

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan generasi muda penerus cita-cita bangsa dan negara, yang memerlukan perhatian agar dapat bertumbuh dan berkembang secara optimal agar dapat menjadi sumber daya yang tangguh di masa depan. Salah satu upaya yang perlu diperhatikan adalah mengoptimalkan pendidikan remaja. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik (siswa) secara aktif mengembangkan potensi dirinya dan keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Dalam mengembangkan potensi diri dan ketrampilannya menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas dan berkompeten nantinya di dunia kerja, remaja perlu menyiapkan dirinya dengan baik. Hal ini dapat dilakukan dengan cara melengkapi diri dengan berbagai pengetahuan dan wawasan, berbagai keterampilan dan kemampuan yang mendukung melalui pelajaran yang diperoleh di sekolah (Kartika, 2006).

Sekolah merupakan salah satu sarana siswa untuk belajar dan berprestasi secara optimal sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Salah satu sekolah swasta yang terdapat di Kota Bandung adalah SMAK “Y”. Siswa yang terdaftar

pada tahun ajaran 2011/2012 berjumlah 171 orang siswa. Siswa kelas X terdiri dari kelas X-1 berjumlah 27 orang dan kelas X-2 berjumlah 25 orang. Siswa kelas XI terdiri dari kelas XI IPA berjumlah 30 orang, kelas XI-IPS berjumlah 31 orang, dan kelas XII IPA berjumlah 18 orang. Siswa kelas XII terdiri dari kelas XII IPS-1 berjumlah 20 orang dan kelas XII IPS-2 berjumlah 20 orang.

Saat pertama kali memasuki jenjang pendidikan SMA merupakan masa yang cukup sulit bagi siswa kelas X, dimana siswa mengalami masa transisi antara kegiatan belajar mengajar di SMP dan SMA. Siswa kelas X yang dulunya terbiasa dengan kegiatan belajar mengajar yang lebih banyak dibimbing oleh guru saat di SMP, harus mulai mandiri dalam mengatur kegiatan belajar yang dilakukannya saat di SMA. Selain itu di SMA, tugas akademik yang diberikan cenderung lebih sukar dikerjakan dan jumlah mata pelajarannya lebih banyak yang dipelajari daripada saat di SMP misalnya mata pelajaran Fisika, Biologi, Kimia, Sejarah, Geografi, Ekonomi, dan Sosiologi. Penyesuaian mulai terjadi di kelas X ini baik penyesuaian diri dengan pergaulan teman baru maupun waktu belajar yang berlangsung cukup lama.

Siswa kelas X juga mulai diarahkan untuk menyiapkan masa depannya melalui pilihan jurusan yang tersedia, contohnya apabila siswa ingin menjadi seorang dokter, siswa mulai diarahkan untuk mengambil jurusan IPA, sedangkan bila siswa ingin menjadi seorang akuntan, siswa diarahkan untuk mengambil jurusan IPS. Untuk itu siswa diharapkan dapat menentukan tujuan (target) belajar yang ingin dicapainya dan mengatur dirinya dalam belajar. Jurusan yang dipilih

siswa nantinya akan menentukan pilihan program studi yang akan ditempuh oleh siswa di Perguruan Tinggi.

Dalam jurusan yang akan ditempuh tersebut memiliki tuntutan akademik yang berbeda. Di jurusan IPA, siswa lebih dituntut untuk menggunakan pemahaman dan logika dalam bidang eksak atau hitungan. Siswa kelas X perlu memahami rumus-rumus dan simbol matematika saat mengerjakan soal-soal hitungan yang kompleks dan hal ini dapat dilakukan melalui latihan mengerjakan soal-soal hitungan secara rutin. Di jurusan IPS, siswa dituntut untuk lebih banyak membaca dan memahami materi pelajaran dalam bidang sosial seperti pelajaran ekonomi dan sosiologi. Siswa berhadapan berbagai macam teori-teori ekonomi dan sosiologi yang dapat dipelajari dengan cara menghafalkannya. Setiap jurusan memiliki kesulitannya masing-masing sehingga dibutuhkan kemampuan untuk mengatur kegiatan belajarnya sehingga dapat menguasai pengetahuan yang diberikan oleh guru di sekolah.

Kriteria kenaikan kelas dari kelas X ke kelas XI adalah kehadiran minimal 90%, dapat mempelajari seluruh mata pelajaran di kelas X pada tahun pelajaran 2011–2012, target nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) tercapai, hanya terdapat tiga mata pelajaran yang nilainya kurang dari nilai KKM, dan nilai pengamatan akhlak mulia dan kepribadian minimal cukup baik. Pengamatan akhlak mulia siswa yang dimaksud adalah pengamatan terhadap sikap siswa yang dinilai dari aspek kedisiplinan, kebersihan, tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan, sopan santun, hubungan sosial dengan teman sebaya, kejujuran, dan pelaksanaan ibadah ritual, sedangkan nilai kepribadian dinilai dari aspek

kepercayaan diri, tanggung jawab, saling menghargai, sopan santun, dan kompetitif yang ditunjukkan siswa selama proses belajar mengajar. Selain memenuhi kriteria kenaikan kelas dari kelas X ke kelas XI, siswa kelas X juga perlu memenuhi kriteria untuk dapat masuk jurusan IPA atau IPS. Untuk pilihan jurusan IPA di kelas XI kriterianya ialah nilai KKM siswa kelas X untuk mata pelajaran Matematika, Fisika, Kimia dan Biologi adalah 6,33 dan hanya ada satu mata pelajaran jurusan yang tidak memenuhi nilai KKM. Sedangkan untuk pilihan jurusan IPS di kelas XI, kriteria yang ditentukan ialah nilai KKM siswa kelas X untuk mata pelajaran Matematika, Ekonomi, Sosiologi, dan Geografi adalah 6,40 dan hanya ada satu mata pelajaran jurusan yang tidak memenuhi nilai KKM (Surat Keputusan Kepala Sekolah SMAK “Y” Bandung, 2011). Untuk dapat memenuhi kriteria kenaikan kelas dari kelas X ke kelas XI dan kriteria masuk jurusan yang diinginkan, siswa perlu merencanakan dan mengatur cara belajarnya serta menyiapkan diri sejak awal agar dapat mencapai target yang sesuai dengan harapannya.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan kepada 25 orang siswa kelas X-2 SMAK “Y” mengenai pilihan jurusan yang diinginkannya, diperoleh hasil sebagai berikut: 12 dari 25 orang siswa (48%) memilih jurusan IPA, 8 dari 25 orang siswa (32%) memilih jurusan IPS, dan sisanya 5 dari 25 orang siswa (20%) masih belum menentukan pilihan. Pilihan jurusan yang diinginkan siswa dapat menjadi salah satu tujuan yang ingin dicapai oleh siswa kelas X. Adapun alasan siswa memilih untuk masuk jurusan IPA ataupun IPS antara lain sebanyak 7 dari 12 orang siswa (58,33%) memilih jurusan IPA karena mereka ingin menyiapkan diri kuliah sesuai

dengan jurusan IPA, 4 dari 12 orang siswa (33,33%) lebih menyukai pelajaran hitungan daripada hafalan, dan 1 dari 12 orang siswa (8,33%) mengikuti saran dari hasil psikotes yang diikutinya. Sedangkan siswa yang memilih jurusan IPS, 4 dari 8 orang siswa (50%) karena tidak menyukai dan merasa kesulitan dengan pelajaran yang banyak hitungan, 2 dari 8 orang siswa (25%) lebih menyukai pelajaran hafalan, dan 2 dari 8 orang siswa (25%) merasa kemampuan dirinya lebih dominan pada ilmu pengetahuan sosial. Adapun siswa yang belum menentukan pilihan jurusannya saat ini memiliki alasan yaitu 3 dari 5 orang siswa (60%) karena merasa bingung harus memilih jurusan apa, 1 dari 5 orang siswa (20%) ingin melihat dahulu nilai-nilai yang diperoleh di ujian berikutnya, dan sisanya 1 dari 5 orang siswa (20%) belum memikirkan pilihannya.

Seorang guru yang mengajar mata pelajaran Sosiologi di SMAK "Y" menyatakan bahwa nilai siswa kelas X pada Ujian Tengah Semester di semester pertama ini banyak yang berada di bawah nilai KKM mata pelajaran yang diajarkannya yaitu 6,2 sehingga mereka harus melakukan ujian remedial. Di kelas X-2 ini terdapat 17 dari 25 orang siswa (68%) yang harus melakukan ujian remedial Sosiologi. Kurangnya motivasi siswa dalam belajar memengaruhi nilai ujian yang diperoleh siswa. Selain itu mereka tidak menyiapkan diri untuk ujian meskipun sudah diingatkan berulang kali di dalam kelas, padahal semua siswa sejak awal semester sudah mengetahui kalender pendidikan SMAK "Y" untuk semester ganjil. Dengan mengetahui kalender pendidikan sekolah, diharapkan siswa kelas X dapat merencanakan dengan baik waktu belajar dan menyiapkan diri mereka.

Belajar merupakan kewajiban setiap siswa yang dapat dilakukan baik di sekolah maupun di rumah sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Pada siswa kelas X-2, terdapat 3 dari 25 orang yang menyediakan waktu untuk belajar setiap hari di rumah selama lebih dari 2 jam (12%), 4 orang siswa (16%) meluangkan waktu untuk belajar selama 1-2 jam, 6 orang siswa (24%) meluangkan waktu untuk belajar hanya satu jam saja, 3 orang siswa (24%) belajar selama 30 menit, dan 3 orang siswa (12%) belajar kurang dari 30 menit. Sebanyak 5 dari 25 orang siswa (20%) belajar tergantung suasana hati (*mood*) yang dirasakannya atau belajar saat mereka ingin belajar, dan sisanya seorang siswa (4%) tidak meluangkan waktunya untuk belajar. Kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa selama waktu belajar adalah membaca kembali materi pelajaran yang diberikan guru di sekolah, mengerjakan tugas, dan merangkum catatan sehingga mudah untuk dibaca kemudian hari.

Kegiatan siswa dalam merencanakan tujuan yang ingin dicapai di masa mendatang, membagi waktu untuk belajar, dan menyiapkan serta mengatur diri dalam kegiatan belajarnya disebut *self-regulation*. *Self-regulation* dalam bidang akademik adalah kemampuan merencanakan pemikiran, perasaan, dan tindakan yang ditujukan untuk mencapai tujuan yang spesifik di dalam bidang pendidikan yang diterapkan melalui kegiatan merencanakan, memutuskan, dan mengevaluasi tindakan dalam hal akademik. Hal ini meliputi meningkatkan nilai, menganalisis tugas, menyiapkan diri untuk menghadapi ujian (B.J. Zimmerman, Sebastian Bonner, & Robert Kovach. 1996). *Self-regulation* mengacu pada tiga fase yaitu fase *forethought*, fase *performance or volitional control*, dan fase *self-reflection*

(Boekaerts, 2000). Dengan adanya kemampuan *self-regulation*, siswa diharapkan dapat mencapai tujuan yang diinginkannya dan mengoptimalkan kemampuan yang dimilikinya.

Pada fase pertama yaitu fase *forethought*, siswa kelas X menetapkan target yang ingin dicapainya dalam belajar. Hasil survei awal yang dilakukan pada 25 orang siswa kelas X-2 SMAK “Y” di kota Bandung pada fase *forethought* (fase perencanaan) diperoleh data sebagai berikut: 24 dari 25 orang siswa (96%) memiliki target yang ingin mereka capai dalam belajar. Target yang dimiliki oleh 10 dari 24 orang siswa (41,67%) adalah menjadi juara umum di sekolah, 7 dari 24 orang siswa (29,17%) menjadi juara kelas, dan 7 dari 24 orang siswa (29,17%) ingin mendapatkan nilai ujian di atas KKM. Sedangkan 1 dari 25 orang siswa (4%) tidak memiliki target yang ingin dicapainya karena tidak ingin memaksakan dirinya dalam belajar.

Untuk mencapai target dibutuhkan suatu strategi atau cara belajar yang tepat. Cara belajar yang mereka akan lakukan untuk mencapai target yang dibuat ialah 1 dari 25 orang siswa (4%) merencanakan akan belajar sesuai dengan jadwal yang dibuatnya setiap hari, sedangkan 24 dari 25 orang siswa (96%) membuat rencana belajar lainnya. Dalam membuat rencana belajar antara lain 5 dari 24 orang siswa (20,83%) hanya mengerjakan tugas jika diberikan guru, 8 dari 24 orang siswa (33,33%) bertanya kepada guru jika ada materi pelajaran yang sulit dimengerti, 4 dari 24 orang siswa (16,67%) mengikuti pelajaran tambahan di luar jam sekolah, 2 dari 24 orang siswa (8,33%) bertanya kepada teman yang lebih memahami pelajaran dan mengerjakan soal latihan, sisanya masing-masing 1 dari

24 orang siswa (4,17%) menyetik ulang bahan yang akan diujikan, belajar sebelum ujian, belajar dengan membaca buku, kadang-kadang belajar kalau sedang mau, dan yang terakhir ialah tidak belajar.

Hasil yang diharapkan oleh 25 orang siswa tersebut dengan cara belajar yang telah direncanakannya adalah 11 orang siswa (44%) mengharapkan nilai 100 pada ujian yang dikerjakannya, 9 orang siswa (36%) mengharapkan nilai 90, 2 orang siswa (8%) mengharapkan nilai 80, 2 orang siswa (8%) mengharapkan nilai 70, dan seorang lagi (4%) mengharapkan nilai-nilai ujiannya berada di atas KKM. Selain itu dari 25 orang siswa ini terdapat 21 orang (84%) yang merasa yakin bahwa mereka mampu mencapai target yang dibuatnya dengan cara belajarnya, sedangkan 4 orang (16%) merasa kurang yakin bahwa mereka mampu mencapai target yang dibuatnya. Dari hasil survei tersebut dapat terlihat bahwa 21 dari 25 orang siswa (84%) mampu melakukan fase *forethought* yaitu dengan membuat target yang ingin dicapainya dan merencanakan kegiatan belajarnya, serta meyakini kemampuannya dalam mencapai target dalam belajar.

Pada fase kedua yaitu fase *performance* (fase pelaksanaan), siswa kelas X melaksanakan setiap perencanaan yang telah dibuat sebelumnya dan mengarahkan dirinya dalam belajar. Sebanyak 4 dari 25 orang siswa (16%) menjalankan jadwal belajarnya sesuai dengan yang mereka rencanakan dan menolak ajakan temannya untuk bermain. Sedangkan 8 dari 25 orang siswa (32%) akan mengajak temannya belajar sambil bermain, 5 dari 25 orang siswa (20%) berusaha belajar secepat mungkin agar bisa bermain bersama temannya, 4 dari 25 orang siswa (16%) ikut temannya bermain dan menunda kegiatan belajar, 3 dari 25 orang siswa (12%)

mendahulukan kegiatan bermain baru belajar, dan seorang lagi (4%) lebih mengikuti suasana hatinya (*mood*) saat itu yaitu jika ingin belajar ia akan belajar dan jika sedang ingin bermain ia akan bermain.

Dengan membayangkan keberhasilan dari target yang dibuatnya, membantu siswa kelas X dalam melaksanakan rencana yang telah dibuat sebelumnya. Dari 25 orang siswa tersebut terdapat 21 orang siswa (84%) yang merasa mampu membayangkan keberhasilan target belajar yang akan dicapainya, sedangkan 4 orang (16%) merasa kurang mampu membayangkan keberhasilan target belajar yang akan dicapainya. Ketika menghadapi kesulitan dalam mengerjakan soal ulangan, 15 dari 25 orang siswa (56%) memilih untuk mengerjakan sendiri soal ulangannya sesuai kemampuan, 7 dari 25 orang siswa (28%) mencontek jawaban temannya, dan 3 dari 25 orang siswa (12%) melihat contekan yang dibuatnya sendiri. Saat mendapatkan nilai ujian yang rendah, 14 dari 25 orang siswa (56%) bertanya kepada guru letak kesalahan jawaban yang dikerjakannya agar dapat membaikinya di ujian remedial, 3 dari 25 orang siswa (12%) mencoba menambah jam belajarnya, 6 dari 25 orang siswa (24%) belajar dengan mencicilnya, 1 dari 25 orang siswa (4%) bertanya kepada teman cara mengerjakan soal yang benar, sedangkan seorang lagi (4%) menerima begitu saja hasil yang diperolehnya karena merasa sudah berusaha mengerjakannya. Dari hasil survei tersebut terlihat bahwa hanya 3 dari 25 orang siswa (12%) yang mampu melakukan fase *performance* dengan mengarahkan diri pada kegiatan belajar pada saat mereka menjadwalkannya, membayangkan keberhasilan target

yang akan dicapainya, mengorganisasikan kegiatan belajar saat menghadapi ulangan, dan menanggulangi nilai ujian yang rendah yang diperolehnya.

Fase berikutnya dari *self-regulation* yaitu fase *self-reflection*, meliputi kemampuan siswa kelas X untuk melakukan evaluasi terhadap prestasi yang diperolehnya dan membandingkan pelaksanaan kegiatan belajar sekarang dengan kegiatan belajar yang sebelumnya. Berdasarkan survei awal terdapat 12 dari 25 orang siswa (48%) yang menyadari bahwa mereka mendapat nilai yang rendah saat ujian disebabkan kegiatan belajarnya yang kurang optimal, 3 dari 25 orang siswa (12%) mengatakan bahwa mereka sering lupa materi yang telah dipelajarinya saat ujian, sedangkan 9 dari 25 orang siswa (36%) menyadari bahwa mereka tidak belajar sehingga tidak bisa menjawab soal ujian, dan seorang lagi (4%) menyatakan bahwa ia sedang mengalami masalah lain yang mengganggu pikirannya saat mengerjakan ujian. Dengan cara belajar yang dilakukannya selama ini, 16 dari 25 orang siswa (64%) merasa puas terhadap apa yang telah mereka capai, sedangkan 9 dari 25 orang siswa (36%) merasa kurang puas terhadap apa yang telah mereka capai. Pengalaman keberhasilan mencapai target yang dialami oleh 12 dari 25 orang siswa (48%) membuat mereka termotivasi untuk membuat target dan cara belajar yang baru, 12 dari 25 orang siswa (48%) memilih untuk tetap belajar dengan cara yang sama dilakukannya selama ini, dan sisanya seorang siswa (4%) memilih tidak melakukan apa pun. Selain itu, 20 dari 25 orang siswa (80%) termotivasi untuk membuat target dan cara belajar yang baru di saat mereka mengalami kegagalan mencapai targetnya, 2 dari 25 orang siswa (8%) tetap belajar dengan cara dilakukan selama ini,

sedangkan sisanya 3 orang siswa (12%) tidak memikirkan target lagi dan belajar dengan apa adanya. Dari hasil survei tersebut terlihat bahwa 13 dari 25 orang siswa tersebut (52%) dapat melakukan fase *self-reflection* dengan melakukan evaluasi terhadap cara belajar yang telah dilakukan dan puas dengan cara belajar yang dilakukan, serta termotivasi membuat target yang selanjutnya.

Adapun kesulitan-kesulitan yang dirasakan siswa dalam melakukan kegiatan belajarnya saat ini adalah dari 25 orang siswa, sebanyak 13 orang siswa (52%) mengalami kebosanan terhadap pelajaran yang dipelajarinya, 8 orang siswa (32%) kesulitan dalam mengatur waktu untuk belajar, 2 orang siswa (8%) mendapatkan nilai ujian di bawah KKM, seorang siswa (4%) merasakan persaingan mendapatkan juara di kelas dan sisanya seorang siswa (4%) kesulitan belajar karena tidak mengulang pelajaran di rumah. Dengan adanya kesulitan yang dirasakan oleh siswa dalam belajar, siswa diharapkan dapat menanggulangi kesulitan tersebut dengan mengatur kegiatan belajarnya agar dapat menghindari kebosanan saat belajar, menentukan waktu belajar yang rutin, dan mengulang pelajaran yang telah dipelajari di sekolah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung menunjukkan kemampuan *self-regulation* yang beragam. Apabila dibandingkan antara ketiga fase dalam *self-regulation*, siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung mengalami kesulitan dalam mengarahkan diri untuk fokus mencapai target yang diinginkan atau melakukan fase *performance*. Oleh karena itu peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai

kemampuan *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Melalui penelitian ini peneliti ingin mengetahui derajat kemampuan *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X di SMAK “Y” di Kota Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai kemampuan *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran derajat kemampuan *self-regulation* fase *performance* dan faktor-faktor yang memengaruhi *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi bidang Psikologi Pendidikan mengenai *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung.
- Untuk memberikan informasi sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti lainnya yang tertarik untuk melakukan penelitian mengenai *self-regulation* fase *forethought* ataupun fase *self-reflection* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Penelitian ini memberikan informasi mengenai *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung sebagai bahan pengembangan diri agar dapat melakukan *self-regulation* fase *performance* yang sesuai dengan target belajar.
- Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi wali kelas X mengenai *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung agar dapat membimbing dan membantu para siswa kelas X membuat strategi belajar dan memotivasi siswa kelas X untuk mencapai target.
- Memberikan informasi kepada Kepala Sekolah dan guru Bimbingan Konseling mengenai *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung sebagai bahan

pertimbangan untuk membimbing siswa kelas X dalam membuat tujuan dan strategi belajar yang tepat.

1.5. Kerangka Pemikiran

Remaja adalah tahap perkembangan transisi dari anak menuju dewasa yang mengalami perubahan biologis, kognitif maupun sosial-emosional (Santrock, 2003: 26). Remaja dalam penelitian ini adalah siswa kelas X. Menurut Piaget (Santrock, 2003: 50) perkembangan kognitifnya berada pada tahap operasional formal. Siswa kelas X mampu berpikir abstrak dan logis, mulai mengembangkan citra tentang hal-hal yang ideal, memecahkan masalah secara sistematis, mengembangkan hipotesis tentang mengapa sesuatu terjadi, dan menguji hipotesis secara deduktif. Selain itu, siswa kelas X mulai mengambil tanggung jawab atas dirinya sendiri dan mengambil keputusan secara mandiri (Santrock, 2003: 26). Salah satu tanggung jawab yang dapat diambil oleh siswa kelas X adalah memilih untuk masuk jurusan IPA atau IPS di kelas XI. Pada saat siswa kelas X memutuskan pilihan jurusannya dan menjadikannya sebagai salah satu tujuan yang ingin dicapai, ia harus membuat rencana, menyiapkan diri, mengatur waktunya dalam belajar, dan melaksanakan perencanaan tersebut.

Dalam mencapai tujuan yang diharapkannya, siswa kelas X membutuhkan kemampuan untuk mengatur dirinya atau yang disebut *self-regulation*. *Self-regulation* dalam bidang akademik adalah kemampuan merencanakan pikiran, perasaan, dan tindakan yang ditujukan untuk mencapai tujuan yang spesifik di dalam bidang pendidikan (B.J. Zimmerman, Sebastian Bonner, & Robert Kovach,

1996). *Self-regulation* juga merupakan sebuah siklus, umpan balik dari *performance* yang telah dicapai dapat digunakan untuk penyesuaian tujuan yang baru. *Self-regulation* terdiri dari fase *forethought* (fase perencanaan), *performance or volitional control* (fase pelaksanaan), dan *self-reflection* (Boekaerts, 2000). Dalam melakukan *self-regulation*, peran kognitif yang matang membantu siswa kelas X dalam menentukan target yang sesuai dengan kemampuan dirinya, membuat strategi belajar yang tepat sasaran, mengontrol dan mengarahkan diri untuk mencapai tujuan yang diinginkannya.

Self-regulation dimulai dengan melakukan fase pertama yaitu fase *forethought* (fase perencanaan), siswa kelas X merencanakan target (tujuan) dan langkah-langkah untuk mencapai target tersebut (Zimmerman, 1998, dalam Boekaerts, 2000). Fase ini berkaitan dengan proses-proses yang mendahului usaha untuk bertindak yaitu *task analysis* dan *self-motivation beliefs*. Pada *task analysis*, siswa kelas X menganalisa tugas yang harus diselesaikan dengan mengatur strategi yang akan dilakukan. *Task analysis* meliputi dua hal yaitu *goal setting* dan *strategic planning*. *Goal setting* merujuk pada penetapan tujuan yang spesifik atas *performance* yang ingin dicapai (Locke & Latha, 1990, dalam Boekaerts, 2000), misalnya menetapkan target mendapatkan nilai ujian di atas KKM. Dalam mencapai target yang diinginkan, siswa kelas X membutuhkan *strategic planning* yaitu memilih strategi secara tepat dapat meningkatkan *performance* (Pressley & Woloshyn, 1995, dalam Boekaerts, 2000). Misalnya siswa kelas X merencanakan akan belajar sesuai dengan jadwal belajar yang dibuatnya setiap hari. Pada *self-motivation belief*, siswa kelas X meyakini dan memotivasi diri untuk menetapkan

tujuan dan menjalankan *strategic planning* dengan baik. *Self-motivation beliefs* meliputi *self-efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest/value*, dan *goal orientation*. Siswa kelas X yang memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) yang kuat terhadap kemampuan dirinya, menyakini bahwa dirinya mampu mencapai target yang dibuatnya.

Setelah melakukan fase *forethought*, siswa kelas X menjalankan fase kedua yaitu fase *performance or volitional control*. Dalam fase ini, siswa kelas X melakukan tindakan-tindakan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkannya pada fase pertama. Fase *performance or volitional control* terbagi atas dua bagian yaitu *self-control* dan *self-observational*. *Self-control* membantu siswa kelas X untuk fokus pada tugas dan mengoptimalkan usahanya untuk mencapai tujuan. *Self-control* ini meliputi *self-instruction*, *imagery*, *attention focusing*, dan *task strategies*. *Self-instruction* merupakan kemampuan diri siswa kelas X dalam mengarahkan diri untuk dapat melaksanakan strategi belajar yang telah ditetapkan sebelumnya, misalnya menjalankan jadwal belajarnya sesuai dengan rencananya dan mengulang pelajaran yang diajarkan di sekolah. *Imagery* adalah pembentukan gambaran mental. *Imagery* dilakukan baik dengan membayangkan proses belajar, nilai yang diperoleh, kesuksesan dan juga kegagalan dalam mencapai target yang ditetapkannya sehingga dapat meningkatkan motivasi diri siswa dalam belajar.

Bentuk ketiga dari *self-control* adalah *attention focusing*, yang dilakukan untuk meningkatkan konsentrasi siswa kelas X pada target dan mengabaikan hal lainnya dalam melaksanakan strategi belajar yang telah dibuatnya. Misalnya siswa kelas X mengabaikan gangguan seperti menolak ajakan teman untuk mengobrol

saat guru menerangkan pelajaran di kelas, mengurangi bermain *game online*, mengabaikan suara berisik dari lingkungan rumah saat ia telah mengarahkan diri untuk belajar dan mencari tempat yang tenang untuk belajar. Bentuk terakhir dari *self-control* adalah *task strategies*, siswa kelas X memilah hal yang penting dan mengorganisasikan kegiatan belajarnya sesuai dengan strategi yang telah direncanakannya. Misalnya saat siswa kelas X menghadapi kesulitan dan tidak dapat mengerjakan tugas, ia mengerjakan soal atau tugas yang mudah terlebih dahulu, mengetik materi pelajaran di komputer, dan mengulangi materi pelajaran yang disampaikan oleh guru di sekolah.

Bagian kedua dalam fase *performance or volitional control* adalah *self-observational*, siswa kelas X menelusuri aspek yang sangat spesifik yang dimilikinya dari *performance*-nya, kondisi sekelilingnya dan dampak dari *performance* yang mampu dilakukannya (Zimmerman dan Paulsen, 1995, dalam Boekaerts, 2000). Di dalam *self-observational* terdapat *self-recording* dan *self-experimentation*. *Self-recording* merujuk pada pengamatan terhadap *performance*-nya dalam pelaksanaan strategi belajar dan hal-hal yang dapat mendukung serta menghambat kegiatan belajarnya. Misalnya siswa kelas X menyadari bahwa ia tidak dapat mengerjakan ujian dengan baik karena hanya belajar sebentar atau baru belajar sebelum mulai ujian, dan kurang menguasai materi pelajaran yang diujikan. Melalui *self-recording*, siswa kelas X mengamati dan mencoba strategi belajar atau melakukan langkah-langkah baru yang lebih efektif untuk mencapai tujuannya, misalnya belajar menggunakan rangkuman catatan yang dibuat sendiri atau belajar kelompok (*self-experimentation*).

Selanjutnya fase ketiga dari *self-regulation* adalah *self-reflection*, yang akan memengaruhi respon siswa kelas X terhadap pengalamannya dan membuat perencanaan berikutnya. Fase ini terdiri dari *self-judgement* dan *self-reaction*. *Self-judgment* merupakan kemampuan siswa kelas X dalam mengevaluasi *performance*-nya dan menghubungkan penyebab yang signifikan dengan hasil yang dicapai. *Self-judgment* meliputi dua hal yaitu *self-evaluation* dan *causal attributions*. *Self-evaluation* merujuk pada tindakan untuk membandingkan hasil yang dicapai dengan strategi belajar yang ditetapkan sebelumnya. Hal ini dapat membantu siswa kelas X untuk mengevaluasi apakah tujuan yang diinginkannya sudah tercapai atau belum (*causal attributions*). Proses kedua dari *self-reflection* yaitu *self-reaction*, siswa kelas X bereaksi terhadap hasil belajar yang diperolehnya, meliputi *self-satisfaction* dan *adaptive/defensive inference*. Persepsi tentang kepuasan dan ketidakpuasan siswa kelas X berkaitan dengan hasil yang dicapainya merupakan *self-satisfaction*, yang nantinya mengarahkan kemampuan siswa kelas X untuk melakukan *adaptive/defensive inference*. *Adaptive inference* dapat mengarahkan siswa kelas X pada pembentukan *self-regulation* yang baru dan secara potensial lebih baik, seperti mengubah hierarki tujuannya atau memilih strategi yang lebih efektif (Zimmerman dan Martines-Pons, 1992, dalam Boekaerts, 2000). Sebaliknya *defensive inference* dapat memberikan perlindungan bagi siswa kelas X dari ketidakpuasan dan efek negatif terhadap kegiatan belajar di masa depan, serta menghambat penyesuaian siswa kelas X terhadap kesuksesan. Reaksi siswa kelas X yang melakukan *defensive inference* menunjukkan adanya penghindaran tugas dan penundaan.

Setelah fase *self-reflection* dilakukan, siswa kelas X kembali ke fase *forethought*. Berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilakukan oleh siswa kelas X terhadap cara belajarnya, selanjutnya siswa kelas X kembali ke fase perencanaan. Siswa memperbaiki kembali targetnya dengan meningkatkan, mempertahankan, atau menurunkan target yang dibuatnya. Selain itu, siswa kelas X memperbaiki strategi belajar dalam pencapaian target. Perbaikan yang dilakukannya pada fase *forethought* didasarkan pada hasil *self-reflection*. Ketiga fase *self-regulation* tersebut yaitu *forethought*, *performance or volitional control*, dan *self-reflection* akan berulang terus-menerus sehingga membentuk siklus dalam diri siswa kelas X dan membantu dirinya dalam mencapai prestasi akademik yang optimal.

Winne (1977, dalam Boekaerts, 2000) mengatakan bahwa setiap individu berusaha untuk meregulasi fungsi dirinya dengan berbagai cara untuk mencapai tujuan dalam hidup. Pada dasarnya siswa kelas X memiliki kemampuan untuk melakukan *self-regulation* fase *performance or volitional control* yang berbeda-beda. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dapat memengaruhi *self-regulation* fase *performance* yaitu pengalaman, motivasi, suasana hati (*mood*), dan ketidakmampuan belajar (*learning disabilities*). Faktor eksternal antara lain lingkungan sosial seperti peran orang tua, guru, dan teman sebaya, dan lingkungan fisik seperti situasi belajar di rumah dan di sekolah serta fasilitas belajar (Boekaerts, 2000).

Pengalaman yang dialami oleh siswa kelas X dapat berupa pengalaman akan keberhasilan maupun pengalaman kegagalan yang dapat memengaruhi kemampuan *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik. Misalnya

pengalaman siswa yang pernah meraih prestasi akademik maupun non-akademik akan mendorong siswa untuk terus menunjukkan *performance* yang lebih baik. Motivasi dalam diri siswa kelas X saat belajar dapat memengaruhi *self-regulation*-nya. Saat siswa menunjukkan minat dan usaha yang kuat dalam belajar akan mendorongnya untuk melakukan *performance* belajar yang lebih baik dari sebelumnya. Selain itu, siswa yang mudah terpengaruh suasana hati (*mood*) juga dapat memengaruhi *self-regulation* fase *performance*-nya. Siswa yang mudah terpengaruh perasaannya akan mudah terganggu saat ia ingin memusatkan perhatian saat belajar. Ketidakmampuan siswa dalam belajar juga dapat memengaruhi *self-regulation* fase *performance*-nya. Individu mampu mempelajari keahlian baru ataupun strategi yang efektif hanya dengan melihat *performance* dan mendengarkan penjelasan dari model (misalnya orang dewasa atau saudara kandung) dan menganggapnya seolah-olah dilakukan oleh dirinya sendiri (Schunk & Zimmerman, 1997; Zimmerman & Bonner, *in press*; dalam Boekaerts, 2000).

Lingkungan terkecil yang paling berperan bagi kehidupan siswa kelas X adalah keluarga. Dalam keluarga, orang tua memegang peranan penting di dalam pembentukan dan perkembangan *self-regulation* fase *performance or volitional control* siswa kelas X. Individu yang sukses dalam proses belajarnya dan memperoleh hasil belajar yang baik biasanya berasal dari keluarga yang orang tuanya sukses pula dan memiliki standar *performance* yang tinggi (March, 1988, dalam Boekaerts, 2000: 25). Selain itu pujian terhadap *performance* siswa kelas X membuat ia merasa mendapat penghargaan sehingga siswa kelas X mulai belajar

untuk menghargai setiap usaha yang dikeluarkannya dalam mencapai target akademiknya. Individu yang mendapatkan penghargaan terhadap pencapaian pribadi (*self-administered rewards or praise*) akan mendapatkan lebih banyak keberhasilan. Pujian yang diberikan oleh orang tua dianggap siswa kelas X sebagai bentuk dukungan yang juga memberikan pengaruh positif bagi siswa untuk semakin berusaha mengontrol diri untuk menjalankan setiap strategi belajar sampai tercapai target yang diinginkan.

Lingkungan sosial lain yang turut memengaruhi *self-regulation* fase *performance or volitional control* siswa dalam bidang akademik adalah guru. Guru merupakan individu yang sering ditemui siswa selama di sekolah. Guru dapat dikatakan sebagai inspirator dan korektor bagi siswa (Winkle, 1987). Sebagai inspirator, guru mestinya memberikan semangat kepada setiap siswa tanpa memandang taraf kemampuan intelektual mereka atau tingkat motivasi belajarnya. Sebagai korektor, guru harus berusaha memperbaiki perilaku siswa yang dianggap menyimpang agar sesuai dengan tuntutan lingkungan sekitarnya. Melalui guru, siswa bisa mendapat gambaran langsung mengenai hasil belajar yang dicapainya. Bila siswa menunjukkan *performance* yang baik di dalam kelas seperti aktif bertanya atau nilai ujiannya bagus, guru tidak perlu sungkan untuk memberikan pujian. Pemberian pujian bisa memberikan pengaruh yang positif kepada siswa. Siswa bisa termotivasi untuk mengoptimalkan kemampuannya dalam mencapai target belajar yang diinginkan. Guru yang memberikan tambahan nilai bagi siswa yang aktif bertanya dan rajin membuat tugas, secara tidak langsung dapat mendorong siswanya untuk rajin belajar. Guru bisa memberikan

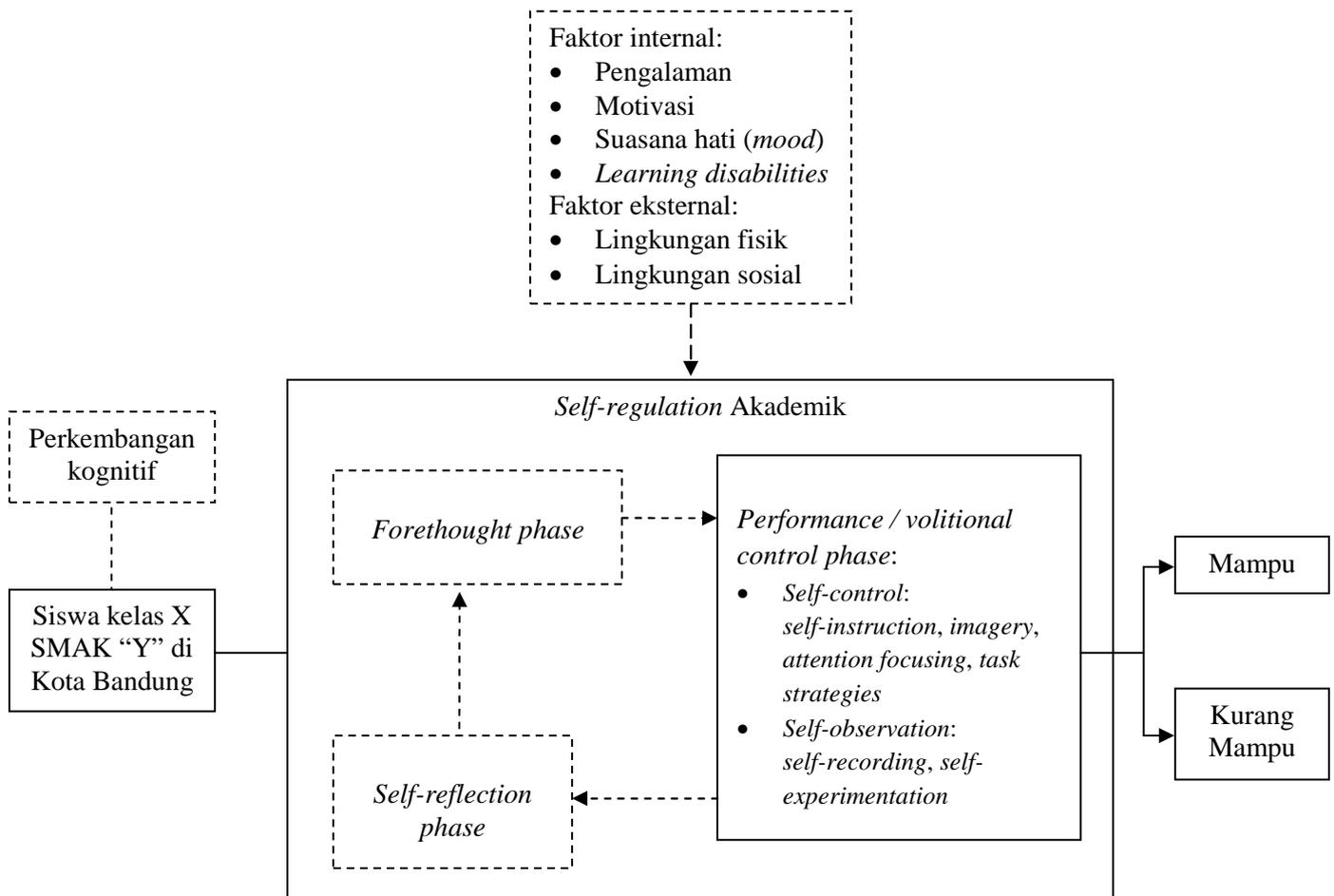
teguran dalam bentuk masukan-masukan yang membangun kepada siswanya ketika tugas ataupun hasil ulangan harian mereka mengalami penurunan. Melalui sikap guru yang demikian, siswa diharapkan bisa memperbaiki kekurangannya dan meningkatkan kemampuannya dalam belajar. Siswa kelas X yang merasa diperhatikan oleh gurunya merasa senang belajar bersama guru tersebut. Hal tersebut berdampak pula pada munculnya minat belajar siswa untuk mempelajari setiap pelajaran dengan senang hati.

Begitu pula dengan teman sebaya di sekolah, cukup berperan dalam memengaruhi *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik. Teman-teman siswa kelas X yang rajin belajar, memiliki peringkat tinggi di kelas, aktif dalam kegiatan belajar, biasanya memiliki pengaruh yang positif terhadap *self-regulation* siswa kelas X. Ketika siswa berada dalam kelas yang mayoritas siswanya mampu mencapai nilai KKM, siswa kelas X terdorong untuk bisa berusaha lebih baik lagi mengarahkan dirinya untuk mencapai target yang diinginkannya. Sedangkan teman-teman siswa kelas X yang malas belajar, tidak aktif di kelas, suka ribut di kelas, memberi pengaruh negatif pada *self-regulation* siswa kelas X. Siswa kelas X menjadi tidak terdorong untuk bisa mengoptimalkan kemampuan dirinya dalam mencapai tujuan yang diinginkannya.

Faktor eksternal terakhir yang memengaruhi *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X adalah lingkungan fisik seperti situasi belajar di rumah, situasi belajar di sekolah, dan fasilitas belajar yang disediakan. Fasilitas belajar yang secara langsung bisa dirasakan siswa di kelas adalah ruangan kelas dengan kelengkapannya, jadwal pelajaran, dan jadwal

ujian. Ruangan kelas yang nyaman saat belajar membantu siswa kelas X dalam memunculkan keinginannya dalam belajar. Selain itu sekolah yang memberikan kalender pendidikan menunjang siswanya untuk menyiapkan diri menghadapi UTS dan UAS. Situasi lingkungan rumah juga memengaruhi siswa dalam melakukan kegiatan belajarnya. Apabila rumah siswa berada di tepi jalan besar, membuat siswa sulit memanfaatkan waktu untuk belajar karena suara yang berisik yang bisa mengganggu konsentrasi belajarnya. Apabila situasi belajar di rumah tenang ditambah fasilitas belajar seperti meja belajar yang dilengkapi komputer dan internet yang dapat dimanfaatkan dengan tepat oleh siswa kelas X dalam belajar akan menunjang ia dalam melakukan setiap rencana belajar yang disusunnya.

Siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung dapat dikatakan mampu melakukan *self-regulation fase performance* dalam bidang akademik apabila siswa kelas X menunjukkan adanya usaha untuk mengontrol pikiran, perasaan, dan tindakan dalam menjalankan strategi belajar serta mengamati perilakunya agar dapat mencapai target yang diinginkan. Sebaliknya siswa yang dikatakan kurang mampu melakukan *self-regulation fase performance* dalam bidang akademik menunjukkan kurangnya usaha dalam mengontrol pikiran, perasaan, dan tindakan dalam menjalankan strategi belajarnya serta mengamati perilakunya. Untuk lebih jelasnya, uraian di atas dapat digambarkan dalam bagan kerangka pikir seperti berikut ini.



Gambar 1.1. Bagan Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas dapat diasumsikan bahwa:

- 1) Siswa kelas X SMAK “Y” Kota Bandung pada umumnya sudah mampu melakukan *self-regulation* fase *forethought* dalam bidang akademik.
- 2) Derajat *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung berbeda-beda.

- 3) Derajat yang bervariasi pada *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik pada siswa kelas X SMAK “Y” Kota Bandung dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal.
- 4) *Self-regulation* fase *performance* dilihat dari dua aspek yaitu *self-control* dan *self-observation*.
- 5) Siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung yang mampu melakukan *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik, mampu mengontrol pikiran, perasaan, dan tindakan dalam menjalankan strategi belajar, serta mengamati perilakunya untuk mencapai target yang diinginkan.
- 6) Siswa kelas X SMAK “Y” di Kota Bandung yang kurang mampu melakukan *self-regulation* fase *performance* dalam bidang akademik, kurang mampu mengontrol pikiran, perasaan, dan tindakan dalam menjalankan strategi belajar, serta mengamati perilakunya untuk mencapai target yang diinginkan.