

PENGATURAN DIRI SISWA DALAM BELAJAR

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*



Oleh:
Rina Riantika Putri
96113/2009

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

PERSETUJUAN SKRIPSI

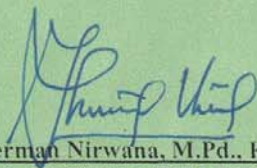
PENGATURAN DIRI SISWA DALAM BELAJAR

Peneliti : Rina Riantika Putri
NIM/BP : 96113/2009
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2014

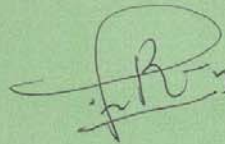
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
NIP. 19620405 198803 1 001

Pembimbing II



Dr. Yarmis Svukur, M.Pd., Kons.
NIP. 19620415 198703 2 002

PENGESAHAN

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

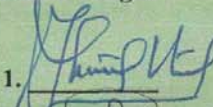
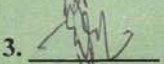
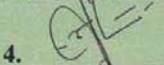
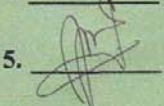
Judul : Pengaturan Diri Siswa dalam Belajar
Peneliti : Rina Riantika Putri
NIM/BP : 96113/2009
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Agustus 2014

Tim Penguji:

Nama	
1. Ketua	: Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
2. Sekretaris	: Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons.
3. Anggota	: Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons.
4. Anggota	: Drs. Azrul Said, M.Pd., Kons.
5. Anggota	: Nurfarhanah, S.Pd., M.Pd., Kons.

Tanda Tangan

1.	
2.	
3.	
4.	
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 2014

Yang menyatakan,



Rina Riantika Putri

ABSTRAK

Judul : Pengaturan Diri Siswa dalam Belajar

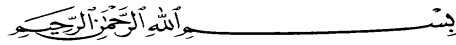
Penulis : Rina Riantika Putri

Belajar merupakan kegiatan aktif yang dimana siswa membangun sendiri pengetahuannya, mencari sendiri arti yang mereka pelajari dan bertanggung jawab atas apa yang hasil belajar yang didapatkannya, mereka sendiri pun membandingkan atas apa yang mereka pelajari dan dapatkan serta menalarkannya makna yang mereka pelajari, ini pun tidak terlepas juga dari pengaturan diri siswa tersebut dalam belajar. Idealnya seorang pembelajar yang benar dan efektif itu harus terlibat dalam aktifitas mengatur diri dalam belajar, faktanya pengaturan siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar cenderung berbeda baik dan kurangnya terlibat dalam aktivitas pengaturan diri dalam belajar. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pengaturan diri siswa laki-laki dalam belajar, mendeskripsikan pengaturan diri siswa perempuan dalam belajar dan membedakan pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar.

Metodologi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif jenis deskriptif komparatif dengan menggunakan angket sebagai instrumen penelitian. Jumlah populasi penelitian sebanyak 358 orang dengan sampel berjumlah 172 orang siswa, yang diambil menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Keseluruhan sampel merupakan siswa yang berada pada kelas VII, dan VIII. Analisis data dilakukan dengan analisis statistik, dan untuk mengetahui perbedaan memakai statistik parametrik yaitu uji *Independent Samples t test* dengan pengolahan data *SPSS 20.00*.

Temuan penelitian menunjukkan secara keseluruhan pengaturan diri siswa dalam belajar: (1) pengaturan diri siswa laki-laki dalam belajar “cukup baik”, (2) pengaturan diri siswa perempuan dalam belajar “cukup baik”, (3) tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar. Kepada Guru BK berperan dalam meningkatkan pengaturan diri siswa dalam belajar, dengan memberikan layanan yang relevan seperti: layanan informasi mengenai motivasi dalam belajar, penguasaan konten menyusun jadwal belajar, layanan konseling individual mengenai peningkatan dalam belajar dan layanan bimbingan kelompok mengenai memusatkan konsentrasi belajar yang baik.

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah Penulis sampaikan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga Penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaturan Diri Siswa Dalam Belajar”.

Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Penulisan skripsi ini terlaksana berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, Penulis menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd, Kons. selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling.
2. Bapak Drs. Erlamsyah, M.Pd, Kons. selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling.
3. Bapak Drs. Herman Nirwana M.Pd., Kons. selaku Penasehat Akademik (PA) dan Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing Penulis dalam menyusun skripsi ini dari awal sampai akhir.
4. Ibu Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons. selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing Penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
5. Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons., Drs. Azrul Said M.Pd., Kons., Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd yang telah meluangkan waktunya untuk melakukan *judgement* terhadap instrumen penelitian sekaligus sebagai dosen penguji skripsi.
6. Ibu Nurfarhanah., S.Pd.,M.Pd., Kons yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan untuk penyelesaian skripsi ini dan sekaligus sebagai dosen penguji.

7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan kepada Penulis selama perkuliahan.
8. Pegawai tata usaha jurusan BK yang telah membantu Penulis dalam proses pengurusan surat menyurat.
9. Semua siswa SMPN 34 Padang yang telah bersedia menjadi responden penelitian.
10. Ayahanda Jasrizul dan Ibunda Tin Sumarni serta saudara-saudariku tercinta Febrian Pratama, Ayu Priskayopi, dan Ronaldo Eko Julianto yang telah memberikan motivasi dan bantuan baik moril maupun materil demi selesainya penyusunan skripsi ini.
11. Rekan-rekan angkatan 2009 dan seluruh pihak yang telah banyak memberikan motivasi dan masukan yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang diberikan bernilai pahala oleh Allah SWT.

Semoga skripsi ini bermanfaat, baik bagi Penulis, jurusan Bimbingan dan Konseling dan para pembaca pada umumnya.

Penulis telah berupaya dengan maksimal untuk menyelesaikan skripsi ini, namun Penulis menyadari baik isi maupun penulisan masih belum sempurna. Untuk itu kepada pembaca, Penulis mengharapkan saran dan kritikan yang sifatnya membangun demi perbaikan dimasa yang akan datang.

Padang, Agustus 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	8
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Asumsi	9
F. Tujuan Penelitian.....	9
G. Manfaat Penelitian.....	9
H. Penjelasan Istilah	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	13
A. Pengaturan Diri.....	13
1. Pengertian Pengaturan Diri.....	14
2. Aspek Pengaturan Diri.....	14
B. Belajar	22
1. Pengertian Belajar	22
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar	23
3. Tujuan Belajar	27
4. Kegiatan Belajar	29

E. Kerangka Konseptual	33
F. Hipotesis	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
A. Metode dan Jenis Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel	31
1. Populasi	35
2. Sampel	36
C. Jenis dan Sumber Data	33
1. Jenis Data	33
2. Sumber Data	33
D. Instrumen Penelitian	35
E. Pengolahan Data	35
F. Teknik Analisis Data	36
BAB IV. HASIL PENELITIAN	37
A. Deskripsi Hasil Penelitian	37
B. Pembahasan	45
BAB V. PENUTUP	64
A. Simpulan	64
B. Saran.....	65
KEPUSTAKAAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Data Hasil Belajar	6
Tabel 2 Populasi Penelitian	31
Tabel 3 Sampel Penelitian	32
Tabel 4 Alternatif Jawaban.....	34
Tabel 5 Kriteria Tingkat Pencapaian Pengaturan Diri Siswa Dalam Belajar	35
Tabel 6 Pengaturan Diri Siswa Laki-laki Dalam Belajar	36
Tabel 7 Pengaturan Diri Siswa Perempuan Dalam Belajar	39
Tabel 8 Rekapitulasi Hasil Penelitian Gambaran Pengaturan Diri Siswa SMP N 34 Padang dalam Belajar	42
Tabel 9 Perbedaan Pengaturan Diri Siswa Laki-laki dengan Siswa Perempuan SMP N 34 Padang Dalam Belajar	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka konseptual	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kisi-kisi Angket Penelitian	59
Lampiran 2 Angket Penelitian	60
Lampiran 3 Pengubahan Skor Mentah Hasil Tes menjadi Nilai Standar Berskala Lima	65
Lampiran 4 Tabulasi Penelitian	97
Lampiran 5 Surat-Surat Penelitian	116

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan aspek terpenting dari seorang manusia untuk mengembangkan aspek dirinya sebagai makhluk yang diciptakan memiliki akal pikiran untuk mengembangkan segala potensi dirinya karena sebagai seorang manusia ingin memiliki harkat martabat yang diakui oleh orang lain. Sesuai yang dijelaskan oleh Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1, menjelaskan bahwa:

pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat dan bangsa.

Manusia memerlukan pendidikan dalam perkembangannya yang bertahap serta berkelanjutan sepanjang rentang hidupnya. Pendidikan dan perkembangan manusia tidak akan pernah terpisah antara satu dengan yang lainnya. Dan untuk mencapai pendidikan yang dijelaskan oleh Undang-Undang Dasar tersebut melalui belajar, menurut Suparno (dalam Tim Penyusun Belajar dan Pembelajaran, 2004) belajar merupakan kegiatan aktif yang dimana siswa membangun sendiri pengetahuannya, mencari sendiri arti yang mereka pelajari dan bertanggung jawab atas apa yang hasil belajar yang didapatkannya, mereka sendiri pun membandingkan atas apa yang mereka pelajari dan dapatkan serta menalarkannya makna yang mereka pelajari, ini pun juga tidak terlepas juga dari pengaturan diri siswa tersebut dalam belajar. Pengaturan diri dalam belajar

penting dimiliki oleh siswa untuk mendapatkan hasil belajar yang baik serta membentuk diri yang mandiri pada siswa. Menurut Prayitno (2006) salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dipenuhi adalah kemandirian. Kemandirian adalah individu yang dapat mengarahkan dirinya atau mendisiplinkan dirinya dalam mengatur kehidupannya sendiri. Kemandirian remaja ini berkaitan dengan kemampuannya dalam mengatur diri. Pengaturan diri merupakan usaha seseorang untuk mempengaruhi perilakunya sendiri. Menurut Winataputra (2008:4.43) “kemampuan mengatur diri adalah suatu usaha seseorang untuk mempengaruhi perilakunya sendiri yang didasar oleh keyakinan orang itu terhadap kemampuan pribadinya untuk dapat mengendalikan dirinya sendiri”. Maka seseorang siswa hendaknya menyadari sendiri mengenai kemampuannya dalam belajar serta memiliki keyakinan yang baik terhadap dirinya sendiri.

“Kemampuan mengatur diri atau melatih diri untuk mempengaruhi perilaku merupakan eksistensi manusia dimana mereka mampu untuk menerapkan kendali terhadap pikiran dan tindakan mereka sendiri berdasarkan konsekuensi dari pikiran dan tindakan tersebut terhadap dirinya sendiri” (Winataputra, 2008:4.34). Kemampuan siswa dalam mengatur diri akan membantunya dalam menyesuaikan diri terhadap kegiatan-kegiatan terutama kegiatan belajar. Belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku dimana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik. Tetapi juga jika pengaturan dirinya lemah terhadap penyesuaian dirinya dalam kegiatan belajarnya maka siswa akan menghadapi kegagalan. Kegagalan ini

yang akan membuat siswa merasa kecewa. Sebaliknya jika pengaturan diri dalam belajar siswa baik, maka siswa akan memperoleh hasil yang lebih baik pula.

Untuk menjadi pembelajar yang benar dan efektif, siswa harus terlibat dalam beberapa aktifitas mengatur diri dalam belajar. Menurut Ormrod (2009:38) “ada beberapa aspek mengatur diri dalam belajar yaitu penetapan tujuan, perencanaan, motivasi diri, kontrol atensi, kegunaan strategi belajar yang fleksibel, monitor diri, mencari bantuan yang tepat dan evaluasi diri”. Jadi salah satu kunci keberhasilan dalam belajar bagi siswa adalah mampu mengatur diri dalam proses pembelajaran. Baik itu dalam penetapan tujuan belajar, perencanaan pembelajaran, memotivasi diri dalam belajar, mampu memusatkan perhatian dalam belajar, mampu mempergunakan strategi belajar yang fleksibel sehingga proses pembelajaran menjadi menyenangkan. Selain itu siswa harus mampu mencari bantuan dalam pembelajaran serta mampu mengevaluasi diri dalam belajar.

Rumini dan Sundari (2004) mengatakan setiap siswa sebagai individu memiliki perbedaan mungkin dalam halnya situasi sekolah, siswa akan memiliki respon yang berbeda dan perbedaan ini terlihat dalam perkembangannya dan pertumbuhan serta intelegensi yang berkaitan dengan sifat agresif, persaingan, inisiatif, kuatnya perasaan untuk mencapai suatu pengelompokan berdasarkan abilitas yang diperoleh dari berbagai tingkatan dan cara belajar siswa yang berbeda menurut kesenangannya sendiri. Maksudnya siswa merespon pembelajaran dan belajar tersebut berbeda antara

satu dengan yang lainnya, sehingga tentu mereka memiliki cara yang berbeda pula dalam belajarnya mereka disesuaikan dengan kesukaan dan kesenangannya.

Selain itu perbedaan individu juga terlihat pada pengaturan diri dalam belajar. Pengaturan diri dalam belajar antara siswa laki-laki dan perempuan cenderung berbeda. Sejalan dengan itu Santrock (2010:201) menyatakan bahwa “keahlian penting dari seorang individu itu adalah kemampuan untuk mengatur diri dan mengontrol emosi dan perilaku”. Lelaki biasanya kurang mampu mengendalikan diri ketimbang wanita. Bukti belakangan ini menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih buruk prestasi akademiknya di sekolah daripada wanita ini dikarenakan wanita lebih mungkin untuk mempelajari akademiknya, penuh perhatian di kelas, mau belajar lebih tekun, dan berpartisipasi lebih banyak di kelas ketimbang anak laki-laki (2010:200). Jadi siswa perempuan dalam aktivitas belajar di kelas lebih tekun daripada siswa laki-laki karena siswa perempuan berusaha terlibat berbagai hal dalam kegiatan belajarnya.

Strand, Deary & Smith (dalam Slavin, 2011) menyatakan pada umumnya studi menemukan bahwa laki-laki memperoleh nilai yang lebih tinggi daripada wanita dalam ujian pengetahuan umum, penalaran, mekanis, rotasi mental, sedangkan wanita memperoleh nilai yang lebih tinggi dalam pengukuran bahasa, termasuk penilaian membaca dan menulis serta dalam tugas yang meminta perhatian dan perencanaan dan dalam bidang nilai sekolah wanita mempertahankan keunggulannya terhadap laki-laki hingga sekolah menengah

ke atas. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mario Pratama (2012) yang menyatakan bahwa regulasi diri perlu dalam menyelesaikan skripsi bagi mahasiswa dimana regulasi diri mahasiswa tersebut berada pada kriteria sedang, yang berarti masih perlu ditingkatkan lebih tinggi lagi serta aspek planning memiliki skor terendah yaitu 32,61%. Sama halnya dengan siswa dalam penyelesaian tanggung jawab belajarnya maka diperlukan pengaturan diri dalam belajar.

Selain itu menurut Santrock (2007:201) “salah satu perbedaan gender yang paling konsisten adalah anak laki-laki secara fisik lebih agresif ketimbang anak perempuan dan kemampuan dalam mengatur emosi dan perilaku”. Laki-laki biasanya kurang mampu mengendalikan diri ketimbang perempuan, kontrol diri yang rendah ini biasa menimbulkan problem perilaku antaranya agresi, tindakan mengejek, ketidakmampuan mengatur kegiatan belajar. Jadi antara siswa laki-laki dan siswa perempuan memiliki kecenderungan yang berbeda dalam mengatur kegiatan belajar yang ini berkaitan dengan pengaturan diri siswa dalam belajar.

Fenomena-fenomena tersebut juga didukung oleh data hasil belajar dimulai dari kelas VII sampai kelas IX yang tertera pada tabel dibawah ini:

Tabel 1
Data Hasil Belajar MID
Semester Genap Tahun Ajaran 2013/2014

No	Kelas	Rata-Rata Nilai Mid Semester Genap 2013/2014	
		Laki-Laki	Perempuan
1	VII	58,52	64,17
2	VIII	57	62
3	IX	62,01	60,90

Dilihat dari tabel di atas maka total rata-rata nilai semua mata pelajaran kelas VII adalah siswa laki-laki berjumlah 58,52 sedangkan siswa perempuan 64,17. Selanjutnya kelas VIII total rata-rata nilai semua mata pelajaran kelas delapan adalah siswa laki-laki berjumlah 57 sedangkan siswa perempuan berjumlah 62, terakhir total rata-rata nilai semua mata pelajaran kelas IX adalah siswa laki-laki berjumlah 62,01 sedangkan siswa perempuan berjumlah 60,90. Maka dapat disimpulkan dari data hasil belajar yang berada dibawah KKM, memperlihatkan bahwa pengaturan diri siswa laki-laki lebih rendah daripada siswa perempuan.

Jadi berdasarkan data hasil belajar yang peneliti dapatkan diketahui bahwa masih rendahnya pengaturan diri siswa laki-laki dan adanya perbedaan pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar.

Bertitik tolak dari fenomena yang diuraikan di atas, peneliti ingin mendalami bagaimana **“Pengaturan Diri Siswa Dalam Belajar”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan fenomena diatas maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi belajar menurut Mustaqim dan Wahib (2010) yaitu kemampuan bawaan akan mempengaruhi anak dalam belajar jika anak dapat cepat untuk menangkap materi pelajaran dengan mudah maka itu akan membantunya dalam belajar, lalu kondisi fisik siswa yang belajar amatlah penting dalam belajar karena dengan fisik yang lemah akan mengganggu siswa didalam belajar, seterusnya kondisi psikis siswa dalam belajar juga penting untuk diperhatikan karena jika siswa dengan psikis yang terganggu maka ia dalam belajar pun akan terganggu, selanjutnya kemauan belajar siswa juga diperhatikan karena belajar itu harus dasarnya kembali kepada siswa itu sendiri, tidak itu saja sikap terhadap guru dan mata pelajaran serta pengertian mengenai mereka sendiri termasuk didalamnya pengaturan diri siswa dalam belajar patut diperhatikan karena siswa tanpa itu pun akan merasa timpang dan mengganggu keseimbangannya dalam belajar karena pengaturan diri melatih siswa untuk menetapkan tujuan, merencanakannya, memotivasi dirinya, menggunakan strategi belajar fleksibel, memonitor kemajuan, dan mencari bantuan yang tepat serta terakhir mengevaluasi dirinya senmdiri.

Dari penjelasan diatas maka peneliti akan membahas satu variabel saja yaitu pengaturan diri siswa dalam belajar, alasan seperti diatas siswa belum mampu untuk menetapkan tujuan, merencanakan, memotivasi dirinya, menggunakan strategi belajar fleksibel, memonitor kemajuan, mencari bantuan yang tepat dan evaluasi diri, serta variable yang lain juga sudah diteliti.

Dari pernyataan di atas maka dapat disimpulkan identifikasi masalah dari penelitian ini adalah:

1. Masih rendahnya kemampuan pembawaan siswa dalam belajar.
2. Kondisi fisik siswa yang masih kurang.
3. Kondisi psikis siswa yang lemah.
4. Kemauan belajar siswa yang masih kurang dalam belajar.
5. Sikap terhadap guru serta mata pelajaran yang belum mampu untuk
kerjasama
6. Pengaturan diri siswa yang masih kurang dalam belajar.

C. Batasan Masalah

Dari beberapa faktor yang diidentifikasi sebagai penyebab munculnya masalah dalam penelitian ini, maka tidak semua faktor ini akan diteliti. Untuk itu, dapat dibatasi beberapa faktor yang terkait untuk diteliti yaitu pengaturan diri siswa dalam belajar.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang dikemukakan pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaturan diri siswa laki-laki dalam belajar?
2. Bagaimana pengaturan diri siswa perempuan dalam belajar?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaturan diri antara siswa laki-laki dan perempuan dalam belajar?

E. Asumsi

1. Setiap siswa memiliki sasaran yang ingin dicapai berupa sasaran akademis, terutama siswa berprestasi tinggi sering kali merupakan pembelajaran pengaturan diri.
2. Terdapat perbedaan pencapaian akademis antara laki-laki dan perempuan.

F. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan pengaturan diri siswa laki-laki dalam belajar.
2. Mendeskripsikan pengaturan diri siswa perempuan dalam belajar.
3. Menguji perbedaan pengaturan diri antara siswa laki-laki dan perempuan dalam belajar.

G. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dipetik dari hasil temuan penelitian ini antara lain :

1. Manfaat Akademis:
 - a. Meningkatnya keilmuan dalam bidang bimbingan dan konseling.
 - b. Mendapatkan kemampuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian.
 - c. Memperkaya dan memperluas wawasan peneliti dalam memahami pengaturan diri siswa dalam belajar.
2. Manfaat Praktis:
 - a. Bagi guru BK dapat mengetahui tentang tingkat pengaturan diri siswa dalam belajar dapat menyusun program layanan kegiatan belajar dan kegiatan pendukung BK serta memberikan materi layanan untuk

meningkatkan pengaturan diri siswa dalam belajar agar lebih baik sehingga dapat berkembang secara optimal.

- b. Bagi siswa, dapat memanfaatkan dan menggunakan layanan bimbingan dan konseling dalam membantu dalam peningkatan pengaturan diri siswa dalam belajar.
- c. Bagi jurusan bimbingan dan konseling, sebagai bahan masukan untuk lebih mengembangkan dan meningkatkan kualitas mahasiswa/calon guru bimbingan dan konseling yang akan berperan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, agar mampu melaksanakan layanan.
- d. Bagi kepala sekolah, sebagai bahan masukan dalam pengambilan keputusan untuk penyediaan dana, sarana, fasilitas, tenaga, waktu, dan berbagai kemudahan bagi terlaksananya layanan bimbingan dan konseling yang dibutuhkan siswa.
- e. Bagi peneliti, dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam bidang penelitian ilmiah.

H. Penjelasan Istilah

1. Pengaturan diri

Pengaturan diri (*Self Regulated*) yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah pembelajaran yang diatur sendiri agar mendapatkan hasil belajar yang baik (2008:38).

2. Belajar

Belajar dalam penelitian ini adalah aktivitas yang dilakukan siswa di kelas maupun di rumah.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Pengaturan Diri

1. Pengertian Pengaturan Diri

Pengaturan diri dapat memiliki pengaruh bagi prestasi siswa dimanapun dengan berbagai spesifik topik-topik mata pelajaran tertentu agar membuat performa belajar menjadi lebih baik dengan bekerja lebih keras daripada orang lain dengan memunculkan dan memonitor pikiran, dan perilaku mencapai tujuan (Ormrod, 2009). Pengaturan diri dalam belajar sangatlah penting bagi siswa mengingat kesuksesan dan keberhasilan siswa sendiri ditentukan oleh dirinya sendiri bagaimana siswa mengatur dirinya dalam belajar, dari diri sendiri untuk diri siswa itu sendiri bukan orang lain. Dan Santrock (2011:226) menyatakan “keterampilan yang penting adalah untuk mengatur perilaku dimana siswa laki-laki menunjukkan lebih sedikit pengaturan diri daripada anak perempuan”. Jadi siswa laki-laki memperlihatkan perilaku pengaturan diri yang rendah daripada siswa perempuan.

Standar dan tujuan yang telah ditetapkan bagi diri siswa dan cara siswa memonitor dan mengevaluasi proses-proses kognitif dan perilaku siswa sendiri dan konsekuensi-konsekuensi yang siswa tentukan sendiri untuk setiap kesuksesan serta kegagalan siswa semuanya merupakan aspek-aspek pengaturan diri (*self regulation*). Pemikiran siswa hendaklah berada

pada kontrolnya sendiri bukan orang lain maupun lingkungan disekitarnya itu disebut individu-individu yang mengatur dirinya sendiri (Ormrod, 2008).

2. Aspek Pengaturan Diri

Menurut Ormrod (2009) ada 3 aspek pengaturan diri yaitu *self regulated behavior*, *self regulated learning*, dan *self regulated problem solving*

a. *Self Regulated Behavior*

Seorang siswa akan memiliki standar yang telah ia tetapkan namun standar tersebut akan berubah-ubah sesuai dengan lingkungan yang ada disekitarnya. Standar yang ditetapkan oleh siswa sesuai dengan kriteria-kriterianya yang siswa amati dan mendapatkan respon dari lingkungannya baik itu respon yang positif maupun negatif berarti siswa dapat mengembangkan pengontrolan diri dan memonitor perilaku siswa sendiri. Jadi dapat disimpulkan bahwa *self regulated behavior* adalah seseorang siswa berperilaku yang diatur dirinya sendiri dengan cara mengamati lingkungan sekitarnya dan memberikan respon yang sesuai dengan reaksi lingkungan sekitarnya.

1) Standar dan tujuan yang telah ditetapkan sendiri

Seorang siswa termotivasi untuk belajar kearah sesuai dengan kemampuannya dengan melihat sesuatu hal yang dapat ia raih sesuai dengan tujuan-tujuan yang telah siswa tetapkan sendiri bukan orang lain. Maka seorang siswa menetapkan tujuan-tujuan dengan standar realistis yang memungkinkan dirinya untuk mencapainya.

2) Pengaturan Emosi

Seorang siswa dalam pengaturan diri ia pun harus dapat mengatur emosinya sendiri dengan selalu menjaga atau mengelola setiap perasaannya agar tidak terlihat berlebihan dengan memaknai pengalamannya dengan baik. Maka pengaturan emosi dapat diartikan sebagai proses siswa untuk selalu memeriksa dan memafsirkan berbagai kejadian dalam bentuk makna yang lebih positif.

3) Instruksi Diri

Instruksi diri dalam pengaturan diri bagi siswa untuk untuk mengingat apa yang harus dilakukan dalam situasi-situasi tertentu dengan tindakan-tindakan yang tepat oleh siswa. Jadi instruksi diri diperlukan oleh siswa agar tugas yang sedang ia kerjakan dapat berjalan baik dengan cara ia berbicara kepada dirinya sendiri.

4) *Self Monitoring*

Memonitoring diri merupakan bagian dari pengaturan diri dimana dengan mengamati dirinya sendiri saat melakukan sesuatu hal. Maka dapat disimpulkan siswa dapat melihat kemajuan-kemajuannya sendiri dengan melihat tujuan-tujuan yang telah ia tetapkan dan apa yang harus perlu dia lakukan.

5) Evaluasi Diri

Siswa agar mampu mengatur dirinya sendiri ia harus mampu mengevaluasi dirinya setelah ia dengan baik memonitor dirinya sendiri. Jadi evaluasi penting dilakukan oleh siswa agar dapat sukses

dengan cara ia menilai dirinya sendiri dengan membandingkan penilaian orang lain.

6) Kontingensi yang Ditetapkan Sendiri

Pengaturan diri siswa juga dilihat bagaimana dirinya dalam memberikan penguatan untuk dirinya sendiri ketika mereka mampu mencapai sesuatu hal yang telah ia tetapkan dengan baik. Maka dapat disimpulkan seorang siswa akan memberikan penguatan atau hukuman pada dirinya sendiri yang ditetapkan sendiri sesuai yang menyertai perilakunya sendiri.

b. Self Regulated Learning

Pengaturan diri siswa terlihat juga dalam proses mental siswa tersebut dalam pembelajaran dimana siswa berusaha menetapkan tujuan secara lebih spesifik menggunakan strategi belajar yang beragam, lebih banyak melakukan monitor diri setiap kegiatan belajarnya dan mengevaluasinya secara lebih sistematis dalam mencapai tujuan. Pembelajaran yang diatur sendiri mencakup beberapa proses yaitu:

1) Penetapan Tujuan

Pembelajar yang mengatur diri tahu apa yang akan mereka capai ketika belajar ataupun membaca. Siswa berusaha untuk mengaitkan tujuan-tujuan mereka dalam melaksanakan aktivitas belajar dengan tujuan dan cita-cita jangka panjangnya. Jadi siswa menetapkan tujuan-tujuan belajarnya sesuai dengan apa yang diinginkan dengan kemungkinan-kemungkinan yang telah ia perkirakan.

2) Perencanaan

Siswa yang mampu mengatur dirinya akan terlebih dahulu menentukan baiknya memanfaatkan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk tugas-tugas belajarnya. Maksudnya siswa memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan kesuksesan belajarnya dengan baik.

3) Motivasi Diri

Siswa yang memiliki pengaturan diri akan memiliki juga motivasi dalam dirinya untuk menyelesaikan dan mencapai kesuksesan terutama dalam belajar. Dengan kata lain siswa siswa selalu meningkatkan pada dirinya untuk melakukan terbaik dan mempertahankan semangatnya dalam belajar.

4) Kontrol Atensi

Siswa yang mengatur dirinya akan memfokuskan perhatian terhadap pelajaran yang berlangsung dan menghindari hal yang dapat mengganggu perhatiannya. Berarti siswa mengontrol perhatian agar tidak terganggu dengan hal-hal yang dapat menganggunya dalam belajar.

5) Penggunaan Strategi belajar yang Fleksibel

Siswa yang mengatur dirinya sendiri akan memiliki strategi belajar yang efektif yang berbeda tergantung dengan tujuannya yang ingin mereka capai. Disimpulkan bahwa siswa menyesuaikan dengan

tujuan-tujuan yang telah ia tetapkan tersebut dengan strategi belajar yang lebih fektif dan tepat.

6) Memonitor Kemajuan

Siswa yang mengatur dirinya akan selalu terus memantau kemajuannya sendiri sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan serta berusaha memodifikasi strategi belajarnya dan tujuan bila diperlukan. Maksudnya siswa selalu melihat dan berupaya meneliti serta memperhatikan perkembangan dirinya dalam menyelesaikan tugas maupun membuat catatan apakah lebih baik dari sebelumnya atau tidak.

7) Mencari Bantuan yang Tepat

Siswa yang mengatur dirinya akan mengetahui sejauh mana kemampuannya dan memahami benar pada saat apa ia akan membutuhkan bantuan dari orang lain. Dengan kata lain siswa mengetahui disaaat kapan ia membutuhkan bantuan orang lain agar ke depannya lebih mandiri.

8) Evaluasi Diri

Siswa yang mengatur dirinya sendiri akan melihat apa yang mereka pelajari telah sesuai dengan tujuan awal, dan siswa idealnya akan melakukan evaluasi diri untuk menyesuaikan strategi belajar lainnya untuk kesempatan selanjutnya. Dengan kata lain siswa berusaha menilai apa yang perlu ia lakukan lagi, dan berusaha untuk mengurangi kekurangannya dalam belajarnya.

c. *Self Regulated Problem Solving*

Siswa dalam menjalankan kehidupannya sebagai siswa serta individu tidak terlepas dari masalah terutama dalam belajar. Siswa yang menghadapi suatu masalah akan berusaha menghadapinya dan mengarahkan usaha sendiri secara aktif untuk memecahkan masalah-masalah yang kompleks. Langkah-langkah untuk siswa dalam memecahkan masalahnya yaitu :

- 1) Perjelas masalahnya.
- 2) Identifikasi beberapa solusi yang memungkinkan.
- 3) Prediksi konsekuensi-konsekuensi yang mungkin dari setiap solusi.
- 4) Pilih solusi yang terbaik.
- 5) Identifikasi langkah-langkah yang dibutuhkan untuk menjalankan solusinya.
- 6) Evaluasi.

Maka dapat disimpulkan siswa dalam belajar juga tidak terlepas dari masalah belajar, untuk itu dalam diri siswa perlu adanya pengaturan diri dalam memecahkan masalah agar siswa dapat menjalankan aktivitas belajarnya tanpa halangan.

B. Belajar

1. Pengertian Belajar

Menurut Dalyono (2010:212) mengemukakan elemen belajar yang penting dalam mencirikan pengertian tentang belajar yaitu:

- a. Belajar merupakan suatu perubahan dalam tingkah laku dimana perubahan itu dapat mengarah kepada tingkah laku yang lebih baik, tetapi juga ada kemungkinan mengarah kepada tingkah laku yang lebih buruk.
- b. Belajar merupakan suatu perubahan yang terjadi melalui latihan atau pengamatan dalam arti perubahan-perubahan yang disebabkan oleh pertumbuhan dan kematangan tidak dianggap sebagai hasil belajar, seperti perubahan-perubahan yang terjadi pada diri seseorang.
- c. Untuk dapat disebut belajar, maka perubahan itu harus relatif mantap, harus merupakan akhir dari suatu periode yang cukup panjang.
- d. Tingkah laku yang mengalami perubahan karena belajar menyangkut berbagai aspek kepribadian, baik fisik maupun psikis seperti: perubahan dalam pengertian, pemecahan masalah atau berpikir, keterampilan, kecakapan, kebiasaan atau sikap.

Jadi belajar tersebut merupakan usaha untuk merubah perilaku melalui latihan dan pengamatan yang baik dalam proses yang panjang karena menyangkut kepribadian dan psikis yang berkaitan dengan perubahan dalam berpikir, pemecahan masalah, keterampilan diri, kecakapan, dan sikap ataupun kebiasaan.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Menurut Mustaqim dan Wahib (2010) ada 6 faktor-faktor yang mempengaruhi belajar yaitu kemampuan pembawaan, kondisi fisik orang yang belajar, kondisi psikis anak, kemauan belajar, sikap terbuka, guru, mata pelajaran, dan pengertian mengenai kemajuan mereka sendiri.

a. Kemampuan Pembawaan

Kemampuan pembawaan anak akan mempengaruhi belajar siswa dimana siswa yang memiliki kemampuan belajar yang lebih akan dengan mudah dan cepat belajar, dibandingkan anak yang memiliki kemampuan pembawaan yang kurang.

b. Kondisi Fisik Orang yang Belajar

Kondisi fisik bagi setiap siswa dalam belajarnya amatlah penting karena ini akan mempengaruhi prestasi belajarnya. Maka untuk itu faktor fisik pun harus diperhatikan agar mendapatkan hasil belajar yang baik.

c. Kondisi Psikis Anak

Kondisi psikis siswa yang disebabkan gangguan atau keadaan lingkungan, situasi rumah, keadaan keluarga, ekonomi dan pemusatan rumah, akan mempengaruhi belajar siswa.

d. Kemauan Belajar

Belajar akan lebih baik berasal dari siswa itu, di dalam diri siswa itu sendiri terdapat dorongan dalam dirinya apakah ingin maju atau mundur sesuai dengan tujuan yang telah ia tetapkan.

e. Sikap terhadap Guru, Mata Pelajaran, dan Pengertian mereka sendiri mengenai kemajuan mereka sendiri

Sikap guru akan mempengaruhi belajar siswa sebaliknya sikap murid terhadap gurunya akan mempengaruhi belajarnya, untuk itu hendaknya ada kerjasama dalam membuat proses belajar mengajar kondusif. Sikap guru tersebut terlihat dari sikap siswa dalam merespon mata pelajaran yang diajarkan kepada siswa karena itu akan mempengaruhi dalam belajar siswa. Selain itu siswa hendaklah memahami serta mengerti mengenai kemajuannya sendiri apakah naik atau menurun, untuk itu diperlukan kurva belajar yang berupa grafik setiap siswa sehingga itu akan membantu siswa dalam belajarnya.

f. Bimbingan

Siswa dalam belajarnya membutuhkan bimbingan yang tepat, agar dapat menghindari kesalahan serta memperbaiki kesalahan tersebut, sehingga siswa tidak mengalami kegagalan.

Selain itu menurut Djaali (2012) ada 3 faktor yang mempengaruhi belajar yaitu motivasi, sikap dan minat.

a. Motivasi

Motivasi dalam belajar adalah motivasi berprestasi untuk mengerjakan tugas dengan sebaik-baiknya sesuai standar keunggulan. Motivasi berprestasi memacu seseorang untuk berbuat dan mencapai keberhasilan serta kesuksesan sesuai standar penilaian yang ditetapkan.

b. Sikap

Sikap belajar terlihat dari siswa dalam bentuk perasaan senang atau tidak senang, setuju atau tidak setuju, suka atau tidak suka, dan ini sangat berpengaruh penting dengan hasil belajar.

c. Minat

Penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu diluar dirinya. Siswa yang memiliki minat akan berhubungan dengan gaya gerak sehingga mendorong siswa untuk menghadapi orang lain, benda, kegiatan, pengalaman yang dirangsang oleh kegiatan itu sendiri.

Selanjutnya keberhasilan siswa adalah dengan mengimplikasikan prinsip-prinsip belajar pada siswa menurut Dimyati dan Mudjiono (2006) ada 6 prinsip-prinsip belajar yaitu perhatian dan motivasi, keaktifan,

keterlibatan langsung atau berpengalaman, pengulangan, tantangan, pengamatan, balikan dan penguatan, perbedaan individual.

a. Perhatian dan motivasi

Siswa diharapkan dapat selalu melatih perhatian terhadap pesan yang datang, seperti rangsangan suara, warna, bentuk, gerak dan rangsangan lainnya, dengan mencermati berbagai hal dan membandingkan berbagai konsep. Motivasi berperan penting dalam kesuksesan belajar siswa dengan membangkitkan motivasi belajar secara berkelanjutan, dan menentukan tujuan belajar yang hendak dicapai, merespon pujian atau dorongan dari luar, menentukan target dalam penyelesaian tugas belajar.

b. Keaktifan

Siswa berusaha dengan keras untuk mendapatkan sumber informasi yang dibutuhkan, menganalisis hasil percobaan, ingin tahu hasil dari suatu reaksi kimia, membuat karya tulis, dan membuat klipng.

c. Keterlibatan Langsung atau Berpengalaman

Siswa berusaha terjun langsung dalam untuk membuat berbagai hal kreativitas, berdiskusi dan membaca. Dengan terlibat langsung dalam aktivitas tersebut dapat mengembangkan diri.

d. Pengulangan

Dengan kesadaran siswa untuk menyelesaikan latihan-latihan secara berulang-ulang. Cara ini akan efektif jika dilakukan secara rutin.

e. Tantangan

Siswa memiliki keingintahuan besar sehingga siswa ketika siswa memperoleh informasi maka ia akan memproses mengolah pesan.

f. Balikan dan Penguatan

Siswa akan merasa lebih berarti ketika setiap tindakan diberikan teguran atau pujian dari orang yang disekitarnya. Karena pujian atau teguran membuat seseorang anak diakui keberadaannya.

g. Perbedaan individual

Dengan kesadaran diri siswa yang berbeda maka siswa akan menentukan cara belajar dan sasaran belajar sendiri. Setiap anak memiliki keunikan sendiri terhadap dirinya serta pandangannya.

3. Tujuan Belajar

Sardiman (2012) menyatakan dalam belajar tersebut, ada 3 tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk mendapatkan pengetahuan, pemahaman konsep dan keterampilan, dan pembentukan sikap.

a. Untuk Mendapatkan Pengetahuan

Dengan belajar siswa akan mendapatkan pengetahuan serta melatih keterampilan berpikirnya karena pengetahuan dan kemampuan berpikir sangat erat, tanpa adanya bahan pengetahuan maka tidak berkembang kemampuan berpikir siswa maupun sebaliknya.

b. Pemahaman Konsep Dan Keterampilan

Dengan belajar maka keterampilan siswa dalam memahami konsep dapat meningkat baik dalam mengungkapkan perasaan melalui bahasa tulis atau lisan yang memerlukan banyak latihan.

c. Pembentukan Sikap

Dengan belajar maka siswa akan menanamkan nilai-nilai yang akan membuat tumbuh kesadaran diri serta kemauannya untuk mempraktikkan sikap yang telah dihayati.

Sedangkan menurut Soemanto (1998) perbedaan individual dalam jenis belajar tersebut ada beberapa hal, seperti tempo belajar, belajar mandiri, dan suka memperhatikan.

a. Tempo Belajar

Dalam tempo belajar siswa memiliki perbedaan seperti 1) lambat terhadap diasosikan dengan kehati-hatian, 2) cepat disesuaikan sebagai impulsif bisa disertai dengan kecerobohan/tingkat pemahaman yang tinggi.

b. Belajar Mandiri

Belajar mandiri setiap siswa dengan perbedaannya dapat dilihat seperti 1) sepenuhnya bekerja atau berusaha sendiri, 2) sedikit dibantu orang dewasa, 3) sedikit dibantu orang dewasa pada awal akan bekerja, dan 4) terus-menerus meminta pertolongan meskipun tidak langsung menyatakan permintaan dengan lisan.

c. Sifat Suka Memperhatikan

Setiap anak memiliki perhatian yang kapasitasnya berbeda-beda yaitu (1) mampu memperhatikan sesuatu dalam waktu jangka panjang, (2) hanya mampu memusatkan perhatian dalam jangka pendek, dan (3) mudah atau tidak mudah terganggu.

4. Kegiatan Belajar

a. Pengertian Kegiatan Belajar

Pembentukan siswa sebagai generasi muda yang cakap dan kreatif. Dalam membentuk hal tersebut maka siswa dalam kehidupannya akan melakukan kegiatan belajar. Kegiatan-kegiatan belajar tersebut memberikan perhatian untuk mengaktifkan kemampuan berpikir, memecahkan masalah, melejitkan bakat-bakat, mengembangkan kreativitas, minat, kemauan, dan kemandirian siswa (Das dan Elfi, 2004).

b. Tindakan-Tindakan Kegiatan Belajar

Tindakan-tindakan belajar efektif yang dapat dilakukan siswa agar dapat menyelesaikan tugas-tugasnya, menurut Das dan Elfi (2004) ada 11 yaitu mendengar, melihat, meraba atau merasakan, mengamati, mencatat, menghafal, membaca, menulis, mengingat, berpikir dan melakukan.

1) Mendengar

Mendengar berbagai hal untuk mendapatkan informasi baik itu pendapat teman dalam diskusi agar dapat menanggapinya ataupun

mendengarkan penjelasan dari guru saat proses belajar berlangsung secara aktif untuk menangkap dan memahami maksud dari keterangan tersebut.

2) Melihat

Dengan memanfaatkan indera penglihatan yang disertai keinginan untuk memahami, mengetahui, merasakan. Agar pengetahuan tersebut secara visual terlihat sangat jelas sehingga dapat diketahui dengan baik.

3) Meraba atau Merasakan

Dalam memahami suatu objek dengan menyentuh, meraba, dan memegangnya akan dapat mengetahui tekstur serta rasanya. Karena dalam belajar kita diharapkan benar-benar mengenali secara baik objek yang menjadi perhatian kita.

4) Mengamati

Dengan mengamati otomatis maka akan menggunakan mata serta telinga secara bersamaan untuk akan membantu memikirkan proses, hubungan sebab-akibat, dengan objek yang diamati. Dengan demikian maka akan dapat memahami maksud sebuah grafik, hubungan berbagai benda serta makhluk hidup dan prosedur kerja serta siklus tertentu.

5) Mencatat

Proses mencatat dilandasi dengan kesadaran sesuai dengan kebutuhan yang materi yang dipelajari ini akan menghasilkan catatan

yang baik. Mencatat perlu disiasati dengan baik agar memenuhi sasaran yang tepat, dengan cara menjejaki informasi awal, mendengarkan secara aktif lalu membuat pertanyaan-pertanyaan kritis, memperhatikan kalimat atau gagasan yang sering diulang dan hal-hal yang ditulis dipapan tulis, menambahkan gambar atau kode, dan itu saja catatan bisa buat dalam bentuk outline yang formatnya tersusun secara berurutan kebawah disertai penomorannya.

6) Menghapal

Kemampuan menghapal dikembangkan untuk berperan memahami fakta-fakta dan membangkitkan pengetahuan baru dengan cara fakta-fakta baru dengan yang lama, berarti ini menghapal dan menalar. Cara menghapal yang berguna adalah dengan menguji diri sendiri secara aktif serta mengulang dengan kata-kata sendiri, mengadakan penggolongan dengan menggunakan irama, memperhatikan dari materi yang dihapal serta menghubungkan bahan pelajaran dihapal dengan bahan pelajaran lain yang berhubungan sebanyak mungkin.

7) Membaca

Membaca dengan menguraikan dan memahami isi serta materi tahap-tahap di dalam buku. Serta mempertanyakan, memberikan analisis dan kesimpulan dari bacaan tersebut. Menurut Slameto (2010:84) “kebiasaan membaca yang baik adalah dengan meninjau atau menyelidiki”.

8) Menulis

Menulis merupakan cara untuk menuangkan gagasan dengan merangkai kata menjadi kalimat serta kalimat menjadi paragraf. Dalam proses menulis akan melatih untuk membuat gagasan berusaha untuk menguasai masalah baik dan mendapatkan hal-hal yang baru dalam permasalahan tersebut.

9) Mengingat

Dalam kegiatan belajar daya ingat diperlukan dalam untuk membantu menjawab soal atau tugas yang diberikan. Dan teknik yang dapat mengingat dengan baik adalah kita membuat kesan atau tanda yang kuat dalam memori kita mengenai materi pelajaran itu, dengan cara dengan menciptakan hubungan-hubungan materi pelajaran dengan sesuatu yang dapat kita ingat dengan mudah.

10) Berpikir

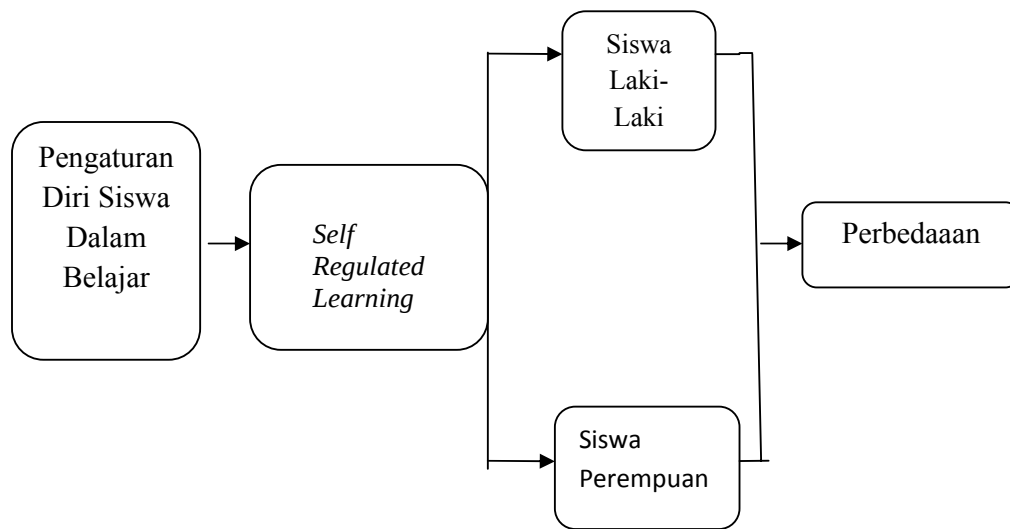
Ketika dalam menghadapi suatu masalah berpikir adalah cara untuk menyelesaikannya dengan membuat gagasan, mengolah gagasan, menimbang-nimbang, menghubungkan, dan menemukan hal baru.

11) Melakukan

Melakukan dalam rangka belajar melibatkan diri secara aktif sehingga menimbulkan kesan kuat dan perubahan besar dalam diri. Dalam kegiatan belajar terdapat beberapa kebiasaan belajar yang dilakukan siswa.

C. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual yang mendasari penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

Berdasarkan keterangan dari kerangka konseptual di atas adalah bahwa Pengaturan diri memiliki beberapa aspek, yaitu penetapan tujuan, perencanaan, motivasi diri, kontrol atensi, penggunaan strategi belajar yang fleksibel, monitor diri, mencari bantuan yang tepat dan evaluasi diri. Beberapa aspek pengaturan diri tersebut dibedakan antara siswa laki-laki dengan siswa hasil perempuan. Dengan pengaturan diri yang berbeda tersebut maka siswa memiliki keunikan tersendiri.

D. Hipotesis

. Berdasarkan penelitian perbedaan pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar, maka diperoleh hipotesis penelitian:

H1: Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaturan diri siswa laki-laki dengan perempuan dalam belajar.

Ho: Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaturan diri siswa laki-laki dengan perempuan dalam belajar.

BAB V

PENUTUP

Pada Bab V dikemukakan simpulan dari hasil penelitian. Di samping itu juga akan dijelaskan beberapa saran penting terkait dengan hasil penelitian.

A. Simpulan

Simpulan hasil penelitian tentang pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar di SMP N 34 Padang adalah sebagai berikut:

1. Pengaturan diri siswa laki-laki dalam belajar secara keseluruhan cukup baik.
2. Pengaturan diri siswa perempuan dalam belajar secara keseluruhan cukup baik.
3. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan pada Bab IV, maka dapat dikemukakan saran berikut

1. Diharapkan siswa untuk meningkatkan pengaturan diri dalam belajarnya karena masih diduga pengaturan diri siswa laki-laki dan siswa perempuan dalam belajar masih berada pada kriteria cukup baik, dengan cara siswa menetapkan tujuan, merencanakan belajarnya, memotivasi diri, mengontrol atensi, menggunakan strategi belajar yang fleksibel, memonitor kemajuan, mencari bantuan yang tepat, dan mengevaluasi diri dalam belajar dengan baik dan sistematis.

2. Guru BK berperan dalam meningkatkan pengaturan diri dalam belajar siswanya, karena diduga pengaturan diri siswa cukup baik, dengan memberikan layanan-layanan yang tepat bagi siswanya, agar pengaturan diri siswa dalam belajar dapat terbentuk dengan baik.
3. Kepada peneliti selanjutnya agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai dasar untuk meneliti aspek lain mengenai pengaturan diri siswa dalam belajar seperti hubungan pengaturan dirinya dengan hasil belajar.

KEPUSTAKAAN

- Arikunto, S.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2008). *Rahasia Sukses Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Danim, S. (2011). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Alfabeta.
- Das & Elfi. (2004). *Belajar Untuk Belajar*. Bukittinggi: Usaha Ikhlas.
- Depdiknas. (2003). Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Dimiyati, M. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Liang, The Gie. (1995). *Cara Belajar Yang Efisien Edisi Keempat (Diperbaharui)*. Yogyakarta: Liberty.
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Erlangga.
- Prayitno, E. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Pratama, Mario. (2012). *Hubungan Antara Kebutuhan Otonomi dengan Regulasi Diri dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Tidak Diterbitkan*. Padang: Jurusan BK FIP universitas Negeri Padang.
- Riduwan. (2010). *Belajar Mudah Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Rumani & Sundari. (2004). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Santrock, J W. (2003). *Andolences*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- _____. (2007). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- _____. (2007). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- _____. (2010). *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta : Kencana Prenada Group.
- _____. (2011). *Psikologi Pendidikan Edisi Tiga*. Jakarta Salemba Humanika.
- Sudijono, A. (2011). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafinndo Persada.

- _____. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafinndo Persada.
- Sudjana, N. (2002). *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Agresindo
- Soemanto, W. (1998). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Slavin, R. E. (2011). *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik Teori dan Praktik Edisi Kesembilan Jilid 2*. Jakarta: PT Indeks Jakarta.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syah, M. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tim Penyusun. (2004). *Bahan Ajar Belajar dan Pembelajaran*. Padang: UNP.
- Winataputra, U. (2008). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.