satu cara mahasiswa dengan melakukan meditasi, mindfulness dan meningkatkan ibadah agar ada ketenangan dalam diri serta melakukan hal-hal positif seperti kegiatan sosial dan sebagainya. Kemudian mahasiswa berupaya mengatur waktu belajar dengan disiplin di masa pandemi Covid-19 agar tidak terdistraksi dengan hal-hal lain. Mereka juga memotivasi diri dengan mengingatkan kembali pada diri apa tujuan ia belajar atau kuliah, salah satu informan memiliki tujuan untuk cepat lulus dan mendapatkan nilai yang baik dengan menguasai materi yang diberikan dosennya. Dengan adanya tujuan belajar atau motivasi untuk belajar tersebut mereka membuat strategi belajar yang efektif agar tercapai tujuan yang mereka inginkan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data kualitatif mengungkapkan bahwa mahasiswa mengalami berbagai kendala dan hambatan yang dihadapi selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Untuk

menghadapi tantangan tersebut dibutuhkan minat belajar, keyakinan diri (*self efficacy*), pengaturan diri (*self regulated*). Dengan demikian sangat penting bagi mahasiswa untuk meningkatkan minat belajar, *self efficacy*, *self regulated* di masa pandemi Covid-19. Minat mahasiswa sangat penting dalam proses pembelajaran. Adanya minat mahasiswa akan menjadikan ia rajin belajar, fokus, tekun, trampil, mengatur perilaku dan memiliki inisiatif untuk belajar tanpa adanya paksaan dari luar sebab ketertarikan pada belajar itulah yang menjadikan pendorong untuk taat melakukan kegiatan belajar. Sebagaimana Hidi dan Reninninger dalam (Nurhasanah dan Sobandi 2016) menyatakan bahwa minat memberikan pengaruh positif terhadap pembelajaran akademik. Oleh karena itu minat belajar perlu selalu dikembangkan dan ditumbuhkan pada mahasiswa khususnya pada masa pandemi covid-19 yang mana pembelajaran daring sangat mempengaruhi minat belajar mahasiswa.

Ketika minat mahasiswa sudah berkembang dengan baik maka keyakinan diri dalam mengerjakan tugas dan belajar pun akan meningkat, Selain itu mahasiswa juga dapat mengatur dirinya untuk disiplin agar dapat mencapai tujuan belajar. Sebagaimana Preiss dan Sternberg (2010) menjelaskan bahwa ketika mahasiswa memiliki minat yang tinggi, mereka akan memiliki tingkat

self efficacy yang relatif lebih tinggi dan lebih mampu mempertahankan perhatian, menetapkan tujuan serta menggunakan strategi terhadap konten yang mereka minati daripada konten yang kurang diminati.

Berdasarkan hasil penelitian, informan melakukan berbagai upaya dan strategi untuk meningkatkan minat belajar mereka. Jika di lihat dari jawaban informan untuk meningkatkan minat belajar mahasiswa dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu melalui faktor internal dan eksternal. Faktor internal, dapat dilakukan dengan memotivasi diri sendiri dengan membuat tujuan belajar misalnya tujuan belajar mahasiswa ialah ingin cepat menguasai materi yang diberikan dosen pengampu di setiap mata kuliah. Dengan begitu mahasiswa akan berusaha untuk mencapai tujuan tersebut. Sementara itu untuk faktor eksternal, dapat dilakukan dengan mengatur waktu belajar dengan kegiatan positif lainnya, kemudian banyak belajar dengan membaca, mendengarkan dan memahami materi dari berbagai sumber seperti internet, buku, jurnal, media sosial seperti youtube dan sebagainya. Selanjutnya, mahasiswa membuat checklist materi yang sudah dikuasai dengan materi yang belum dikuasai serta mengulangi kembali materi yang belum dipahami. Selain itu mahasiswa juga bisa dengan membuat forum diskusi online dengan teman sebaya untuk

membahas materi yang dipelajari. Strategi lain ketika belajar mandiri atau membuat tugas dapat dilakukan mahasiswa dengan membuat suasana belajar yang menyenangkan seperti mendengarkan musik atau makan camilan.

Faktor internal merupakan faktor pendorong dari dalam diri seseorang. Faktor internal, dapat dilakukan dengan memotivasi diri sendiri dengan membuat tujuan belajar misalnya tujuan belajar mahasiswa ialah ingin cepat menguasai materi yang diberikan dosen pengampu di setiap mata kuliah. Dengan begitu mahasiswa akan berusaha untuk mencapai tujuan tersebut. Namun faktor pendorong dari dalam diri seseorang ini terkadang membutuhkan dukungan orang lain untuk memunculkannya pada diri sendiri. Dukungan orang lain dibutuhkan dalam memanfaatkan umpan balik dari konten yang ia minati yang mana pada fase pengembangan minat ini seseorang akan cenderung bertanya, merefleksikan pertanyaan keingintahuan mereka sendiri, mengeksplorasi, dan memperluas pemahaman saat ini.

Selain itu mereka juga membutuhkan dukungan untuk membuat jenis koneksi yang akan menuntun mereka untuk mengembangkan tujuan dan strategi serta dukungan untuk meminta, merenung dan memanfaatkan peluang yang tersedia. Dalam

mengembangkan minat seseorang akan mengalami penurunan atau kehilangan minat apabila tidak ada dukungan orang lain. Namun sering bertambahnya usia, mahasiswa semakin mampu mengatur diri sendiri untuk mengembangkan minat dan menjadi mandiri. (Preiss dan Sternberg 2010)

Sedangkan faktor eksternal yang dapat menumbuhkan minat belajar antara lain peranan keluarga, peranan guru/pendidik, sarana dan prasarana, strategi, metode, teknik dan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan (Simbolon 2014). Peranan keluarga pada tahap mahasiswa lebih kepada pemberian dukungan secara psikologis seperti kasih sayang, perhatian dan motivasi agar semangat belajar dan menyelesaikan tugas kuliah. Sementara peran pendidik dapat dilakukan dengan berinovasi dalam sistem pembelajaran. Ketika masa pandemi pembelajaran online bisa menggunakan media yang bervariasi seperti zoom, whatsapp grup, google clasroom, youtube, atau dengan kreasi menggunakan media sosial yang banyak digunakan misalnya instagram, facebook, tiktok dan sebagainya. Dengan begitu pembelajaran akan menjadi menyenangkan dan mahasiswa tidak merasa bosan melainkan tertantang melakukan hal baru.

Selanjutnya sarana prasarana juga perlu diperhatikan fasilitas yang dibutuhkan mahasiswa selama

pembelajaran daring harus tersedia dengan baik seperti laptop, handphone, jaringan internet dan sebagainya. Kemudian strategi dan metode pembelajaran yang inovatif, kreatif dan bervariasi dapat dilakukan oleh pendidik misalkan dengan memberikan tugas kelompok untuk membuat suatu project sesuai materi yang dipelajari.

Sementara itu untuk faktor eksternal, yang dapat dilakukan mahasiswa itu sendiri yaitu mengatur waktu belajar dengan kegiatan positif lainnya, kemudian banyak belajar dengan membaca, mendengarkan dan memahami materi dari berbagai sumber seperti internet, buku, jurnal, media sosial seperti youtube dan sebagainya. Selanjutnya, mahasiswa membuat checklist materi yang sudah dikuasai dengan materi yang belum dikuasai serta mengulangi kembali materi yang belum dipahami. Selain itu mahasiswa juga bisa dengan membuat forum diskusi online dengan teman sebaya untuk membahas materi yang dipelajari. Strategi lain ketika belajar mandiri atau membuat tugas dapat dilakukan mahasiswa dengan membuat suasana belajar yang menyenangkan seperti mendengarkan musik atau makan camilan. Selanjutnya agar kesehatan mental tetap baik di masa pandemi Covid-19 mahasiswa dapat melatih untuk melakukan mindfulness misalnya dengan meditasi, afirmasi positif dan relaksasi. Selain itu kebutuhan

spiritual juga diperlukan mahasiswa dapat berdoa dan tawakkal serta mendekatkan diri kepada Tuhan agar tetap tenang di masa sulit pandemi Covid-19.

Sebagaimana Bandura yang menyatakan bahwa untuk meningkatkan *self efficacy* dipengaruhi oleh faktor keadaan psikologis dan psikis (emosional) yang baik serta persuasi sosial (*social persuasion*) yang merupakan penguatan keyakinan dari orang lain bahwa seseorang mempunyai kemampuan untuk meraih apa yang diinginkannya. Misalnya dengan memberikan dukungan atau support. (Bandura, 1997). *Self efficacy* dan *self regulated* dalam belajar tidak kalah penting dengan minat belajar apalagi dalam pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.

Self efficacy merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang didasarkan atas kesadaran diri tentang pentingnya pendidikan, nilai dan harapan pada hasil yang akan dicapai dalam kegiatan belajar. Apabila seseorang memiliki *self efficacy* yang tinggi maka seseorang tersebut dapat mengatasi masalah dan hambatan dalam mencapai tujuannya (Agustina dan Malay 2019). Dengan demikian mahasiswa dengan *self efficacy* positif dapat mengatasi kendala dan hambatan dalam pembelajaran daring serta mereka yakin mempunyai kemampuan untuk

berhasil. Selain itu mahasiswa juga dapat mengontrol dan mengarahkan tindakannya serta berupaya untuk mengendalikan pikiran, perasaan, dan perilaku dalam mencapai suatu tujuan, hal tersebutlah yang dinamakan *self regulated*.

Dengan kata lain, ketika mahasiswa memiliki *self regulated learner* maka ia bertanggung jawab atas kegiatan belajarnya. Mereka dapat mendefinisikan tujuan dan masalah-masalah yang mungkin akan dihadapinya dalam mencapai tujuan-tujuannya, mengembangkan standar tingkat kesempurnaan dalam pencapaian tujuan dan mengevaluasi cara yang paling baik untuk mencapai tujuannya. Mereka memiliki jalan alternatif atau strategi untuk mencapai tujuan dan beberapa strategi untuk mengoreksi kesalahannya dan mengarahkan kembali dirinya ketika perencanaan yang dibuatnya tidak berjalan. Mereka mengetahui kelebihan-kelebihan dan kekurangannya dan mengetahui bagaimana cara memanfaatkannya secara produktif dan konstruktif. (Latipah, t.t. 2010)

Self regulated dalam belajar merupakan kombinasi keterampilan belajar akademik dan pengendalian diri yang membuat pembelajaran terasa lebih mudah, sehingga para mahasiswa lebih termotivasi. Mereka memiliki keterampilan dan kemauan untuk belajar. Mahasiswa yang belajar dengan *self regulated* mentransformasikan kemampuan-

kemampuan mentalnya menjadi ketrampilan-ketrampilan dan strategi akademik (Zimmerman dalam Latipah 2010). Kemandirian belajar, kemampuan dalam mengatur strategi serta keterampilan dalam belajar inilah yang sangat dibutuhkan saat pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19.

Sementara itu Oknisih, N., & Suyoto, S., (dalam Sadikin 2020) menyatakan bahwa pembelajaran daring mampu menumbuhkan kemandirian belajar (*self regulated learning*). Penggunaan aplikasi online mampu meningkatkan kemandirian belajar. Dengan kata lain keduanya berkaitan antara pembelajaran daring dengan menumbuhkan *self regulated* mahasiswa dalam belajar. Mahasiswa membutuhkan *self regulated* belajar yang positif agar dapat mencapai tujuan dalam proses pembelajaran daring, disisi lain pembelajaran daring dapat meningkatkan kemandirian belajar bahkan menumbuhkan *self regulated learning* itu sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa minat belajar mahasiswa sangat *urgent* untuk ditingkatkan di masa pandemi Covid-19. Dengan adanya minat belajar yang tinggi mahasiswa akan memiliki ketertarikan pada belajar sehingga menjadi pendorong untuk disiplin melakukan proses pembelajaran. Selain itu mereka akan

memiliki keyakinan diri untuk mengatasi masalah dan mengatur strategi untuk berhasil dalam pembelajaran daring. Adapun strategi yang dilakukan informan untuk meningkatkan minat belajar, *self efficacy*, *self regulated* selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19, yaitu mengatur waktu belajar dan kegiatan positif lainnya, diskusi dengan dosen dan teman mengenai materi kuliah yang dipelajari serta membuat checklist materi yang sudah dikuasai dan belum dikuasai, belajar dari berbagai sumber (internet, buku, jurnal, media sosial dan sebagainya), membuat lingkungan belajar yang menyenangkan, mendapatkan *support system* (dukungan dari keluarga, teman sebaya), melakukan *mindfulness* (meditasi, afirmasi positif, relaksasi), serta selalu berdoa dan tawakal (mendekatkan diri kepada Tuhan).

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, peneliti memberikan saran kepada mahasiswa selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 untuk berusaha meningkatkan minat belajar dengan melakukan strategi-strategi tersebut. Karena dengan adanya minat belajar yang tinggi, mahasiswa juga akan memiliki tingkat *self efficacy* dan *self regulated* yang relatif lebih tinggi. Untuk itu, minat belajar, *self efficacy* dan *self regulated* mahasiswa ini lah yang sangat penting ditingkatkan

dengan baik dalam pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, Ni Nyoman Serma, et.al. (2021). Dampak Positif dan Negatif Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*. 4(1), 43-48.
- Agustina, Fitri dan M. Nursalim Malay. (2019). Hubungan Antara *Self efficacy* dan *Self regulated* Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. *Jurnal Anfusina: Journal of Psychology*. 2(2), 195-206.
- Anugrahana, A. (2020). Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(3), 282-289.
- Argaheni, Niken Bayu. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi Covid-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. 8(2), 99-108.
- Bandura, Albert. (1997). *Self Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Halawa, Aristina. (2020). *Self Efficacy* Mahasiswa Dalam Belajar Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Stikes William Booth. *Jurnal Keperawatan*. 9(2), 26-32.

- Herliandry, Devi., N. M. E. S. H. K. (2020). Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Teknologi*, 22(1), 65–69.
- Jamil, Syarifah Hikmah dan Invony Dwi Aprilisanda. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Minat Belajar Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal BAJ (Behavioral Accounting Journal)*. 3(1), 37-46.
- Latipah, Eva. (2010). Strategi Self-Regulated Learning Dan Prestasi Belajar: Kajian Meta-Analisis. *Jurnal Psikologi*. 37(1), 110-129.
- Latipah, Eva. (2017). Influence Experiential learning to self-regulated learning. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*. 14(1), 41-56.
- Manopo, Cendy Chaterine. (2020). Analisis Minat Belajar Mahasiswa FKIP Universitas Papua Pada Pembelajaran Online. *SJPIF: Silampari Jurnal Pendidikan Ilmu Fisika*. 2(2): 121.
- Nurhasanah, Siti dan A. Sobandi. (2016). Minat Belajar Sebagai Determinan Hasil Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 128-135.
- Pantu, Eka Apristian. (2021). Moderasi Usia Dalam Pengaruh Semester Terhadap Efikasi Diri Akademik Pada Pembelajaran Online. *PSIKOSTUDIA: Jurnal Psikologi*, 10(1), 78-89.
- Putria, H. (2020). Analisis Proses Pembelajaran Dalam Jaringan (DARING) Masa Pandemi COVID-19 pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal BASICEDU*, 4 (4), 861–872.
- Rigianti, H. A. (2020). Kendala Pembelajaran Daring Guru Sekolah Dasar Di Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Elementary School*, 7(2), 297–302.
- Sadikin, Ali dan Afreni Hamidah. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *Jurnal BIODIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*. 6(2), 214-224.
- Shofiah, Vivik dan Raudatussalamah. (2014) *Self Efficacy* dan *Self Regulation* Sebagai unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter (Aplikasi Pembelajaran Mata Kuliah Akhlak Tasawuf). *KutubKhanah: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*. 17(2): 214-229.
- Siagian, Roida Eva Flora. (2012). Pengaruh Minat dan Kebiasaan Belajar Mahasiswa Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*. 2(2), 122-131.
- Simbolon, Naeklan. (2014). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Mahasiswa.. *Elementary School Journal PGSD FIP UNIMED*.
- Sternberg, Robert J. (2010). *Innovation in Education Psychology: Perspectives on Learning Teaching and Human*

Development. New York:
Spiringer Publishing Company.

Susanty, Sri. (2020). Inovasi Pembelajaran Daring Dalam Merdeka Belajar. *Jurnal Hospitality: Jurnal Ilmiah Perhotelan*. 9(2), 157.

Tamba, Janet Joana dan Dyan Evita Santi. (2021). Efikasi Diri dengan Stres Akademik Siswa SMA Selama Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19. Buku Abstrak Seminar Nasional "Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental dalam Penyelesaian Pandemi Covid-19: Tinjauan Multidisipliner. Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.

Walidain, Birrul. (2020). Keterampilan Belajar Mahasiswa di Masa Covid-19. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*. 3(2), 55-60.

Zhang, W., Wang, Y., Yang, L., & Wang, C. (2020). Suspending Classes Without Stopping Learning: China's Education Emergency Management Policy in the COVID-19 Outbreak. *Journal of Risk and Financial Management*, 13(3), 55.