

SELF REGULATED LEARNING (STUDY FOR STUDENTS REGULAR AND TRAINING)

Hafiz Hidayat¹,
STIKP PGRI Sumatera Sumatera Barat
Email: hidayathafiz90@gmail.com
Puji Gusri Handayani²
Universitas Negeri Padang
Email: pujigusrihandayani@gmail.com

Abstract

Self Regulated Learning (Study for regular and training students). This study aims to describe self regulated learning of regular students and training, and to test the difference of self regulated learning of regular and training class students. The samples used are 65 students of SMA N 5 Padang selected with purposive sampling and simple random sampling technique. The instrument used is "Self Regulated Learning Scale" (SSRL) with reliability of 0.817. Research findings show that (1) self regulated learning of regular class students and training is quite good, (2) there are differences of self regulated learning of regular students with training class students, where regular class students have self-regulated learning better than the students of the training class.

Keyword: *Self Regulated Learning*

Abstrak

Self Regulated Learning (Study for regular and training students). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan self regulated learning siswa kelas reguler dan diklat. Sampel yang digunakan adalah 65 siswa SMA N 5 Padang yang dipilih dengan teknik purposive sampling dan simple random sampling. Instrumen yang digunakan adalah "Self Regulated Learning Scale" (SSRL) dengan reliabilitas 0,817. Temuan penelitian menunjukkan bahwa (1) self regulated learning siswa kelas reguler dan diklat tergolong baik, (2) terdapat perbedaan antara self regulated learning siswa reguler dengan siswa kelas diklat, dimana siswa kelas reguler memiliki self regulated learning lebih baik daripada siswa kelas diklat.

Kata kunci: *self regulated learning*

PENDAHULUAN

Usaha dalam mengembangkan potensi seseorang bisa dilakukan dengan belajar. Dalyono (1997) menjelaskan belajar ialah suatu usaha, perbuatan, kegiatan yang dilakukan secara bersungguh-sungguh, sistematis, serta

menggunakan semua potensi yang dimiliki oleh seseorang. Senada dengan pendapat tersebut, Slameto (2010) mengungkapkan belajar merupakan kegiatan atau proses perubahan tingkah laku dan cara berpikir secara keseluruhan yang merupakan hasil

dari pengalaman sendiri dalam interaksi dengan lingkungan.

Setiap siswa memiliki metakognitif, motivasi, dan perilaku dalam melaksanakan kegiatan belajar secara berbeda-beda. Ada siswa yang cenderung menjadi otonom dalam melaksanakan kegiatan belajar ada pula yang sebaliknya. Penerapan penilaian hasil belajar siswadilakukan berdasarkan acuan kriteria ketuntasan belajar (Anwar, 2009:25). Jika siswa memperoleh nilai yang berada di atas KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal), maka siswa tersebut dinyatakan tuntas oleh guru bidang studi, sebaliknya jika siswa tersebut mempunyai nilai di bawah KKM maka siswa tersebut dinyatakan tidak tuntas dalam pelajaran tertentu. Siswa yang dinyatakan tidak tuntas dalam mata pelajaran tertentu makan diberi kesempatan untuk melakukan remedial.

Siswa diklat di SMAN 5 Padang adalah siswa yang berada pada kelas diklat dan merupakan atlet olahraga. Kelas diklat merupakan kelas yang memiliki kemampuan yang lebih pada bidang olahraga. Siswa diberikan tempat tinggal khusus seperti asrama dan diberikan pelatihan-pelatihan sesuai dengan olahraga yang mereka tekuni. Sedangkan kelas reguler adalah siswa yang berada pada kelas reguler, tidak memiliki keahlian khusus

dalam bidang olahraga, tidak diasramakan, dan juga tidak diberikan pelatihan-pelatihan khusus dalam bidang olahraga. Namun, secara umum siswa yang berada pada kelas reguler dan diklat mendapatkan perlakuan yang sama dalam hal akademik. Siswa juga harus mengikuti kegiatan akademik secara penuh sama dengan kelas reguler.

Berdasarkan analisis peneliti terhadap siswa kelas reguler dan diklat pada kelas X, XI, dan XII, terlihat ada kecenderungan siswa untuk tidak mengikuti proses belajar mengajar di kelas. Berikut adalah rekapitulasi daftar hadir siswa kelas diklat dan kelas reguler semester 1 TP 2014/2015 SMAN 5 Padang.

Tabel 1. Rekapitulasi Daftar Hadir

No	Absensi	Kelas	
		Diklat	Reguler
1	Sakit	54	45
2	Izin	46	17
3	Alfa	164	115
4	Cabut	0	1

Sumber: Data Tata Usaha SMAN 5 Padang Tahun 2014/2015

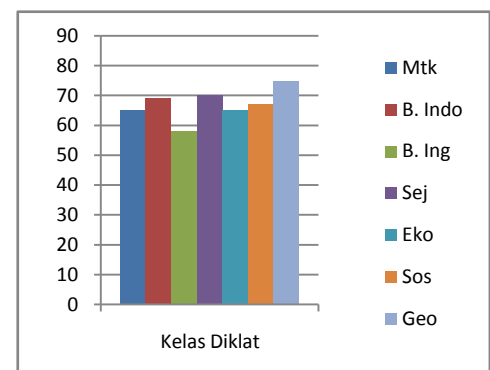
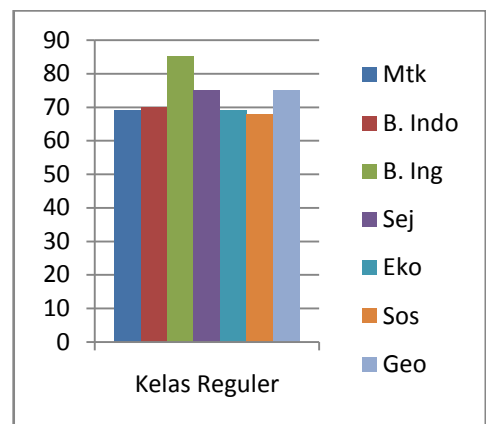
Rekapitulasi daftar hadir tersebut, terlihat bahwa siswa kelas diklat lebih sering tidak datang ke sekolah dibandingkan dengan siswa kelas reguler.

Daftar hadir tersebut dapat dijadikan acuan untuk melihat rendahnya motivasi belajar siswa. Di samping permasalahan mengenai kehadiran siswa di kelas, guru-guru juga sering mengeluh ketika mengajar di kelas, ini dikarenakan sering muncul perilaku siswa yang tidak menyenangkan, seperti: berbicara pada saat guru menerangkan pelajaran, jarang mencatat materi pelajaran yang diberikan guru, dan tidak memanfaatkan waktu luang dengan baik. Selain itu, kebiasaan siswa yang sering keluar masuk saat guru menerangkan di kelas tanpa meminta izin pada guru tersebut. Hal lain yang menjadi keluhan guru saat menerangkan adalah siswa berkeliaran dalam kelas, meribut dan mengganggu temannya yang sedang belajar.

Peneliti menganalisis hasil rapor semester II tahun pelajaran 2013/2014 di SMA Negeri 5 Padang, diperoleh hasil bahwa siswa yang berasal dari kelas diklat memiliki nilai semester di bawah KKM. Berdasarkan grafik nilai semester II TP 2013/2014 dapat dilihat perbedaan nilai yang diperoleh oleh siswa kelas diklat dengan siswa kelas reguler, di mana nilai semester II TP 2013/2014 siswa kelas diklat lebih rendah dibandingkan dengan nilai siswa kelas reguler. Dapat disimpulkan bahwa, adanya perbedaan hasil belajar yang

diperoleh antara siswa kelas diklat dengan siswa kelas reguler.

Berikut bisa dilihat pada Grafik 1.



Grafik 1. Nilai Rata-rata Rapor Kelas Reguler dan Diklat

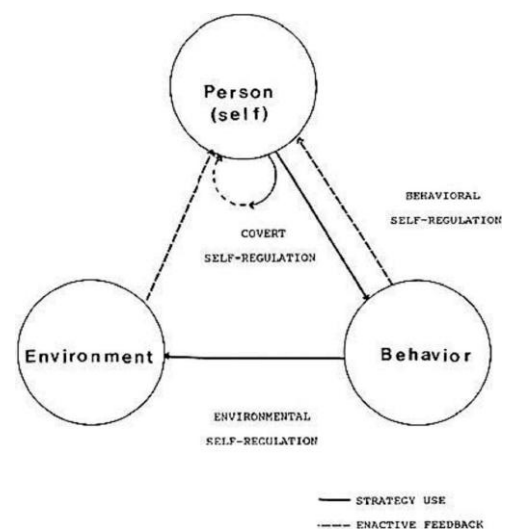
Berdasarkan fenomena di atas, ada indikasi bahwa nilai rapor siswa yang di bawah KKM bisa di pengaruhi oleh berbagai hal, seperti: intelegensi, bakat, minat, motivasi, tingkat aspirasi, persepsi, perhatian, dan *self regulated learning*. *Self regulated learning* dan motivasi dapat mempengaruhi terhadap prestasi akademik siswa (Mega, Ronconi, & De Beni, 2014)

.Setiap orang memiliki perilaku yang berbeda terhadap pengaturan diri didalam belajar. Pengaturan diri dalam belajar disebut juga dengan *self regulated learning*. Keberhasilan seseorang dalam belajar bisa dilihat dari bagaimana seseorang tersebut mengatur diri. Broadbent & Poon (2015) menjelaskan *self regulated learning* mempunyai korelasi dengan prestasi akademik siswa.

Zimmerman & Schunk (2012) mengungkapkan *self regulated learning* mampu mengaktifkan, mengubah, dan mempertahankan kemampuan seseorang terutama dalam hal belajar. Pengalaman dan kegiatan belajar menggunakan berbagai proses yang berhubungan dengan diri sendiri.

Self regulated learning ialah pengawasan dan pengontrolan atas perilaku dalam proses dan kegiatan belajar. Belajar sebagai hasil dari proses internal tujuan, perencanaan, dan penghargaan diri sendiri atas prestasi yang telah diraih (Friedman, 2006). Hal sama juga diungkapkan Pintrich (dalam Wolters dkk., 2003:5; Schunk, 2005:173) *self regulated learning* merupakan proses aktif dan konstruktif dengan jalan siswa menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol

kognisi, motivasi dan perilaku, yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan disesuaikan dengan konteks lingkungan. Berikut adalah gambar faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* menurut Thoresen & Mahoney (dalam Zimmerman, 1989:332-336).



Gambar 1. Faktor yang Mempengaruhi Self Regulatef Learning

Gambar 1 memperlihatkan bahwa *selfregulated learning* dapat dipengaruhi oleh tiga hal, yakni; (1) Pribadi (kemampuan/potensi); (2) Perilakudan; (3) Lingkungan. Gambar tersebut menjelaskan bahwa stategi yang bisa digunakan untuk membentuk *self regulated learning* adalah kemampuan pribadi dan lingkungan sosial.

Sementara itu, lingkuan dan perilaku dapat membentuk kepribadian seseorang.

Strategi *self regulated learning* merupakan tindakan dan proses yang menunjukkan kepada siswa bagaimana cara memperoleh informasi atau kemampuan yang meliputi perantara, tujuan dan persepsi instrumental (Zimmerman, 1989:329). Tujuan dari setiap strategi difungsikan untuk meningkatkan *self regulation* baik itu fungsi pribadi, performa tindakan akademis dan lingkungan belajar (Zimmerman, 1989:337). Strategi yang dapat diambil sebagai contoh adalah strategi organisasi dan perubahan, latihan dan mengingat, serta penetapan tujuan dan perencanaan berpusat pada regulasi pribadi yang optimal. Strategi seperti *self-evaluation* dan pemberian konsekuensi diri (*selfconcequency*) dapat meningkatkan fungsi perilaku, sedangkan strategi penyusunan lingkungan, pencarian informasi, pemeriksaan ulang, serta pencarian bantuan dimaksudkan untuk meningkatkan lingkungan belajar siswa.

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan *selfregulated learning* siswa kelas reguler dan kelas diklat. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah menguji perbedaan *self regulated learning* siswa kelas reguler dan diklat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif komparatif. Populasi penelitian ini adalah 120 orang siswa kelas diklat SMAN 5 Padang tahun pelajaran 2015/2016. Sampel sebanyak 65 orang (kelas reguler 30 orang dan 35 kelas diklat) yang dipilih dengan teknik dengan beberapa teknik, yaitu (1) Teknik *purposive sampling*; (2) *Simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah “Skala *Self Regulated Learning* dengan reliabilitas 0,817. Data di analisis secara MANOVA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan pembahasan dipaparkan dan dideskripsikan sesuai dengan tujuan penelitian sebagaimana yang telah dikemukakan sebelumnya, yaitu hasil penelitian secara umum dan khusus. Hasil penelitian secara umum dan secara khusus. Hasil penelitian secara umum yang pertama dapat dideskripsi data *self regulated learning* siswa kelas reguler dan diklat yang dapat dilihat pada Tabel 2. Tabel 2 tersebut memperlihatkan sebagian besar siswa kelas reguler yaitu 23,3% dan diklat 20% memiliki *self regulated learning* berada pada kategori yang sangat baik. 60% dan 71,4% memiliki *self regulated learning* yang baik. 16,7 dan 8,57% berada pada

kategori yang cukup baik. Jadi dapat disimpulkan, bahwa secara rata-rata *self regulated learning* siswa kelas reguler dan diklat berada pada kategori baik (Lihat Tabel 2). Baiknya *self regulated learning* siswa reguler dan diklat terlihat pada semua sub variabel dan indikator. Meskipun secara umum yang *self regulated*

Variabel	Kelas	N	Mean	F_{hitung}	Sig.
Self Regulated Learning	Diklat	35	131,17	0,273	0,603
	Reguler	30	129,34		

learning siswa kedua kelas tersebut sama-sama berada pada kategori baik, namun dalam analisis statistik diperlihatkan adanya perbedaan, dengan F_{hitung} 0,273 dan signifikansi 0,00, artinya siswadari kelas reguler memiliki *self regulated learning* yang lebih baik (mean=129,34) daripada *self regulated learning* kelas diklat (mean=131,17).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi

Interval Skor	Kategori	Kelas Reguler		Kelas Diklat	
		(F)	(%)	(F)	(%)
≥ 143	Sangat Baik (SB)	7	23,3	7	20
116-142	Baik (B)	18	60	25	71,4
89-115	Cukup Baik (CB)	5	16,7	3	8,57
62-88	Tidak Baik (TB)	-	-	-	-
≤ 61	Sangat Tidak Baik (STB)	-	-	-	-
Total		30	100	35	100

dan Kategori Skor *Self Regulated Learning*

Siswa Kelas Reguler dan Siswa Diklat

Kemudian uji hipotesis bisa dilihat pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Hipotesis Perbedaan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas Diklat dan Siswa Kelas Reguler

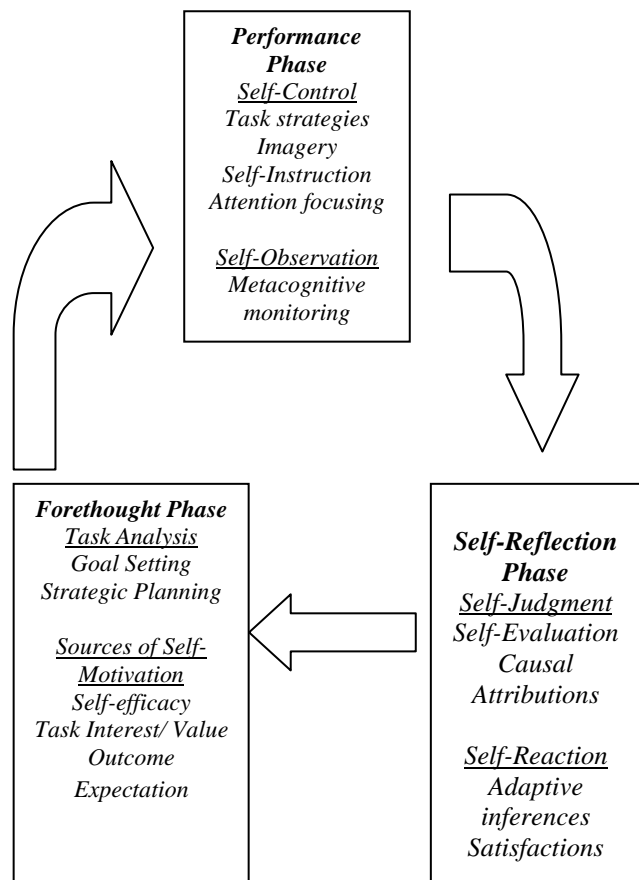
Baiknya *self regulated learning* siswa terkait dengan hasil belajar yang akan diraih oleh siswa. Seyogyanya siswa yang memiliki *self regulated learning* yang baik mampu untuk mengatur seluruh kegiatan dan aktivitasnya sehari-hari, misalnya mengatur aktivitas belajar (waktu untuk belajar). Bandura (dalam Zimmerman, 1989:329) menjelaskan bahwa *self regulated learning* memperlihatkan tingkatan bagaimana individu mampu menggunakan dirinya untuk memiliki strategi berperilaku dan mengatur kegiatan serta lingkungan belajar.

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* seseorang, menurut Thoresen & Mahoney (dalam Zimmerman, 1989:332-336) yaitu: memaparkan dari perspektif sosial-kognitif,

bahwa keberadaan *self regulated learning* ditentukan oleh tiga wilayah yakni wilayah *person*, wilayah perilaku, dan wilayah lingkungan. Mc.Clelland, Geldhof, Morrison, Gestsdóttir, Cameron, Bowers, dan Grammer (2018) menjelaskan bahwa *self regulated learning* memiliki implikasi penting bagi kesejahteraan individu.

Oleh karena itu, siswa harus memiliki *self regulated learning* yang baik agar hasil belajar yang diperoleh bagus dan optimal. Tidak hanya dalam belajar saja, dalam menjalankan kehidupan sehari-hari juga seorang siswa harus bisa mengontrol dirinya, karena itu juga bisa menunjang bagusnya siswa dalam belajar dan juga dalam mendapatkan hasil belajar.

Schunk dan Zimmerman mengungkapkan pengkategorian *self regulated learning* sebagai dasar kesuksesan belajar, *problem solving*, transformasi, dan kesuksesan akademis secara umum (Winne, 1997). Agar *self regulated learning* menjadi optimal diperlukan beberapa fase pada Gambar 2.



Gambar 2. Fase dan Sub Proses Self Regulation

Berdasarkan paparan di atas, siswa harus memiliki fase-fase *self regulated learning* seperti yang di paparkan tersebut. Secara nyata *self regulated learning* yang baik dan mengikuti pelajaran di sekolah, agar hasil belajar yang diinginkan bisa tercapai dengan optimal. Tidak hanya dalam belajar saja, akan tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa *self regulated learning* siswa kelas diklat lebih rendah daripada kelas reguler, padahal seharusnya

siswa kelas diklat sama memiliki *self regulated learning* dengan kelas reguler. Hal ini diungkapkan oleh Yulianto dan Nashori (2006), Arif (2013) yang mengungkapkan bahwa seorang atlet harus memiliki kepercayaan diri yang tinggi begitu juga dengan hasil belajarnya, ini dikarenakan ketika seorang atlet memiliki *self regulated* yang baik dalam olahraga, ia harusnya juga memiliki *self regulated learning* baik. Siswa kelas diklat (atlet) memiliki peran ganda yang menuntut mereka mempunyai prestasi akademik seimbang dengan prestasi olahraga yang digeluti (Putri, 2014). Salah satu aspek indikator *self regulated learning* yakni nilai, *self efficacy*, kognitif, metakognitif, motivasi, waktu dan strategi studi, dan penundaan (Wolters & Hussain, 2015).

Self regulated learning siswa kelas diklat dan kelas reguler tidaklah mengherankan. Salah satu penyebabnya adalah dilihat dari bagaimana jalur masuk siswa ke SMAN 5 Padang. Siswa kelas diklat ketika masuk dan mendaftar di SMAN 5 Padang yang dilihat paling utama adalah kemampuan dan prestasi siswa di bidang olahraga bukan pada prestasi akademiknya. Sedangkan, pada kelas reguler yang dilihat ketika masuk dan mendaftar adalah prestasi akademiknya.

Selain itu, karena kelas diklat adalah kelas khusus yang diberikan pelatihan olahraga yang berjadwal, membuat siswa kelas diklat tidak mempunyai waktu yang banyak untuk belajar, sehingga membuat siswa tidak begitu mengutamakan prestasi akademik. Siswa lebih mengutamakan prestasi pada bidang olahraga yang ditekuni sesuai dengan tuntutan sekolah diklat.

Adanya faktor-faktor lain, seperti; budaya, keluarga, dan lain-lain yang mempengaruhi siswa kelas diklat dan kelas reguler juga mempertegas menjadi penyebab berbedanya *self regulated learning*. Selanjutnya dari hasil uji hipotesis, kiranya dapat menjadi rujukan bagi guru BK dalam melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling, khususnya pada pemberian layanan informasi dan penguasaan konten, serta dari data yang diperoleh akan memberikan arahan dalam menentukan prioritas, sasaran pelaksanaan kegiatan pelayanan bimbingan karier bagi masing-masing siswa.

KESIMPULAN

Temuan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa (1) *Self regulated learning* siswa kelas diklat dan siswa kelas reguler di SMA N 5 Padang tergolong pada kategori baik; (2) *Self regulated learning*

siswa kelas reguler lebih baik daripada *self regulated learning* kelas diklat.

SARAN

Sebagai Guru BK agar mampu mempertahankan *self regulated learning* siswa serta mampu meningkatkan kearah lebih baik lagi. Untuk itu, guru BK bisa memberikan berbagai layanan, seperti: layanan orientasi, layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konseling perorangan, layanan penguasaan konten, dan lain-lain. Selain guru BK kepala sekolah juga bisa memberikan partisipasi aktif dengan memberikan waktu untuk pemberian layanan oleh guru BK 2 (dua) jam mata pelajaran.

Siswaseharusnya sadar dengan pentingnya *self regulated learning* untuk mencapai hasil belajar yang memuaskan. Selain itu, siswa juga harus mengikuti pelayan BK yang diberikan oleh guru BK dengan sukarela dan aktif. *Output* dari pelayan yang diberikan oleh guru BK adalah siswa memiliki motivasi dalam bentuk *self regulated learning*, bisa memiliki dan mengembangkan sikap terbuka ketika memiliki permasalahan dalam belajar serta mapu bekerja sama dengan teman. Penelitian ini memiliki keterbatasan

dalam hal populasi, oleh karena itu disarankan kepada peneliti lainya agar bisa meneliti dalam tingkatan sekolah yang berbeda, misalnya pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK).

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, S. 2009. *Penilaian Berbasis Kompetensi*. Padang: UNP Press.
- Arif, K. (2013). Hubungan antara Motivasi Berprestasi dan Flow Akademik. *CALYPTRA*, 2(1), 1-12.
- Broadbent, J, & Poon, W. L. (2015). Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1-13.
- Dalyono. 1997. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Friedman. 2006. *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga.
- McClelland, M., Geldhof, J., Morrison, F., Gestsdóttir, S., Cameron, C., Bowers, E., ... & Grammer, J. (2018). Self-regulation. In *Handbook of Life Course Health*

- Development* (pp. 275-298). Springer, Cham.
- Mega, C., Ronconi, L., & De Beni, R. (2014). What makes a good student? How emotions, self-regulated learning, and motivation contribute to academic achievement. *Journal of Educational Psychology, 106*(1), 121.
- Putri, E. P. (2014). Hubungan Dukungan Sosail Orang Tua, Pelatih dan Teman dengan Motivasi Berprestasi Akademik dan Motivasi Berprestasi Olahraga (Basket) Pada Mahasiswa Atlet Basket Universitas Surabaya.
- Schunk, D. H. 2005. "Commentary on Self-Regulation in School Contexts". *Learning and Instruction, 15*, 173-177.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Winne, P. H. 1997. "Experimenting to Bootstrap Self-Regulated Learning". *Journal of Educational Psychology, 89* (3): 397-410.
- Wolters, C. A., Pintrich, P. R., & Karabenick, S. A. 2003. *Assesing Academic Self-Regulated Learning*. Conference on Indicators of Positive Development:Child Trends.
- Wolters, C. A., & Hussain, M. (2015). Investigating grit and its relations with college students' self-regulated learning and academic achievement. *Metacognition and Learning, 10*(3), 293-311.
- Yulianto, F., & Nashori, F. (2006). Kepercayaan diri dan prestasi atlet tae kwon do daerah istimewa Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Undip, 3*(1), 55-62.
- Zimmerman, B. J. 1989. "Social Cognitive View of Self Regulated Learning". *Journal of Educational Psychology, 81* (3): 329-339.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (Eds.). (2012). *Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice*. Springer Science & Business Media.