

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI *SELF-REGULATED LEARNING* PADA SISWA SMP

Miftaqul Helmi Nugroho^{1*}, Dahlia Novarianing Asri², Asroful Kadafi³
^{1,2,3}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Madiun
email: *miftaqulhelmi@gmail.com

Kata Kunci / Keywords:	Abstrak / Abstract
<i>Self-Regulated Learning, Siswa SMP, Strategi Belajar, Mengelola Diri</i>	<p>Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya <i>self-regulated learning</i> pada siswa SMP adalah prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa masih tinggi. Tujuan peneliti melaksanakan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi <i>self-regulated learning</i> pada siswa SMP. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis studi kasus, penelitian yang dilakukan untuk mengetahui secara objektif suatu aktifitas dengan tujuan menemukan pengetahuan baru. Sumber data penelitian ini meliputi sumber data primer dan sumber data sekunder. Teknik pengumpulan data peneliti menggunakan, teknik wawancara. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data berupa (1) reduksi data untuk merangkum dan menganalisis hasil wawancara mengenai <i>self-regulated learning</i>, (2) penyajian data berupa hasil wawancara kepada siswa SMP dalam bentuk uraian singkat, (3) verifikasi data atau menarik kesimpulan dengan cara menarik kesimpulan hasil wawancara sehingga dapat diketahui faktor yang mempengaruhi <i>self-regulated learning</i> pada siswa SMP. Kemudian hasil kesimpulan tersebut akan disesuaikan dengan hasil temuan di lapangan dan akan disajikan dalam bentuk laporan. Berdasarkan hasil penelitian terdapat siswa yang memiliki <i>self-regulated learning</i> tinggi dan rendah, yang berpengaruh pada pola pikir dan tujuan belajar siswa. Dengan adanya penelitian ini diharapkan guru Bimbingan dan Konseling dapat memberi layanan Bimbingan dan Konseling yang tepat untuk meningkatkan <i>self-regulated learning</i> pada siswa SMP.</p>
<i>Self-Regulated Learning, Junior High School Student, Learning Strategies, Self-Manage</i>	<p><i>One of the factors that causes low self-regulated learning in junior high school students is that students' academic procrastination is still high. The purpose of this research is to determine the ability of students to manage themselves in learning, and to find out what learning strategies are carried out by students, whether it is one of the factors causing high and low self-regulated learning in junior high school students. In this study, researchers used qualitative research methods with the type of case study, research conducted to objectively find out an activity with the aim of discovering new knowledge. The data sources of this research include primary data sources and secondary data sources. Data collection techniques researchers use, interview techniques. This study uses data analysis techniques in the form of (1) data reduction to summarize and analyze the results of interviews regarding self-regulated learning, (2) data presentation in the form of interviews with junior high school students in the form of short descriptions, (3) data verification or drawing conclusions by means of draw conclusions from the results of interviews so that it can be seen the factors of self-regulated learning in junior high school students. Then the conclusions will be adjusted with the findings in the field and will be presented in the form of a report. Based on the research results of class VIII E</i></p>

SMPN 1 Jiwon students, there are students who have high and low self-regulated learning, which affects students' mindsets and learning goals. With this research, it is hoped that Guidance and Counseling teachers can provide appropriate Guidance and Counseling services to improve self-regulated learning in junior high school students.

PENDAHULUAN

Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya *self-regulated learning* pada siswa SMP adalah prokrastinasi akademik yang dilakukan siswa masih tinggi (Asri, 2017). Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi, dan wawancara terhadap guru BK kelas VIII E di SMPN 1 Jiwon Kabupaten Madiun terkait masalah *self-regulated learning*, menunjukkan bahwa siswa yang memiliki *self-regulated learning* rendah tidak memiliki tujuan belajar, kurang percaya diri dengan pekerjaannya sendiri, tidak memiliki kemandirian belajar, tidak memiliki keterampilan belajar menjadi lebih efektif, dan menunda mengerjakan tugas. Hal ini terjadi karena karakteristik peserta didik yang tertutup sehingga kurang mampu mengeksplorasi diri mencari pengetahuan lebih banyak dan tidak memiliki tujuan hidup yang matang untuk masa depan, serta kurang mendapat dukungan dari lingkungan keluarga, mau pun lingkungan sosial sehingga mengakibatkan perilaku laku yang tidak mandiri saat belajar dan membuat *self-regulated* peserta didik rendah.

Ruminta dkk, (2017) menyatakan *self-regulated learning* antara siswa laki-laki dan perempuan tidak ada perbedaan masing-masing memiliki karakteristik regulasi diri belajar yang sama. Kemampuan regulasi diri belajar menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar, mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi dan mengendalikan stress sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran. *Self-regulated learning* ialah kegiatan seseorang belajar secara aktif mampu mengevaluasi secara sistematis dengan menggunakan berbagai strategi seperti kognitif, motivasional maupun behavioral sehingga mampu merencanakan tujuan belajar dan selanjutnya memantau tujuan belajar (Suminarti dalam Utami dkk, 2020).

Penelitian Asri (2017) menunjukkan bahwa data prokrastinasi akademik pada pembelajaran Matematika dalam keadaan seimbang (Kadafi et al., 2018, 2019). Menurut Asri (2017) siswa membutuhkan *self-regulated learning* dalam proses belajar agar mampu mengarahkan dirinya sendiri, dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit, jika siswa memiliki regulasi diri dalam belajar maka akan mampu menetapkan tujuan, merencanakan, dan menggunakan strategi belajar yang efektif. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Lubis (2016) menjelaskan bahwa *self-regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif dimana siswa menentukan tujuan belajar, mengimplementasikan strategi dan memonitor kemajuan pencapaian tujuan yang melibatkan kognisi, metakognisi dan motivasi, afeksi dan perilaku siswa dalam belajar.

Melibatkan unsur-unsur tersebut, siswa mampu memutuskan sendiri atau dengan bantuan orang lain, terhadap sesuatu yang menjadi kebutuhan bagi dirinya, bagaimana menetapkan sasaran belajarnya, strategi apa yang akan digunakan dalam menyelesaikan tugas akademik dan dapat memantau kemajuan diri sendiri. Zimmerman (dalam Pratiwi & Wahyuni, 2019) berpendapat bahwa menurut teori social kognitif terdapat 3 hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self-regulated learning*: (1) Faktor Individu, (2) Faktor Perilaku, (3) Faktor Lingkungan. Berdasarkan penjelasan di atas, maka perlu dilakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui faktor penyebab *self-regulated learning* pada siswa SMP.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena peneliti menganggap permasalahan yang diteliti cukup kompleks dan dinamis sehingga data yang diperoleh dari

para narasumber tersebut dijaring dengan metode yang lebih alamiah yakni wawancara langsung dengan narasumber sehingga didapatkan jawaban yang alamiah. Selain itu, peneliti bermaksud untuk memahami situasi belajar secara mendalam, menemukan pola, hipotesis, dan teori yang sesuai dengan data yang diperoleh di lapangan.

Menurut Moleong (dalam Gunawan, 2010) menyatakan penelitian kualitatif tidak pernah terlepas dari istilah analisis fenomenologi. Peneliti dalam pandangan fenomenologis berusaha memahami peristiwa dan kaitannya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi tertentu. Seperti yang dilakukan pada penelitian ini, peneliti melakukan kajian di bidang pendidikan bimbingan dan konseling untuk membantu peneliti dalam menginterpretasikan fenomena atau situasi belajar peserta didik yang diteliti.

Langkah-langkah yang dilakukan peneliti untuk memenuhi prosedur penelitian adalah sebagai berikut: (a) Mengurus perizinan kepada pihak yang akan terlibat dalam penelitian, kemudian dilakukan pemetaan dan pemilihan sumber data serta menyiapkan alat bantu, seperti buku pedoman penelitian kualitatif, alat rekam, dan alat tulis. (b) Mengumpulan data dengan cara wawancara, observasi, dan menyebarkan angket. (c) Mengecek validitas data yang didapat dari narasumber dengan teknik membercheck. (d) Menganalisis data yang sudah didapat dengan teknik analisis interaktif. (e) Penarikan simpulan dari semua langkah yang telah dilakukan selama proses penelitian. (f) Langkah terakhir penyusunan laporan.

Menurut Sugiyono (Gunawan, 2010) menyatakan peneliti berperan sebagai instrumen utama karena: (a) Peneliti dapat berinteraksi dengan responden dan lingkungan yang ada, memiliki kepekaan dan dapat berinteraksi terhadap segala stimulus yang diperkirakan bermakna bagi penelitian. (b) Peneliti dapat menyesuaikan diri terhadap semua aspek keadaan dan dapat memahami situasi dalam segala seluk beluknya. (c) Peneliti dapat merasakan, memahami dan menghayati secara konseptual atau melalui proses interaksi. Sehingga peneliti dapat menganalisis, menafsirkan dan merumuskan kesimpulan sementara dalam menentukan arah wawancara dan pengamatan selanjutnya terhadap responden untuk memperdalam atau memperjelas temuan penelitian. (d) Peneliti memungkinkan dapat menggali lebih jauh dan dalam tentang fenomena dan respon yang aneh dan menyimpang atau bahkan bertentangan dengan penelitian. Selain itu peneliti juga memerlukan alat tulis, tape recorder sebagai alat pengumpul data, serta beberapa pedoman instrument penelitian diantaranya pedoman observasi partisipasi dan pedoman wawancara semi terstruktur.

Analisis Data Interaktif yang akan digunakan pada penelitian kualitatif kali ini. Miles dan Huberman (dalam Rijali, 2019) memaparkan bahwa teknik analisis data interaktif adalah teknik analisis data yang terdiri atas empat komponen proses analisis yaitu: (1) Pengumpulan data berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, kemudian dilakukan reduksi data. (2) reduksi data untuk merangkum dan menganalisis hasil wawancara dan observasi mengenai *self-regulated learning*, (3) penyajian data yang dilakukan setelah reduksi data. Penyajian data ini berupa hasil wawancara kepada siswa SMP dalam bentuk uraian singkat, (4) verifikasi data atau menarik kesimpulan ini dilakukan dengan cara menarik kesimpulan hasil wawancara sehingga dapat diketahui faktor-faktor *self-regulated learning* pada siswa SMP. Kemudian hasil kesimpulan tersebut akan disesuaikan dengan hasil temuan di lapangan dan akan disajikan dalam bentuk laporan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data yang diperoleh dari lapangan menggunakan teknik wawancara adalah faktor penyebab tinggi dan rendahnya *self-regulated learning* pada siswa SMP adalah kemampuan individu dalam mengelola diri saat belajar, hal tersebut sejalan dengan data yang diperoleh saat wawancara dengan subjek 1 yang menyatakan ia mengelola diri dengan cara mencari waktu yang efektif untuk belajar berikut pernyataannya: "*Waktu yang efektif untuk saya*

belajar saat ada PR, karena kalau tidak ada PR saya tidak belajar kecuali kalau mau ulangan harian atau ujian semester saya baru belajar.”(SUB1/DHS/33-36)

Hal tersebut sejalan dengan pernyataan dari subjek 2 yang menyatakan belajar tidak harus lama yang penting waktu untuk belajar efektif, walau pun dirinya memiliki tujuan untuk menjadi juara bukan berarti dirinya belajar terus menerus, berikut pernyataannya saat wawancara: *“Saya akan belajar setelah pulang sekolah, tidak lama hanya sekedar mengulang apa yang diajarkan disekolah, kalau ada tugas saya akan menyelesaikan tugas-tugas sekolah saya terlebih dahulu baru main.”(SUB2/NNGA/35-39)*

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa subjek 1 memiliki *self-regulated learning* rendah, ia memilih cara instan untuk mengerjakan tugas dengan mencari jawaban di *google*, berikut pernyataannya: *“Biasanya mencari di google, karena kalau cari jawaban dimateri lama ketemunya, kalau cari di google langsung ketemu jawabannya tinggal ditulis di buku tugas, dan jawabannya pasti benar.”(SUB1/DHS/40-44)*

Hal tersebut berbanding terbalik dengan pernyataan subjek 2 yang lebih mandiri dalam hal mengerjakan tugas, berikut pernyataan dari subjek 2: *“Membaca materi terlebih dahulu, mencari jawaban di materi, kalau tidak ketemu baru cari di google.”(SUB2/NNGA/53-55)*

Berdasarkan dari hasil temuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti *self-regulated learning* di kalangan siswa SMP, menunjukkan pengelolaan diri yang dilakukan siswa dalam belajar tergantung pada faktor individu. Tinggi dan rendahnya kesadaran *self-regulated learning* yang siswa miliki juga berpengaruh terhadap pengelolaan diri siswa, siswa yang memiliki *self-regulated learning* tinggi akan lebih mudah mengelola diri dalam hal belajar karena memiliki kesadaran diri yang tinggi akan tujuan dan tanggu jawab terhadap prestasi akademik yang ingin dicapai. Berbanding terbalik dengan siswa yang memiliki *self-regulated learning* rendah, mereka akan merasa kesulitan mengelola diri karena kurang memiliki tanggu jawab dan kemandirian belajar untuk menentukan tujuan belajar yang akan dicapai.

Hal tersebut sejalan dengan teori Zimmerman (dalam Najah, 2012) yang menyatakan dari perspektif sosial-kognitif salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self-regulated learning* yaitu, Faktor pribadi (person) yang diilustrasikan sebagai individu yang memiliki pengaruh pribadi seperti pengetahuan yang dimiliki peserta didik, tujuan sebagai hasil proses berpikir peserta didik, dan afeksi sebagai bentuk emosi yang dimiliki peserta didik.

Hasil wawancara selanjutnya, strategi belajar yang diterapkan siswa juga dapat menunjukkan tinggi rendahnya *self-regulated learning* pada siswa, seperti hasil wawancara dengan subjek 1 yang menunjukkan dirinya lebih bergantung kepada teman saat belajar kelompok dan sedikit mengurangi perilaku prokrastinasi berikut pernyataannya: *“Dengan cara tidak malu bertanya dan harus bisa menyesuaikan diri di kelas, dengan begitu bisa mendapat teman yang banyak, jika ada tugas kelompok atau presentasi di kelas jadi lebih berani.”(SUB1/DHS/47-51)*

“Untuk mencapai harapan saya, paling saya mencoba mengurangi bolos sekolah, Mengumpulkan tugas-tugas yang belum saya kerjakan, dan belajar saat mau berangkat ujian kurang lebih itu strategi yang akan saya lakukan sih bu.”(SUB1/DHS/60-65)

Berbeda dengan strategi belajar yang diterapkan subjek 1, subjek 2 memiliki strategi belajar yang lebih efektif yang dapat menunjukkan bahwa dirinya memiliki regulasi diri yang tinggi, berikut pernyataannya saat wawancara: *“mengulang apa yang dipelajari di sekolah saat setelah pulang sekolah, itu akan lebih mudah untuk mengingat materi saat ujian, dan biasanya kalau ada tugas saya kerjakan setelah magrib karena suasananya tenang sehingga bisa fokus mengerjakan begitu bu.”(SUB2/NNGA/44-49)*

“Memilih waktu yang efektif untuk belajar dan tidak perlu belajar terlalu lama yang penting rutin, dan tidak menunda mengerjakan tugas agar tidak menjadi beban.”(SUB2/NNGA/69-72)

Hasil wawancara diatas didukung oleh pernyataan dari Bu ED sebagai berikut: “Yang pertama harus punya tujuan dulu, tujuan siswa untuk sekolahkan agar mendapat banyak pengetahuan dan pengalaman, dan untuk mencapai tujuan tersebut harus konsisten belajar, rajin dan semangat.”(SUB-IN/ED/21-26)

Berdasarkan dari hasil temuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti *self-regulated learning* di kalangan siswa SMP, menunjukkan perilaku yang diterapkan untuk mengatur strategi belajar yang efektif menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi dan rendahnya *self-regulated learning* untuk mencapai sebuah tujuan belajar yang diharapkan.

Zimmerman (dalam Najah, 2012) yang menyatakan dari perspektif sosial-kognitif salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self-regulated learning* yaitu, faktor perilaku (Behavior), tindakan peserta didik dalam memanipulasi lingkungan sebagai tindakan proaktif seperti meminimalisir gangguan berupa polusi udara (noise) bagi peserta didik yang gemar belajar dilingkungan yang sepi, mengatur cahaya pada ruangan tempat belajar dan menata meja belajar. Inisiasi lingkungan ini adalah salah satu formula yang mendukung keberhasilan *self-regulated learning*.

Asri (2016) menyatakan *self-regulated learning* adalah pembelajaran mandiri yang diarahkan untuk mengatur diri sendiri guna mewujudkan kemajuan siswa, dan bertindak melampaui standar-standar yang disyaratkan mereka dengan menelusuri hak-hak yang menjadi minat mereka. Dengan pengarahan diri sendiri mengasah keterampilan mental atau keterampilan kinerja akademik yang dimiliki.

Siswa laki-laki mau pun perempuan sama-sama memiliki strategi belajar, namun kemampuan untuk mengelola diri, kemandirian belajar, tanggu jawab, tujuan akademik, serta keterampilan akademik yang di miliki siswa menjadi tolak ukur untuk menilai strategi belajar dari masing-masing siswa tersebut akan berhasil dan efektif atau tidak untuk mencapai sebuah tujuan akademik yang telah ditetapkan.

Hal tersebut sejalan hasil penelitian Ruminta dkk, (2017) menyatakan *self-regulated learning* antara siswa laki-laki dan perempuan tidak ada perbedaan masing-masing memiliki strategi belajar. Kemampuan regulasi diri belajar menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar, mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi dan mengendalikan stress sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran.

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian ini menunjukkan faktor individu, faktor perilaku, dan faktor lingkungan berpengaruh terhadap tinggi rendahnya *self-regulated learning* pada siswa SMP. *Self-regulated learning* adalah kemandirian belajar untuk mengelola kemampuan diri dan kepercayaan diri guna menciptakan sebuah kreatifitas akademik dan perilaku yang tepat untuk menentukan strategi belajar yang efektif untuk mencapai sebuah tujuan belajar yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, D. N. (2016). Peranan Self-Regulated Learning Dalam Pendekatan Konstruktivisme Dalam Kerangka Implementasi Kurikulum Tahun 2013. *Jurnal Bimbingan Dan Koseling*, vol 4, no. <https://doi.org/http://doi.org/10.25273/counsellia.v4i1.259>
- Dahlia Novarianing Asri. (2017). Self-Regulated Learning sebagai moderator dalam implementasi strategi pembelajaran berbasis proyek untuk menurunkan prokrastinasi akademik. *Prosiding Seminar Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNIPMA 2017, 2012*, 106–113.
- Gunawan, I. (2010). Motivasi Kerja Guru Tidak Tetap Semarang. *Skripsi*.
- Kadafi, A., Ramatus, M. R., & Desy, R. N. K. (2018). Upaya Menurunkan Prokrastinasi

- Akademik Mahasiswa melalui Bimbingan Kelompok Islami. *Jurnal EDUKASI (Media Kajian Bimbingan Dan Konseling)*, 4(2), 181–193. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/3882>
- Kadafi, A., Ramatus, M. R., & Desy, R. N. K. (2019). Internalisasi Nilai Religius dalam Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian LPPM Universitas PGRI Madiun*, 140–144. <http://prosiding.unipma.ac.id/index.php/SNHP/article/view/779>
- Lubis, R. H. (2016). Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Self Regulated Learning. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA*, 8(1), 35–55.
- Najah, A. (2012). Self-Regulated Learning Mahasiswi Ditinjau Dari Status Pernikahan. *Educational Psychology Journal*, 1(1), 17–24.
- Pratiwi, I. W., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja Dalam Bersosialisasi. *Psikologi Pendidikan*, 8(1), 1–11.
- Rijali, A. (2019). Analisis Data Kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v17i33.2374>
- Ruminta. Tiatri, S. Mularsih, H. (2017). Perbedaan Regulasi Diri Belajar Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas VI Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, Vol. 1, No, 286–294. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.1463>
- Utami, S. R., Saputra, W. N. E., Suardiman, S. P., & Kumara, A. R. (2020). Peningkatan Self-Regulated Learning Siswa melalui Konseling Ringkas Berfokus Solusi. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.4730>