

## Studi Deskriptif Mengenai *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Gamers Online di DA E-Sports Arena Kota Bandung

Descriptive Study Regarding Self Regulated Learning on Student Gamers Online at DA E-Sports Arena Bandung City

<sup>1</sup>Tadia Navitri Ruhiat, <sup>2</sup>Lilim Halimah

<sup>1,2</sup>Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116  
email: <sup>1</sup>tadianavitri94@gmail.com, <sup>2</sup>aumisyanda@gmail.com

**Abstract.** The main demands of students are lectures that are expected to achieve their academic goals. However, there are students who are also actively playing online games. This requires students to use all their potential and set the right strategy for the learning process. Online gamers at the DA E-Sports Arena in Bandung City have an intensity of playing at least 5 hours a day. However, they have good academic performance, they have good strategies in carrying out academic tasks, and can evaluate the learning outcomes they have achieved. The purpose of this study was to obtain data about the description of self regulated learning for online gamers at DA E-Sports Arena in Bandung City. The method used is descriptive method with a total sample of 30 people. Data collection using questionnaires constructed by researchers based on the theory of self regulated learning from Zimmerman (1989). The results obtained from 30 people there are 86.7% or as many as 26 students have a high self regulated learning in the three phases of forethought, performance or volitional control and self reflection. This means that online gamers at DA E-Sports Arena in Bandung City have the ability to make plans in accordance with the objectives to be achieved, able to focus on carrying out their learning strategies, control behavior in learning and evaluate learning outcomes.

**Keywords:** Self Regulated Learning, Students, Gamers, Online Games

**Abstrak.** Tuntutan utama mahasiswa adalah kuliah yang diharapkan dapat mencapai tujuan akademiknya. Akan tetapi terdapat mahasiswa yang juga aktif bermain *game online*. Hal tersebut mengharuskan mahasiswa menggunakan seluruh potensinya dan mengatur strategi yang tepat untuk proses belajarnya. Mahasiswa *gamers online* di DA E-Sports Arena Kota Bandung ini memiliki intensitas bermain minimal 5 jam dalam sehari. Namun demikian mereka memiliki prestasi akademik yang cukup baik, mereka memiliki strategi yang baik dalam mengerjakan tugas – tugas akademik, dan dapat mengevaluasi hasil belajar yang telah mereka capai. Tujuan penelitian ini untuk memperoleh data mengenai gambaran *self regulated learning* pada mahasiswa *gamers online* di DA E-Sports Arena Kota Bandung. Metode yang digunakan yaitu metode deskriptif dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Pengumpulan data menggunakan kuisioner yang dikonstruksikan peneliti berdasarkan teori *self regulated learning* dari Zimmerman (1989). Hasil penelitian yang didapatkan dari 30 orang terdapat 86.7 % atau sebanyak 26 orang mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi pada ketiga fase yaitu *forethought*, *performance or volitional control* dan *self reflection*. Hal tersebut mengartikan bahwa mahasiswa *gamers online* di DA E-Sports Arena Kota Bandung ini memiliki kemampuan untuk membuat perencanaan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, mampu untuk fokus menjalankan strategi belajarnya, mengontrol tingkah laku dalam belajar dan mengevaluasi hasil belajarnya.

**Kata kunci:** Self Regulated Learning, Mahasiswa, Gamers, Game Online

### A. Pendahuluan

*Game online* merupakan salah satu alternatif hiburan yang cukup populer saat ini. Terdapat banyak warnet (warung internet) yang bias dijumpai baik di kota besar ataupun di desa-desa yang menyediakan fasilitas komputer (PC) untuk *game online*. Salah satu contohnya di Kota Bandung terdapat banyak warnet-warnet yang beroperasi selama 24 jam yang salah satunya adalah DA E-Sports Arena. DA E-Sports Arena ini adalah salah satu warnet yang terbesar di Kota Bandung. Di DA E-Sports Arena ini berkapasitas 70 orang yang di dominasi oleh mahasiswa dengan fasilitas yang baik bagi para *gamers*.

Sebagai seorang mahasiswa tentunya mereka harus mengikuti ketentuan dan peraturan yang ditetapkan oleh pihak fakultasnya masing-masing. Seperti jumlah kehadiran minimal dalam perkuliahan, memiliki IPK diatas 2,5 agar mampu mengambil seluruh mata kuliah setiap semesternya, menempuh perkuliahan tepat waktu sesuai yang telah ditentukan oleh perguruan tinggi, mengikuti perkuliahan dengan baik, mengerjakan tugas, dan dapat mengerjakan persoalan di ujian akhir semester.

Pada kenyataannya, mahasiswa ini menggunakan sebagian waktunya untuk bermain aktif *game online*. Mereka aktif bermain *game online* disamping kewajibannya sebagai mahasiswa, bermain *game online* minimal 5 jam dalam sehari dan bahkan jika hari libur mereka menambahkan waktu bermainnya. Mereka bermain *game online* di DA *E-Sports Arena* ini setiap hari. Bahkan sebelum dan sesudah pulang kuliah mereka menyempatkan diri untuk bermain *game online* di warnet tersebut. Selain bermain *game online* di warnet tersebut mereka juga sesekali mengikuti *tournament game online* baik yang diadakan di warnet tersebut ataupun diluar warnet.

Dengan perannya sebagai mahasiswa yang memiliki tuntutan dalam perkuliahan dan keinginannya untuk bermain aktif *game online* tentulah mereka harus memiliki kemampuan untuk mengontrol dirinya sehingga mereka dapat menjalankan perkuliahan dengan baik meskipun mereka sering bermain *game online*. Kemampuan untuk mengontrol tingkah laku mahasiswa antara perkuliahan dengan aktivitas bermain *game online* disebut sebagai *Self Regulated Learning*. *Self regulated learning* digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan (Zimmerman,1989).

Berdasarkan survey awal menggunakan metode wawancara dan penyebaran kuesioner ke 10 mahasiswa *gamers*, didapati hasil bahwa bermain *game online* dapat membuat mereka merasa senang, ditambah lagi jika mereka sedang merasa stress atau sedang banyak masalah, para *gamers* ini mengalihkannya dengan cara bermain *game online*. Karena menurut mereka dengan bermain *game online* mereka dapat menghilangkan stress dan melupakan semua masalah yang ada. Selain itu terkadang mereka merasa marah apabila tidak dapat bermain *game online*. Sebenarnya para mahasiswa *gamers* ini menyadari karena bermain *game online* yang terlalu lama itu mengakibatkan kurang tidur dan juga kelelahan, bahkan terkadang mereka mengabaikan teman dan keluarganya.

Akan tetapi terkait dengan capaian akademik mereka mampu membagi waktu antara tugas-tugas kuliah dan bermain *game online*, mereka dapat berkonsentrasi saat perkuliahan berlangsung, menggunakan strategi yang efektif dalam mengatur waktunya, mengerjakan tugas kuliahnya, mengantisipasi hasil yang diperoleh, dan memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) dan nilai yang tinggi. Merekapun memiliki tujuan yang ingin dicapai seperti mereka memiliki target nilai pada setiap mata kuliah dan mereka pun di setiap semester memiliki target untuk menguasai materi materi kuliah. Untuk mencapai target tersebut mereka mampu menyusun perencanaan misalnya seperti mengerjakan tugas jauh hari sebelum *deadline*, membaca materi perkuliahan sehari sebelumnya dan juga mengikuti perkuliahan tanpa adanya absen.

Mereka memiliki strategi belajar masing-masing agar nilai dan IPK nya tidak

menurun. Mereka meluangkan waktu belajar minimal 2 jam dalam sehari untuk membaca-baca materi perkuliahan ataupun mengerjakan tugas kuliah. Selain itu mereka memiliki motivasi dalam dirinya agar nilai dan IPK mereka tidak menurun. Namun disisi lain mereka tidak bisa jika tidak bermain *game online* dalam sehari. Mereka mengantisipasinya dengan cara mengurangi jam bermain *game online* dikala mereka sedang banyak tugas perkuliahan. Mereka memiliki keyakinan bahwa mereka dapat mencapai target sesuai dengan tujuannya. Namun apabila nilai mereka ada yang menurun, mereka menyadari bahwa strategi yang telah mereka buat itu kurang efektif. Sehingga mereka akan merubah strategi belajar mereka agar nilai-nilai nya tidak menurun lagi dan tujuan mereka pun tercapai.

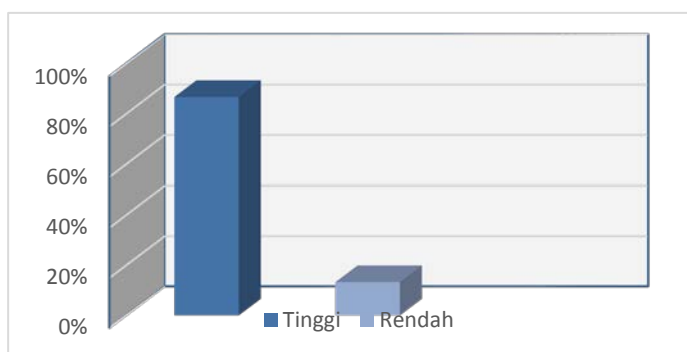
Berdasarkan uraian diatas, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa *Gamers Online* di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung?”. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa *Gamers Online* di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung

## **B. Landasan Teori**

Teori *Self regulated learning* adalah suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan mahasiswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000:631). Masing-masing mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang berbeda-beda dalam belajar, termasuk motivasi mereka untuk belajar, metode yang digunakan, hasil yang tampak dari usaha yang mereka lakukan, dan sumber lingkungan yang mereka gunakan (Zimmerman, 1994; dalam Boekaerts, 2000:632). *Self reflection* melibatkan proses yang terjadi setelah adanya usaha-usaha pada *fase performance* dan mempengaruhi reaksi individu terhadap pengalamannya tersebut. Pada *self reflection* ini, mempengaruhi *forethought* terhadap usaha-usaha berikutnya sehingga dengan demikian melengkapi siklus sebuah *self regulated learning*. Terdapat fase-fase dalam *self regulated learning* yaitu : (1) *Fase Forethought*, Ada dua sub proses dari *fase forethought* yaitu *task analysis* dan *self motivation beliefs*. Bentuk yang utama dari *task analysis* adalah *goal setting*. Keahlian *self regulatory* menjadi kecil nilainya jika seseorang tidak dapat memotivasi dirinya sendiri dalam menggunakan hal tersebut, yang mendasari *forethought* dalam *goal setting* dan *strategic planning* adalah proses-proses pokok dari *self motivation beliefs*, yaitu *self efficacy*, *outcome expectations*, *intrinsic interest / value*, dan *goal orientation* ;(2) *Fase Performance atau Volitional Control*, Pada fase ini terdapat 2 tipe, yaitu *self control* dan *self observation*. Proses *self control* meliputi *self instruction*, *imagery*, *attention focus*, dan *task strategies*. Bentuk yang kedua dari fase ini adalah *self observation* yang mengacu pada pengamatan seseorang dari pelaksanaan tugas mereka, kondisi sekelilingnya dan akibat yang dihasilkan (Zimmerman & Paulsen, 1995; dalam Boekaerts, 2000:19). Berkaitan dengan *self observation* ini dikemukakan akan lebih baik bila individu mengingat suatu *performance* yang berhasil dilakukan daripada mengingat suatu *performance* yang gagal

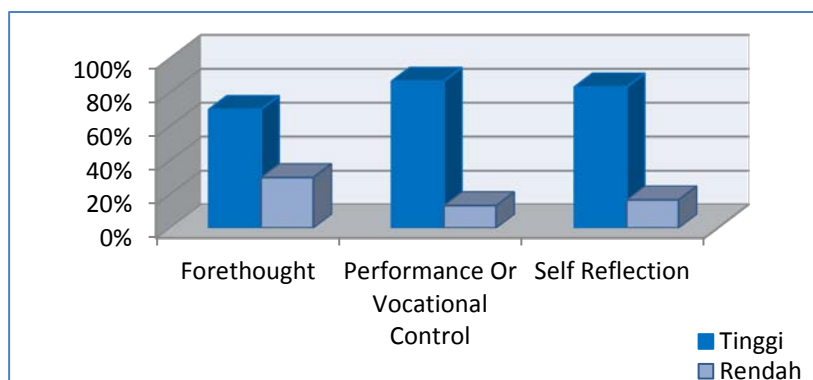
dilakukan. *Self observation* meliputi *self recording* dan *self experimentation* ; (3) *Fase Self Reflection*, Bandura (1986; dalam Boekaerts , 2000:21) mengidentifikasi dua proses pada *self reflection* yang berhubungan erat dengan *self observation*, yaitu *self judgement* dan *self reaction*. *Self judgement* mencakup *self evaluating* terhadap *performance* seseorang dan *causal attributions*. *Self evaluative* dan *attributional self judgement* berhubungan erat dengan dua bentuk pokok dari *self reactions* , yaitu *self satisfaction* dan *adaptive inferences*. *Self satisfaction* melibatkan persepsi terhadap kepuasan atau ketidakpuasan dan menghubungkan dengan *performance* seseorang.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan



**Gambar 1.** Diagram batang *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa *Gamers Online* Di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung Secara Keseluruhan

Berdasarkan hasil analisis, maka dapat disimpulkan bahwa 86,7 % atau 26 orang memiliki *self regulated learning* yang tinggi sedangkan 13,3 % atau 4 orang memiliki *self regulated learning* yang rendah.



**Gambar 2.** Diagram batang fase-fase *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa *Gamers Online* Di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh hasil bahwa sebanyak 70% atau 21 orang memiliki *forethought* yang tinggi, sedangkan 30% atau 9 orang memiliki *forethought* yang rendah, kemudian sebanyak 86.7% atau 26 orang memiliki *performance/volitional control* yang tinggi sedangkan 13.3 % atau 4 orang memiliki *performance/volitional control* yang rendah, dan terakhir sebanyak 83.3 % atau 25 orang memiliki *self reflection* yang tinggi, sedangkan 16.7% 5 orang memiliki *self reflection* yang rendah .

Variabel yang diangkat dalam penelitian ini adalah *Self Regulated Learning*. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa *gamers online* di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung sebanyak 30 orang. Para *gamers* ini bermain *game online* setiap

hari dan minimal 5 jam dalam sehari. Mereka juga pernah mengikuti *tournament game online*. Bermain *game online* ini menurut mereka dapat menghilangkan stress ataupun masalah yang sedang mereka hadapi. Maka dari itulah selain perannya sebagai mahasiswa, mereka juga sebagai *gamers*. Namun walaupun mereka bermain aktif *game online*, mereka tetap mengutamakan perkuliahan, mereka memiliki nilai dan IPK yang tinggi, mereka mendahulukan mengerjakan tugas-tugas perkuliahannya baru bermain *game online*. Disamping itu semua mereka memiliki tujuan yang ingin dicapai dan mereka pun memiliki strategi belajar yang efektif agar tujuannya tercapai, mereka memiliki keyakinan akan keberhasilan dan motivasi yang bagus. Apabila nilai-nilai mereka menurun, mereka menyadari kalau strategi yang telah mereka buat kurang efektif sehingga mereka akan merubah strategi belajarnya agar nilai nya tidak menurun lagi dan mereka dapat mencapai tujuan yang mereka harapkan.

Berdasarkan hasil pengukuran pada mahasiswa *gamers online* di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung, didapat bahwa mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi sebanyak 26 orang mahasiswa *gamers* dengan persentase sebesar 86.7%. Mahasiswa yang memiliki kemampuan *self regulated learning* yang tinggi adalah mahasiswa yang mendapatkan skor tinggi pada ketiga fase yakni fase *forethought, performance or volitional control*, dan *self reflection*. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa *gamer online* ini menggunakan *self regulated learning* dalam proses belajarnya akan menggunakan cara atau strategi untuk mencapai tujuan belajarnya serta umpan balik dari hasil belajarnya secara optimal. Individu dengan *self regulated learning* memiliki inisiatif dalam memahami pengetahuan (*knowledge*) dan kemampuan (*skills*) yang dimilikinya, dan mereka membuat *treatment* pada motivasi diri untuk mencapai tujuan dengan cara memperbaiki proses belajar. Individu dengan *self regulated learning* tinggi memiliki keyakinan pada dirinya sendiri, memiliki tujuan belajar, dan pengalaman dari kompetensi yang dihasilkan melalui kemauan diri dan memiliki motivasi yang baik. Jika mereka mengalami kegagalan, individu yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi akan menganggap usahanya kurang maksimal atau strategi yang digunakan kurang efektif. Hal itulah yang membuat mereka akan berusaha meningkatkan atau memperbaiki usahanya agar tidak gagal lagi.

#### **D. Kesimpulan dan Saran**

##### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Secara keseluruhan dari 30 mahasiswa *gamers online* di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung ini memiliki *self regulated learning* yang tinggi yaitu sebanyak 86.7% (26 orang) hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan dalam mengatur kegiatan perkuliahan walaupun mereka aktif bermain *game online*.

##### **Saran**

Berdasarkan hasil yang didapat dalam penelitian ini, peneliti dapat memberikan beberapa saran yang diharapkan berguna bagi penelitian selanjutnya dan juga bermanfaat bagi *gamers online*

1. Bagi mahasiswa *gamers online* di DA *E-Sports Arena* Kota Bandung yang memiliki *self regulated learning* rendah, diharapkan untuk membuat suatu perencanaan dengan menetapkan target atau tujuan yang ingin dicapai serta menyusun strategi yang efektif dalam belajar.
2. Untuk penelitian selanjutnya dapat melihat dari hubungan *self regulated learning*

dengan faktor-faktor apa yang mempengaruhi *self regulated learning* menjadi tinggi.

### Daftar Pustaka

- Alwisol. (2011). *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Cetakan kesepuluh. Malang : UMM Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Auday. *Apa Itu League Of Legend? Perkenalkan Bagi Kamu yang Ingin Bermain*. 17 Mei 2018. Diunduh dari <https://www.duniaku.net/2016/10/20/20161020apa-itu-league-of-legends/>
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought And Action: A Social Cognitive Theory*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Baidowi, Ardilas. *Apa Itu PUBG? Pembuatannya & Spesifikasi Komputer PUBG*. 17 Mei 2018. Diunduh dari <http://www.ardilas.com/2017/08/apakah-itu-arti-game-pubg-playerunknowns-battlegrounds-adalah-merupakan.html>
- Boekaerts, Monique, Paul R. Pntrich, & Mosche Zeidner.(2000). *Handbook of Self.Regulated*. San Diego: Academic Press.
- Gani, Nisaa Yusiana. (2013). *Studi Deskriptif Mengenai Self Regulation Dan Faktor Yang Mempengaruhi Pada Gamers Addict Game Online Di X-Net Bandung*. Bandung. Universitas Islam Bandung, Fakultas Psikologi.
- Ibnu, Muhammad Raden. (2017). *Studi Deskriptif Mengenai Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Komunitas Game Online DOTA Kota Bandung*. Universitas Islam Bandung, Fakultas Psikologi.
- Jatmika, Geri. (2016). *Adakah Syarat Tertentu Agar Orang Bisa Disebut Gamer? Ini Pandangan Saya*. 17 Mei 2018. Diunduh dari <https://id.techinasia.com/talk/apa-definisi-gamer-menurut-kamu>
- Noor, Hasanuddin. (2009). *Psikometri Aplikasi Penyusunan Instrumen Perilaku*. Bandung: Jauhar Mandiri.
- Nurrahman, Muhammad Didit.(2017). *Program Bimbingan Dan Konseling Untuk Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Pada Siswa*. Universitas Pendidikan Indonesia : Bandung, Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Pudjiastuti, Dwi Fitri. (2015). *Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Kecenderungan Adiksi Game Online Pada Remaja Awal*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Rahim, Fitra. *Pengertian Gamers Secara Lengkap dan Gamblang*. 17 Mei 2018. Diunduh dari <https://www.homefage.ga/2016/04/pengertian-gamer-secara-lengkap-dan.html>
- Rr. Vriska Dewi Riana. (2009). *Studi Mengenai Self Regulated pada Gamers Addict Game Online Dewasa Dini di U-net Bandung*. Universitas Islam Bandung, Fakultas Psikologi.
- Rohan. (2009). *Game Station-Indonesia's Best Selling Game Magazine*. Open Beta. Jakarta.
- Widyastuti, Febriana Siska. (2012). *Kecanduan Mahasiswa Terhadap Game Online (Studi tentang kebiasaan mahasiswa bermain game online di Seturan Sleman)*. Universitas Negeri Yogyakarta : Yogyakarta, Fakultas Ilmu Sosial.

Yoga Permana. (2014). *Studi Mengenai Gambaran Regulasi Diri Pada Mahasiswa Yang Bermain Game Online Di Warnet A,B,C,D,E Bandung*. Universitas Islam Bandung, Fakultas Psikologi.

Young, K. (2009). *Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents*. *American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355-372.

<https://id.wikipedia.org/wiki/dota2>