

**SELF REGULATED LEARNING SISWA DILIHAT DARI
HASIL BELAJAR**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling*



Oleh,

**PUTRI YULIANTI
NIM/BP. 1204827/2012**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

PERSETUJUAN SKRIPSI

SELF REGULATED LEARNING SISWA DILIHAT DARI
HASIL BELAJAR

Nama : Putri Yulianti
NIM/BP : 1204827/2012
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2016

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.
NIP. 19600409 198503 1 005

Pembimbing II



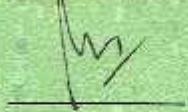
Ifdil. S.HL.,S.Pd., M.Pd.,Kons.
NIP. 19811211 200912 1 002

PENGESAHAN

*Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

Judul : *Self Regulated Learning Siswa Dilihat dari Hasil Belajar*
Nama : Putri Yulianti
NIM/BP : 1204827/2012
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2016

| Tim Penguji | Nama | Tanda Tangan |
|---------------|-----------------------------------|--|
| 1. Ketua | Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons. | 1.  |
| 2. Sekretaris | Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Kons. | 2.  |
| 3. Anggota | Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons. | 3.  |
| 4. Anggota | Mursyid Ridha, S.Ag., M.Pd | 4.  |
| 5. Anggota | Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd | 5.  |

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Agustus 2016
Yang Menyatakan,



Putri Yulianti
NIM: 1204827

ABSTRAK

Putri Yulianti. 2016. “*Self Regulated Learning* Siswa Dilihat dari Hasil Belajar”. *Skripsi*. Padang: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Belajar merupakan sebuah proses yang dilakukan individu agar individu memiliki kemajuan dalam bertingkah laku kearah yang lebih baik. Salah satu tujuan belajar adalah untuk mendapatkan hasil belajar yang maksimal. *Self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Namun kenyataannya masih terdapat siswa yang memiliki *self regulated learning* yang kurang baik sehingga hasil belajar siswa menjadi rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan: (1) *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi, (2) *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah, (3) menguji hipotesis perbedaan *self regulated learning* siswa dilihat dari hasil belajar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode kuantitatif. Populasi penelitian berjumlah 160 orang siswa SMA Negeri 8 Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2016/2017, dengan jumlah sampel 114 orang yang terdiri dari 57 orang siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan 57 orang siswa yang memiliki hasil belajar rendah. Pemilihan sampel menggunakan teknik *Proportinonal Random Sampling* dan *Simple Random Sampling*. Instrumen yang digunakan adalah model skala *likert*. Untuk mendeskripsikan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan rendah digunakan rumus *persentase* dan untuk melihat perbedaan *self regulated learning* siswa dilihat dari hasil belajar digunakan rumus uji-t dengan teknik *Independent Sampel Test* melalui program statistik *SPSS for windows release 20*.

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa: (1) *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi pada umumnya berada pada kategori baik, (2) *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah pada umumnya berada pada kategori baik, (3) terdapat perbedaan yang signifikan *self regulated learning* siswa dilihat dari hasil belajar.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti menyarankan kepada guru BK untuk menyusun dan mengembangkan program serta memberikan pelayanan untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa dengan tepat sesuai dengan karakteristik masing-masing siswa berdasarkan hasil belajar yang diperolehnya. Kerja sama guru BK dengan wali kelas, guru mata pelajaran dan personil sekolah lainnya juga akan sangat membantu pencapaian upaya peningkatan *self regulated learning* siswa.

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur diucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah menciptakan manusia dengan sempurna. Atas berkat rahmat Allah SWT, peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Self Regulated Learning Siswa Dilihat Dari Hasil Belajar”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons. selaku dosen penasehat akademik dan pembimbing I yang telah membimbing, mengarahkan, memotivasi, memberikan masukan dan meluangkan waktu mengarahkan peneliti dalam penyelesaian skripsi ini dan Bapak Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Kons. selaku pembimbing II yang telah membimbing, mengarahkan, memotivasi, memberikan masukan dan meluangkan waktu mengarahkan peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Bapak Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons., Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd, dan Bapak Mursyid Ridha, S.Ag., M.Pd, selaku tim dosen penguji yang telah menyediakan waktu untuk dapat memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan penelitian skripsi ini.
3. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons. dan Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons. selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling.

4. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing peneliti selama perkuliahan.
5. Kepala sekolah SMA Negeri 8 Padang beserta wakil kepala sekolah, majelis guru terutama guru BK, dan staf yang telah banyak membantu dalam penelitian skripsi ini.
6. Bapak Buralis, S.Pd. dan Bapak Ramadi selaku Bapak karyawan TU Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah membantu dalam pengurusan administrasi penelitian.
7. Kedua orangtua, Bapak Edi Sukoco dan Ibu Suyati beserta saudara tercinta Bripda Heri Nuryanto, yang selalu memberikan motivasi, semangat, dukungan serta dorongan moril dan materil bagi peneliti dalam mengikuti studi dan penyelesaian penulisan skripsi ini.
8. Keluarga besar, sahabat, teman-teman angkatan 2012 , dan kakak senior yang telah memberikan motivasi, masukan, dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, baik dari segi bahasa, sistematika, maupun isi/ materinya. Untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang membangun dari semua pihak. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat dalam mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling.

Padang, Juli 2016

Putri Yulianti

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|----------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | iv |
| DAFTAR GAMBAR | vi |
| DAFTAR TABEL | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 8 |
| C. Batasan Masalah | 9 |
| D. Rumusan Masalah..... | 9 |
| E. Pertanyaan Penelitian..... | 9 |
| F. Tujuan Penelitian | 10 |
| G. Asumsi | 10 |
| H. Manfaat Penelitian | 10 |
| | |
| BAB II KAJIAN TEORI | 12 |
| A. <i>Self Regulated Learning</i> | 12 |
| 1. Pengertian <i>Self Regulated Learning</i> | 12 |
| 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i> | 13 |
| 3. Aspek-aspek <i>Self Regulated Learning</i> | 15 |
| 4. Karakteristik <i>Self Regulated Learnear</i> | 20 |
| B. Hasil Belajar | 20 |
| 1. Pengertian Belajar..... | 20 |
| 2. Pengertian Hasil Belajar | 21 |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar..... | 22 |
| C. Kerangka Konseptual..... | 25 |
| D. Hipotesis Penelitian | 27 |
| | |
| BAB III METODE PENELITIAN | 28 |
| A. Jenis Penelitian | 28 |
| B. Populasi dan Sampel..... | 28 |

| | |
|---|-----------|
| C. Jenis dan Sumber Data..... | 32 |
| D. Definisi Operasional | 33 |
| E. Instrumen Pengumpulan Data..... | 34 |
| F. Teknik Analisis Data | 36 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 40 |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian..... | 40 |
| 1. <i>Self Regulated Learning</i> Siswa yang Memiliki Hasil Belajar Tinggi | 40 |
| 2. <i>Self Regulated Learning</i> Siswa yang Memiliki Hasil Belajar Rendah..... | 47 |
| 3. Rekapitulasi Hasil Penelitian | 53 |
| 4. Perbedaan <i>Self Regulated Learning</i> Dilihat dari Hasil Belajar..... | 55 |
| B. Pembahasan | 56 |
| 1. <i>Self Regulated Learning</i> Siswa yang Memiliki Hasil Belajar Tinggi..... | 56 |
| 2. <i>Self Regulated Learning</i> Siswa yang Memiliki Hasil Belajar Rendah | 61 |
| 3. Perbedaan <i>Self Regulated Learning</i> Dilihat dari Hasil Belajar..... | 66 |
| C. Keterbatasan Penelitian..... | 67 |
| BAB V PENUTUP..... | 69 |
| A. Kesimpulan | 69 |
| B. Saran | 69 |
| KEPUSTAKAAN | 71 |
| LAMPIRAN..... | 74 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|-------------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka Konseptual | 26 |
|-------------------------------------|----|

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|--|----------------|
| Tabel 1. Populasi Penelitian..... | 29 |
| Tabel 2. Besar Sampel Penelitian..... | 29 |
| Tabel 3. Jumlah Sampel | 30 |
| Tabel 4. Skor Pilihan Jawaban | 34 |
| Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Penelitian..... | 35 |
| Tabel 6. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penelitian <i>Self Regulated Learning</i> | 38 |
| Tabel 7. <i>Self Regulated Learning</i> Siswa yang Memiliki Hasil Belajar Tinggi | 40 |
| Tabel 8. Penetapan Tujuan..... | 41 |
| Tabel 9. Perencanaan | 42 |
| Tabel 10. Motivasi Diri | 42 |
| Tabel 11. Kontrol Atensi..... | 43 |
| Tabel 12. Penggunaan Strategi Belajar yang Fleksibel..... | 44 |
| Tabel 13. Monitor Diri | 44 |
| Tabel 14. Mencari Bantuan yang Tepat | 45 |
| Tabel 15. Evaluasi Diri | 46 |
| Tabel 16. <i>Self Regulated Learning</i> Siswa yang Memiliki Hasil Belajar Rendah | 47 |
| Tabel 17. Penetapan Tujuan | 47 |
| Tabel 18. Perencanaan | 48 |
| Tabel 19. Motivasi Diri | 49 |
| Tabel 20. Kontrol Atensi..... | 50 |
| Tabel 21. Penggunaan Strategi Belajar yang Fleksibel..... | 50 |
| Tabel 22. Monitor Diri | 51 |
| Tabel 23. Mencari Bantuan yang Tepat | 52 |
| Tabel 24. Evaluasi Diri | 53 |
| Tabel 25. Rekapitulasi <i>Self Regulated Learning</i> | 54 |

| | |
|--|----|
| Tabel 26. Hasil Uji Perbedaan <i>Self Regulated Learning</i> | |
| Dilihat dari Hasil Belajar | 55 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|--|----------------|
| Lampiran 1. Kisi-kisi Instrumen | 74 |
| Lampiran 2. Instrumen Penelitian | 76 |
| Lampiran 3. Tabulasi Hasil Pengolahan Data | 80 |
| Lampiran 4. Pengolahan Data <i>SPSS 20.0</i> | 87 |
| Lampiran 5. Surat Izin Penelitian..... | 88 |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang mempunyai tanggung jawab dalam menyiapkan siswa agar siswa berhasil dalam proses pendidikan. Sekolah juga memiliki peran untuk mencapai tujuan pendidikan. Secara khusus tujuan pendidikan tercantum dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menyatakan:

pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Untuk mencapai tujuan pendidikan, belajar perlu dilaksanakan. Menurut Skinner (dalam Muhibbin Syah, 2011: 64) belajar adalah “suatu proses adaptasi (penyesuaian tingkah laku) yang berlangsung secara progresif”. Selanjutnya, menurut Hamzah B. Uno (2007: 22) belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku secara keseluruhan, relatif permanen sebagai hasil pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya untuk mencapai tujuan tertentu. Jadi, belajar merupakan sebuah proses yang dilakukan individu agar individu memiliki kemajuan dalam bertingkah laku kearah yang lebih baik.

Tujuan belajar akan tercapai dengan hasil yang maksimal jika siswa dapat mengikuti proses pembelajaran dengan baik. Dalam mencapai tujuan belajar yang baik diperlukan dukungan dari berbagai pihak seperti guru, siswa, ataupun orang tua dan lingkungan sekitar. Selanjutnya, kemampuan siswa meregulasi (mengatur) diri dalam belajar termasuk faktor penting untuk mencapai tujuan belajar. Hal inilah yang disebut dengan regulasi diri (*self regulation*). Menurut Handy Susanto (2006: 64) regulasi diri merupakan faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam menjalani proses pendidikan.

Regulasi diri (*self regulation*) mengacu pada cara orang mengontrol dan mengarahkan tindakannya (Sears, Fredman, dan Peplau, 2012: 133). Selanjutnya, menurut Friedman dan Schustack (2008: 284) regulasi diri adalah proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri dengan cara menentukan target untuk diri mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Jadi, regulasi diri (*self regulation*) merupakan suatu usaha yang dilakukan individu untuk mengatur dan *me-manage* diri dalam mencapai tujuan tertentu sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan.

Regulasi diri dalam proses belajar dikenal dengan *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). Menurut Slavin (2011: 10) *self regulated learning* adalah “siswa yang mempunyai pengetahuan tentang strategi pembelajaran yang efektif dan bagaimana serta kapan

menggunakannya”. Selanjutnya, menurut Santrock (2010: 296) “pembelajaran regulasi diri adalah memunculkan dan memonitor diri sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan”. Jadi, *self regulated learning* adalah kemampuan individu dalam mengatur strategi dan mengendalikan diri dalam belajar untuk menciptakan kondisi pembelajaran yang efektif dan mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan.

Proses pembelajaran akan menjadi efektif apabila siswa terlibat dalam aktivitas mengatur diri dalam belajar. Menurut Ormrod (2009: 38-39) *self regulated learning* mencakup proses-proses yang bersifat metakognitif, diantaranya penetapan tujuan (*goal setting*), perencanaan (*planning*), motivasi diri (*self motivation*), kontrol atensi (*attention control*), penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*), monitor diri (*self monitoring*), mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*) dan evaluasi diri (*self evaluation*).

Ketika siswa mampu mengembangkan kemampuan *self regulated learning*, maka pencapaian tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai. Menurut Locke & Lathan (dalam Handy Susanto, 2006: 67) penetapan tujuan dapat berupa penetapan/penentuan hasil belajar yang ingin dicapai oleh seorang siswa. Steffens (dalam Eva Latipah, 2010) menyatakan bahwa dengan *self regulated learning* para siswa menjadi mahir dalam meregulasi diri belajarnya sendiri dan dapat meningkatkan hasil belajarnya

sendiri. Jadi, kemampuan *self regulated learning* siswa dapat mempengaruhi hasil belajarnya.

Hasil belajar merupakan tolak ukur yang digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa. Menurut Nana Syaodih Sukmadinata (2011: 102) “hasil belajar atau *achievement* merupakan realisasi atau pemekaran dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki oleh seseorang”. Hasil belajar diperoleh siswa di sekolah diterima siswa melalui nilai rapor. Nilai rapor siswa pun biasanya beragam, ada siswa yang memperoleh hasil belajar yang tinggi, siswa yang memperoleh hasil belajar yang sedang, dan ada juga siswa yang memperoleh hasil belajar yang rendah.

Menurut Zimmerman (1990: 6) siswa yang menggunakan strategi *self regulated learning* memiliki kesadaran terhadap hasil kinerjanya dapat merencanakan tingkat prestasinya berdasarkan kinerja belajar yang direncanakan. Dengan demikian, siswa dengan hasil belajar yang tinggi memiliki regulasi diri yang baik ketika belajar karena sudah mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkannya. Selanjutnya, menurut Santrock (2010: 296) murid yang berprestasi tinggi merupakan pelajar yang juga belajar mengatur diri sendiri. Sebaliknya, siswa yang memiliki prestasi belajar rendah memiliki *self regulated learning* yang rendah. Hal ini sesuai dengan pendapat Zimmerman (1990: 12) yang mengemukakan bahwa siswa dengan hasil belajar rendah pada umumnya tidak termotivasi untuk mengatur diri dalam belajar (*self regulated learning*). Regulasi diri yang

rendah, membuat siswa kurang konsisten dalam mencapai tujuan yang ingin dicapainya sehingga kurang termotivasi untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Menurut Ormrod (2009: 30) idealnya semakin dewasa seorang siswa, maka semakin mampu untuk mengatur diri. Kemampuan mengatur diri, juga termasuk dalam salah satu tugas perkembangan remaja yang berkaitan dengan kemandirian. Menurut Hurlock (1991: 209-210) tugas perkembangan masa remaja adalah mencapai kemandirian ekonomi dan sosial. Kemandirian remaja ini berkaitan dengan kemampuan remaja untuk mengarahkan dirinya dan mengatur dirinya serta bertanggung jawab terhadap dirinya. Kemandirian ini juga diharapkan muncul dalam proses pembelajaran, dimana siswa yang menyusun strategi dalam belajar, mengatur kegiatan yang menunjang prestasi belajar untuk memperoleh hasil belajar yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian Mutya Marantika (2015) tentang *self regulated learning* siswa SMA menunjukkan *self regulated learning* siswa SMA pada aspek kognitif berkategori kurang baik. Selanjutnya, hasil penelitian oleh Irma Alfina (2014) tentang hubungan *self regulated learning* dengan prokratinasi akademik pada siswa akselerasi, mengungkapkan bahwa siswa akselerasi memiliki *self regulated learning* yang rendah dengan skor sebanyak 41,70%. Dari hasil penelitian sebelumnya dapat disimpulkan *self regulated learning* siswa masih rendah. Kekhasan dalam penelitian ini adalah *self regulated learning* siswa

dilihat dari hasil belajar berkaitan dengan aspek-aspek *self regulated learning*, yaitu penetapan tujuan perencanaan (*planning*), motivasi diri (*self motivation*), kontrol atensi (*attention control*), penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*), monitor diri (*self monitoring*), mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*) dan evaluasi diri (*self evaluation*).

Fenomena umum yang terjadi berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti ketika peneliti melaksanakan praktek lapangan di SMAN 8 Padang tahun ajaran 2014/2015 menunjukkan siswa menghabiskan waktu hanya untuk urusan hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan untuk hura-hura, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan *game online* dan bermain *gadget*. Ketika siswa sering menunda waktu dengan melakukan kegiatan tidak bermanfaat sehingga waktu terbuang dengan sia-sia, tugas terbengkalai dan penyelesaian tugas tidak maksimal. Hal tersebut menyebabkan hasil belajar siswa menjadi turun bahkan menyebabkan kegagalan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang siswa yang memiliki hasil belajar rendah di SMA Negeri 8 Padang pada tanggal 20 Februari 2016, menunjukkan bahwa siswa mengalami kesulitan mengatur diri dalam belajar. Siswa tidak berusaha untuk mencapai tujuan belajarnya, hal ini terlihat dari siswa yang malas dalam belajar, tidak mengerjakan tugas dan tidak berusaha untuk meningkatkan hasil belajarnya. Siswa juga tidak

membuat perencanaan dalam belajar, hal ini terlihat dari siswa yang tidak membuat jadwal belajar, meminjam PR teman dan latihan teman, bahkan ada siswa yang tidak mengumpulkan PR tidak tepat waktu. Pada saat proses pembelajaran, siswa tidak semangat mengikuti kegiatan belajar, tidak fokus pada saat kegiatan pembelajaran, sering bermain *hp*, mengobrol dengan teman. Kesulitan mengatur diri juga dialami oleh siswa yang memiliki hasil belajar tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang siswa yang memiliki hasil belajar tinggi, menunjukkan bahwa siswa kesulitan mengatur waktu untuk belajar dan kesulitan dalam mengatur waktu kegiatan di dalam maupun di luar sekolah.

Selanjutnya, berdasarkan hasil wawancara dengan 3 orang guru BK di SMA Negeri 8 Padang pada tanggal 20 Februari 2016, diperoleh informasi bahwa masih ada siswa yang tidak fokus saat belajar, kurang serius dan lebih banyak bermain serta kurang motivasi saat belajar. Berdasarkan data absensi kelas, peneliti menemukan bahwa masih ada siswa yang tidak hadir/absen ke sekolah dan masih terdapat siswa yang datang terlambat setiap harinya, dan kebanyakan dari siswa yang terlambat adalah siswa yang memiliki hasil belajar rendah. Hasil wawancara dengan 3 orang guru mata pelajaran, diperoleh informasi bahwa siswa dengan hasil belajar tinggi lebih memperhatikan pelajaran, membuat latihan dan tugas daripada siswa dengan hasil belajar rendah. Selanjutnya masih ada siswa yang tidak aktif dalam proses pembelajaran, mengobrol saat guru menerangkan pelajaran, tidak membawa buku sumber dan bahan

pelajaran, tidak memiliki catatan lengkap, membuat latihan asal-asalan, mengumpulkan tugas tidak tepat waktu, hasil belajar yang tidak mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) dan siswa tidak berusaha memperbaiki nilai yang belum mencapai KKM.

Berdasarkan fenomena yang telah dikemukakan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Self Regulated Learning* Siswa dilihat dari Hasil Belajar”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada siswa yang belum memiliki perencanaan dalam belajar.
2. Ada siswa yang belum menetapkan tujuannya untuk belajar.
3. Ada siswa yang kurang motivasi saat mengikuti kegiatan belajar.
4. Ada siswa yang tidak fokus pada saat kegiatan pembelajaran.
5. Ada siswa yang kurang serius, banyak bermain ketika proses belajar, tidak aktif dalam proses pembelajaran.
6. Masih ada siswa yang datang terlambat setiap harinya dan kebanyakan dari siswa yang terlambat adalah siswa yang memiliki hasil belajar rendah.
7. Siswa dengan hasil belajar tinggi lebih memperhatikan pelajaran, membuat latihan dan tugas daripada siswa dengan hasil belajar rendah.
8. Ada siswa yang tidak membawa buku sumber dan bahan pelajaran.
9. Ada siswa yang memperoleh hasil belajar belum mencapai KKM.

10. Ada siswa yang tidak berusaha memperbaiki nilai yang belum mencapai standar.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan sebelumnya, maka penelitian ini dibatasi pada:

1. *Self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi.
2. *Self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah.
3. Perbedaan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan siswa yang memiliki hasil belajar rendah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang dikemukakan pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat perbedaan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan rendah?

E. Pertanyaan Penelitian

Berkaitan dengan rumusan masalah tersebut, maka pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi?
2. Bagaimana *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah?

3. Apakah terdapat perbedaan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan siswa yang memiliki hasil belajar rendah?

F. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi.
2. Mendeskripsikan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah.
3. Mengidentifikasi perbedaan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan siswa yang memiliki hasil belajar rendah.

G. Asumsi

1. Setiap siswa memiliki *self regulated learning* yang berbeda-beda.
2. Setiap siswa memiliki hasil belajar yang berbeda-beda.

H. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis.
 - a. Memperkaya khasanah keilmuan, dan intelektual bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi belajar dan ilmu bimbingan dan konseling.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi pengembang ilmu, memperkaya konsep penelitian lanjutan berkaitan dengan *self regulated learning*.

2. Manfaat praktis.

- a. Bagi guru bimbingan dan konseling, sebagai pedoman untuk penyusunan program pelayanan bimbingan dan konseling pada bidang pengembangan belajar untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa.
- b. Bagi siswa, melalui penelitian ini diharapkan siswa dapat meningkatkan *self regulated learning* dan mengatur diri ketika proses belajar di sekolah untuk mencapai hasil belajar yang tinggi dan keberhasilan dalam belajar.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan dasar, bahan masukan dan pertimbangan untuk melakukan penelitian lanjutan.

BAB II KAJIAN TEORI

A. *Self Regulated Learning* (Regulasi Diri dalam Belajar)

1. Pengertian *Self Regulated Learning*

Setiap manusia memiliki kemampuan regulasi diri yang berbeda-beda. Menurut Handy Susanto (2006: 64) regulasi adalah kemampuan untuk mengontrol diri sendiri. Regulasi diri dapat dilakukan dengan mengamati, mempertimbangkan, memberi ganjaran atau hukuman terhadap dirinya sendiri. Selanjutnya, menurut Bandura (dalam Feist & Feist, 2010: 219) regulasi diri adalah kemampuan manusia dalam mengatur dirinya, mempengaruhi tingkah lakunya, menciptakan dukungan kognitif dan mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya. Jadi, dengan regulasi diri individu memiliki kemampuan dalam mengatur diri untuk berperilaku dan mengevaluasi perilaku tersebut.

Dalam belajar regulasi diri dikenal dengan *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). Menurut Glynn, Aultman & Owens (dalam Eva Latipah, 2010: 112) *self regulated learning* merupakan kombinasi keterampilan belajar akademik dan pengendalian diri yang membuat pembelajaran terasa lebih mudah sehingga siswa lebih mudah termotivasi. Selanjutnya, definisi *self regulated learning* menurut Zimmerman dan Martinez Pons (dalam Zimmerman, 1990: 4) adalah

self regulated learning involving specific processes often differ on the basis of researchers theoretical orientations, a common conceptualization of these students has emerged as- metacognitively, motivationally, and behaviorally active participants in their own learning.

Kutipan tersebut memiliki pengertian bahwa *self regulated learning* sebagai tingkatan dimana siswa secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar. Jadi, dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* adalah kemampuan menciptakan keteraturan dalam belajar dan mengarahkan diri saat belajar untuk menciptakan kondisi pembelajaran yang efektif dan mencapai suatu tujuan-tujuan akademis.

Menurut Santrock (2010: 296) tujuan *self regulated learning* berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan) tujuan sosioemosional (belajar mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya).

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning*

Perkembangan regulasi diri dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Santrock (2010: 298) faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* adalah:

a. Model

Model adalah sumber penting untuk menyampaikan keterampilan regulasi diri. Model yang dapat dicontohkan dalam

regulasi diri misalnya, perencanaan dan pengelolaan waktu secara efektif, memperhatikan dan konsentrasi.

b. *Self Efficacy*

Menurut Santrock (2010: 523) *self efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hasil positif. Menurut Bandura (dalam Santrock, 2010: 298) *self efficacy* dapat mempengaruhi murid dalam memilih suatu tugas, usahanya, ketekunannya, dan prestasinya.

Self efficacy dapat mempengaruhi murid dalam memilih suatu tugas, usahanya, ketekunannya, dan prestasinya. Murid yang merasa mampu menguasai suatu keahlian atau melaksanakan suatu tugas akan lebih siap untuk berpartisipasi, bekerja keras, lebih ulet dalam menghadapi kesulitan, dan mencapai level lebih tinggi.

Selanjutnya, Handy Susanto (2006) mengemukakan beberapa faktor yang menghambat perkembangan *self regulation*, yaitu:

- a. Pengalaman belajar dari lingkungan sosial. Seseorang yang tumbuh dalam lingkungan sosial yang tidak mengembangkan *self regulation* (tidak diberikan contoh, tidak diberikan *reward*), mereka akan kesulitan untuk mengembangkan *self regulation*.
- b. Adanya sikap apatis (*disinterest*). Hal ini dikarenakan dalam menggunakan teknik-teknik *self regulation* yang efektif dibutuhkan atisipasi, konsentrasi, usaha, dan *self reflection* yang cermat.

- c. Gangguan suasana hati, seperti mania atau depresi. Seorang yang depresi akan menunjukkan perilaku yang menyalahkan diri sendiri, salah mempersepsikan hasil perilaku, dan bersikap negatif.
- d. Adanya *learning disabilities*. Siswa yang *learning disabilities* menetapkan *goal academic* yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang normal, memiliki masalah dalam mengontrol dorongannya, dan kurang akurat dalam menilai kemampuan yang mereka miliki.

3. Aspek-aspek *Self Regulated Learning*

Menurut Ormrod (2009: 38-39) pembelajaran yang diatur sendiri mencakup proses-proses berikut ini:

- a. Penetapan tujuan (*goal setting*).

Setiap siswa memiliki tujuan untuk belajar, baik itu tujuan jangka panjang maupun tujuan jangka pendek. Siswa yang mampu mengatur diri, tahu apa yang ingin dicapai ketika belajar. Misalnya, dengan mempelajari fakta-fakta yang spesifik, mendapatkan pemahaman konseptual yang luas tentang suatu topik, atau hanya mendapatkan pengetahuan yang memadai agar bisa mengerjakan soal ujian. Siswa yang mampu mengatur diri mampu menentukan tujuan yang menantang, sesuai dengan kemampuan yang dimiliki dan realistis. Menurut Santrock (2010: 527) tujuan yang menantang adalah komitmen untuk meningkatkan diri. Tujuan

yang mudah diraih biasanya tidak begitu menarik dan tidak membutuhkan usaha.

b. Perencanaan (*planning*).

Tidak hanya guru yang memiliki perencanaan ketika melakukan proses pembelajaran, namun perencanaan juga penting bagi siswa. Hal ini dikarenakan, dengan perencanaan maka siswa tahu cara atau hal yang harus dilakukan untuk mencapai tujuan. Menurut Santrock (2010: 528) perencana yang baik berarti bisa mengelola waktu secara efektif, menentukan prioritas, dan bisa menata diri. Siswa yang mengatur diri, sebelumnya sudah menentukan bagaimana sebaiknya menggunakan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk tugas-tugas belajar.

c. Motivasi diri (*self motivation*).

Menurut Greenberg (dalam Djaali, 2012: 101) motivasi adalah proses membangkitkan, mengarahkan, dan memantapkan perilaku arah suatu tujuan. Selanjutnya, menurut Santrock: (2010: 510) motivasi adalah proses pemberian semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Dalam proses belajar motivasi sangat diperlukan, karena dengan motivasi seseorang dapat melakukan aktivitas belajar dan memiliki keinginan untuk belajar.

Menurut Syaiful Bahri Djamarah (2011: 150) siswa yang memiliki motivasi dalam dirinya (motivasi intrinsik) memiliki kemauan dan maju untuk belajar, serta memiliki pemikiran positif

terhadap semua mata pelajaran. Selanjutnya, siswa yang memiliki motivasi diri dalam belajar akan memiliki minat yang tinggi untuk mempelajari suatu mata pelajaran.

Siswa yang mengatur diri biasanya memiliki *self efficacy* yang tinggi akan kemampuan mereka menyelesaikan suatu tugas belajar dengan sukses. Mereka menggunakan banyak strategi agar tetap terarah pada tugas. Misalnya dengan menghiasi tugasnya agar lebih menyenangkan, mengingatkan diri mereka sendiri pentingnya mengerjakan tugas dengan baik, atau menjanjikan kepada diri mereka sendiri hadiah tertentu begitu suatu tugas selesai dikerjakan (Ormrod, 2009: 39).

d. Kontrol atensi (*attention control*).

Setiap individu memiliki kemampuan dalam memusatkan pikiran dan perhatian terhadap suatu hal atau pelajaran berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi oleh keadaan orang tersebut, lingkungan dan latihan/pengalaman. Para ahli psikologi (dalam Sumadi Suryabrata, 2012: 14) mendefenisikan perhatian menjadi dua yaitu (a) perhatian adalah pemusatan tenaga psikis tertuju pada suatu objek, (b) perhatian adalah banyak sedikitnya kesadaran yang menyertai sesuatu aktivitas yang dilakukan.

Menurut Slameto (2013: 87) seseorang yang dapat belajar dengan baik adalah orang yang memiliki kebiasaan untuk memusatkan pikiran. Siswa yang mengatur diri berusaha

memfokuskan perhatian mereka pada pelajaran yang sedang berlangsung dan menghilangkan dari pikiran mereka hal-hal lain yang mengganggu.

- e. Penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*).

Ketika siswa secara sengaja menggunakan pendekatan tertentu untuk belajar dan mengingat sesuatu, mereka menggunakan strategi belajar. Menurut Ormrod (2009: 371) strategi belajar adalah “satu atau lebih proses-proses kognitif yang digunakan secara sengaja untuk tugas-tugas belajar tertentu”. Siswa yang mengatur diri memiliki strategi belajar yang berbeda tergantung tujuan-tujuan spesifik yang ingin mereka capai.

- f. Monitor diri (*self monitoring*).

Monitoring adalah proses mengecek diri sendiri yang dilakukan seseorang untuk memastikan dia mengerti dan mengingat informasi yang baru diperolehnya. Menurut Santrock (2010: 342) siswa yang mengatur diri terus memonitor diri dalam rangka tujuan yang telah ditetapkan, dan mereka mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan bila dibutuhkan. Dengan melakukan monitoring, siswa dapat memahami kapan dan dimana harus menggunakan strategi terhadap situasi pembelajaran.

Menurut Ormrod (2009: 379-380) strategi yang efektif dalam monitoring diri adalah menjelaskan kepada diri sendiri (*self*

explanation), dimana siswa secara periodik mengambil waktu khusus untuk menjelaskan kepada diri mereka sendiri apa yang telah mereka pelajari. Strategi lain yang juga hampir sama adalah bertanya kepada diri sendiri (*self questioning*), dimana siswa secara periodik mengambil waktu khusus untuk bertanya kepada diri mereka sendiri yang pada dasarnya menginternalisasikan proses tanya jawab tentang apa yang telah mereka pelajari pada sesi kelompok belajar kecil.

g. Mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*).

Siswa yang benar-benar mengatur diri tidak selalu harus berusaha sendiri. Sebaliknya, mereka menyadari bahwa mereka membutuhkan bantuan orang lain dan mencari bantuan, sehingga akan memudahkan mereka bekerja secara mandiri.

h. Evaluasi diri (*self evaluation*).

Menurut Wigfield, dkk (dalam Santrock 2010: 521) evaluasi diri perlu dilakukan untuk mengukur apa yang dilakukan di masa depan. Siswa yang mampu mengatur diri, mereka dapat menentukan apakah yang dipelajari telah memenuhi tujuan awal mereka. Idealnya, mereka juga menggunakan evaluasi diri untuk menyesuaikan penggunaan berbagai strategi belajar dalam kesempatan-kesempatan di kemudian hari.

4. Karakteristik *Self Regulated Learners*

Menurut Winne (dalam Santrock, 2010: 296) karakteristik siswa yang memiliki regulasi diri:

- a. Bertujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi.
- b. Menyadari keadaan emosi mereka dan punya strategi untuk mengelola emosinya.
- c. Secara periodik memonitor kemajuan ke arah tujuannya.
- d. Menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat.
- e. Mengevaluasi hal angan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Jadi siswa yang memiliki *self regulated learning* memiliki tujuan, motivasi, mampu mengelola emosi, memonitor dirinya sendiri, mengubah strategi untuk mencapai tujuan dan mengevaluasi diri.

B. Hasil Belajar

1. Pengertian Belajar

Belajar merupakan kunci terpenting dalam usaha pendidikan, tanpa belajar tak pernah ada pendidikan. Belajar merupakan kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan. Muhibbin Syah (2011: 63) menyatakan belajar sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Selanjutnya, Suhaenah Suparno (2001: 2) menjelaskan belajar merupakan suatu aktivitas yang menimbulkan perubahan yang relatif permanen sebagai akibat dari upaya-upaya yang dilakukannya. Bukti dari seseorang telah belajar yaitu terjadinya perubahan tingkah laku,

dari tidak tahu menjadi tahu, dan dari tidak mengerti menjadi mengerti.

Dari penjelasan beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan belajar merupakan proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi individu dengan lingkungannya.

2. Pengertian Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan tolak ukur yang digunakan untuk menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam proses pembelajaran. Menurut Anas Sudijono (2003: 49) “hasil belajar adalah tingkat penguasaan yang dicapai oleh pelajar dalam mengikuti program belajar mengajar sesuai dengan tujuan pendidikan yang ditetapkan. Oemar Hamalik (2011: 30) menyatakan hasil belajar adalah tingkah laku yang timbul dari tidak tahu menjadi tahu, timbulnya pengertian baru, perubahan dalam sikap, keterampilan, menghargai perkembangan sifat-sifat sosial, emosional dan pertumbuhan jasmani. Selanjutnya, Nana Syaodih Sukmadinata menyatakan (2011: 102) hasil belajar merupakan realisasi dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang. Penguasaan hasil belajar dapat dilihat dari perilaku individu, baik dalam bentuk penguasaan pengetahuan, keterampilan berpikir maupun keterampilan motorik.

Menurut Nana Sudjana (2011: 5) hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia mengalami pengalaman

belajarnya. Selanjutnya, menurut Muhibbin Syah (2011: 195) hasil belajar yang dimaksud adalah keberhasilan yang diperoleh siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebuah program yang ingin meningkatkan hasil belajar. Sebuah kegiatan belajar dapat dikatakan efisien apabila dengan usaha belajar tertentu dapat menghasilkan hasil belajar yang tinggi dari proses belajarnya (Muhibbin Syah, 2011: 144).

Hasil belajar diperoleh siswa melalui evaluasi hasil belajar, evaluasi ini dapat berbentuk tes maupun non tes. Gabungan hasil evaluasi belajar yang diperoleh siswa di sekolah diterima siswa melalui rapor. Menurut Sumadi Suryabrata (2012: 297) rapor merupakan “perumusan terakhir yang diberikan oleh guru mengenai kemajuan atau hasil belajar siswa selama masa tertentu (4 atau 6 bulan)”. Nilai rapor siswa pun biasanya beragam, ada siswa yang memperoleh hasil belajar yang tinggi, siswa yang memperoleh hasil belajar yang sedang, dan ada juga siswa yang memperoleh hasil belajar yang rendah.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa menurut Muhibbin Syah (2011) yaitu:

a. Faktor *Internal* (Faktor dari dalam Diri Siswa).

Beberapa faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar yaitu keadaan jasmaniah (fisiologis) dan rohaniah (psikologis) siswa. Kondisi fisik seseorang, tingkat kesehatan, kondisi alat indera dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran. Selanjutnya, dalam aspek psikologis ini tingkat kecerdasan atau intelegensi siswa, sikap siswa, bakat, minat, dan motivasi siswa dalam belajar sangat mempengaruhi hasil belajar siswa. Sikap siswa dipengaruhi oleh penilaian siswa terhadap dirinya, sehingga akan membentuk tingkah lakunya. Senada dengan itu Tulus Tu`u (2004) menyatakan hal-hal yang dapat menghambat optimalisasi hasil belajar siswa yang berasal dari dalam diri siswa diantaranya yaitu: faktor kesehatan, faktor kecerdasan, faktor perhatian, faktor minat, dan faktor bakat.

b. Faktor *Eksternal* (Faktor dari Luar Diri Siswa).

Faktor ini mencakup kondisi lingkungan disekitar siswa, baik lingkungan sosial maupun lingkungan nonsosial. Lingkungan sosial seperti guru, staf administrasi, teman sekelas, masyarakat, tetangga, teman sepermainan dapat mempengaruhi semangat belajar siswa. Tulus Tu`u (2004) juga menyatakan yang termasuk faktor dari luar diri siswa yang mempengaruhi hasil belajar yaitu “faktor keluarga, faktor sekolah, faktor disiplin sekolah, faktor

masyarakat, faktor lingkungan tetangga, faktor aktivitas organisasi”. Lingkungan sosial yang dominan mempengaruhi kegiatan belajar siswa yaitu orangtua dan keluarga siswa. Selanjutnya, faktor nonsosial yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah jarak rumah dengan sekolah, alat-alat belajar, keadaan cuaca, waktu belajar yang digunakan siswa.

c. Faktor Pendekatan Belajar (*Approach to Learning*).

Faktor ini mencakup jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan dalam mempelajari materi-materi pelajaran. Selain itu, pembagian waktu yang kurang baik, serta cara belajar siswa yang salah dapat menyebabkan siswa memiliki hasil belajar yang rendah (Tulus Tu`u, 2004). Selain itu, Oemar hamalik (2011: 183) menyatakan perbedaan hasil belajar dikalangan para siswa disebabkan oleh berbagai alternatif faktor-faktor, antara lain: faktor kematangan akibat dari kemajuan umur kronologis, latar belakang pribadi masing-masing, sikap dan bakat terhadap suatu bidang pelajaran yang diberikan.

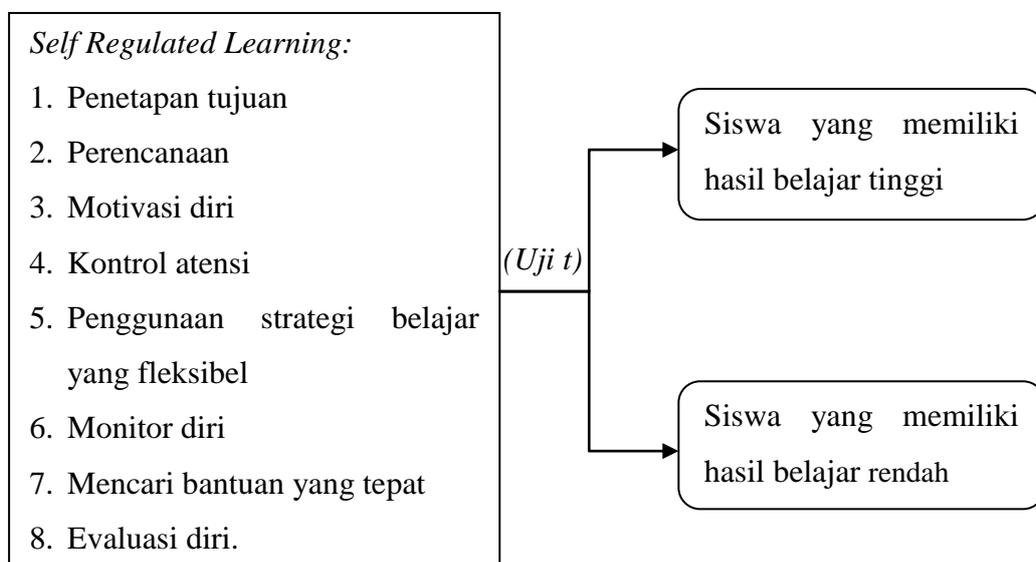
Selanjutnya, faktor lain yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). Menurut Suhaenah Suparno (2001: 122) peristiwa belajar yang dialami manusia itu bukan semata-mata masalah respons

terhadap stimulus (rangsangan) yang ada, melainkan karena adanya *self regulation* yakni pengaturan diri yang dikontrol oleh otak yang hampir pasti berperan lebih penting. Selanjutnya, Steffens (dalam Eva Latipah, 2010) menyatakan bahwa dengan *self regulated learning* para siswa menjadi mahir dalam meregulasi diri belajarnya sendiri dan dapat meningkatkan hasil belajarnya sendiri.

Berdasarkan penjelasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat disimpulkan ada dua faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yaitu faktor internal, faktor eksternal dan faktor pendekatan belajar. Salah satu faktor yang termasuk dalam faktor pendekatan belajar yaitu *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). *Self regulated learning* berperan besar dalam proses belajar dan dapat meningkatkan hasil belajar.

C. Kerangka Konseptual

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, maka penelitian ini dapat digambarkan melalui kerangka konseptual, yaitu:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Berdasarkan kerangka konseptual, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah berdasarkan aspek dari *self regulated learning* yang meliputi penetapan tujuan (*goal setting*), perencanaan (*planning*), motivasi diri (*self motivation*), kontrol atensi (*attention control*), penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*), monitor diri (*self monitoring*), mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*) dan evaluasi diri (*self evaluation*), kemudian melihat apakah terdapat perbedaan antar dua variabel tersebut dengan cara menguji perbedaan *self regulated learning* dilihat dari hasil belajar.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah:

H₁: Terdapat perbedaan yang signifikan antara *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan rendah.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMAN 8 Padang tentang *self regulated learning* siswa dilihat dari hasil belajar, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. *Self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi pada umumnya berada pada kategori baik. Artinya siswa yang memiliki hasil belajar tinggi mampu dalam mengatur dirinya ketika belajar.
2. *Self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar rendah pada umumnya berada pada kategori baik. Artinya siswa yang memiliki hasil belajar rendah mampu dalam mengatur dirinya ketika belajar.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara *self regulated learning* siswa yang memiliki hasil belajar tinggi dan siswa yang memiliki hasil belajar rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Disarankan siswa untuk meningkatkan *self regulated learning* baik itu siswa yang memiliki hasil belajar tinggi maupun siswa yang memiliki hasil belajar rendah. Siswa dapat meningkatkan regulasi diri dalam belajarnya dengan cara menetapkan tujuan, merencanakan belajarnya,

memotivasi diri, mengontrol perhatian saat belajar, menggunakan strategi belajar yang efektif, memonitor diri, mencari bantuan yang tepat, dan mengevaluasi diri untuk melihat kemajuan belajar.

2. Guru BK, disarankan berperan aktif dalam meningkatkan *self regulated learning* siswa dengan memberikan layanan-layanan bimbingan dan konseling yang tepat agar siswa memiliki *self regulated learning* baik yang dapat meningkatkan hasil belajarnya. Beberapa orang siswa yang *self regulated learning*-nya berada pada kategori tidak baik, kurang baik, dan cukup baik, harus menjadi perhatian khusus bagi guru BK dalam merealisasikan layanan BK terkait *self regulated learning*.
3. Peneliti selanjutnya agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai dasar untuk meneliti aspek lain mengenai *self regulated learning*, misalnya *self efficacy*.

KEPUSTAKAAN

- Abd Mukhid. 2008. Strategi *Self-Regulated Learning* (Perspektif Teoritik). *Tadris*. 3 (2), 222-239
- A. Muri Yusuf. 2013. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press
- Agus Irianto. 2012. *Statistik: Konsep Dasar, Aplikasi, dan Pengembangannya*. Jakarta: Kencana
- Anas Sudijono. 2003. *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Dalyono. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Djaali. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Eva Latipah. 2010. "Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis". *Jurnal Psikologi*. 37(1), 110-129
- Feist, J. & Feist, G. J. 2010. *Teori Kepribadian*. Buku 2. Jakarta: Salemba Humanika
- Friedman, H.S. & Schustack, M.W. 2008. *Kepribadian: Teori Klasik dan Riset Modern*. Edisi Ketiga. Jakarta: Erlangga
- Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia
- Hamzah B. Uno. 2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya Analisis di Bidang Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Handy Susanto. 2006. "Mengembangkan Kemampuan Self Regulation Untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa". *Jurnal Pendidikan Penabur*. 7(V), 64-71
- Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Diterjemahkan oleh Istiwidayanti, dkk. Jakarta: Erlangga.
- Hasbullah Tabrani. 2005. *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Irma Alfina. 2014. "Hubungan Self Regulated Learning dengan Prokratinasi Akademik Pada Siswa Akselerasi (SMA N 1 Samarinda)". *E-jurnal Psikologi*. 2(2), 227-237
- Muhibbin Syah. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers

- Mutya Marantika. 2015. "Self Regulated Learning Siswa SMA dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling". *Skripsi tidak diterbitkan*. Padang: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang
- Nana Syaodih Sukmadinata. 2011. *Landasan psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Nana Sudjana. 2011. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Oemar Hamalik. 2005. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara
- _____. 2011. *Proses belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Ormrod, J.E. 2009. *Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Edisi keenam. Jilid 1. Diterjemahkan oleh Amitya Kumara. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. 2009. *Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang*. Edisi keenam. Jilid 2. Diterjemahkan oleh Wahyu Indianti, dkk. Jakarta: Rineka Cipta
- Riduwan. 2009. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru Karyawan dan Peneliti*. Bandung: Alfabeta
- Sambas Ali Muhidin dan Maman Abdurrahman. 2011. *Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian*. Bandung: Pustaka Setia Bandung
- Santrock, J.W. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Edisi pertama. Diterjemahkan oleh Tri Wibowo B.S. Jakarta: Kencana
- _____. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Edisi kedua. Diterjemahkan oleh Tri Wibowo B.S. Jakarta: Kencana
- Sardiman. 2008. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Press
- Sears, D.O., Fredman, J.L. & Peplau, L.A. 2012. *Psikologi Sosial*. Edisi Kedua Belas. Diterjemahkan oleh Michael Adryanto. Jakarta: Kencana
- Slameto. 2013. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta

- Slavin, R. E. 2011. *Psikologi Pendidikan: Teori dan Praktik*. Edisi Kesembilan. Jilid 2. Diterjemahkan oleh Marianto Samosir. Jakarta: Indeks
- Suhaenah Soeparno. 2001. *Membangun Kompetensi Belajar*. Direktorat Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional.
- Sumadi Suryabrata. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syaiful Bahri Djamarah. 2011. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Teguh Wahyono. 2012. *Analisis Statistik Mudah dengan SPSS 20*. Jakarta: Elex Media Komputindo
- Tulus Tu'u. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo
- Tulus Winarsunu. 2002. *Statistik: Dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press
- Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Zimmerman, B.J. 1990. "Self Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview". *Educational Psychologist*. 25(1), 3-17
- Zumbrunn, S. 2011. *Encouraging Self-Regulated Learning in the Classroom: A Review of the Literature*. Virginia Commonwealth University: Metropolitan Educational Research Consortium