



JURNAL INTERVENSI PSIKOLOGI

Published by: **Master of Professional Psychology, Faculty of Psychology and Socio-cultural Sciences, Universitas Islam Indonesia, Indonesia**

Jurnal Intervensi Psikologi

Presented to encourage and facilitate the publication of the result of the research in psychology that uses the intervention.

[Home](#) / [Archives](#) / Vol. 15 No. 2 (2023): JIP: Jurnal Intervensi Psikologi

Published: December 31, 2023

Research Articles

A STRESS MANAGEMENT INTERVENTION FOR SECONDARY TEACHERS

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art1

Christian Sunday Ugwuanyi⁽¹⁾

⁽¹⁾ University of the Free State, South Africa



Read Statistic: 421

EMPOWERING RESILIENCE USING BEHAVIORAL ACTIVATION TECHNIQUES

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art2

Sri Kushartati⁽¹⁾, Mutingatu Sholichah⁽²⁾, Choirul Anam⁽³⁾

⁽¹⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia ,

⁽²⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia ,

⁽³⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia



Read Statistic: 378

TERAPI REGULASI EMOSI UNTUK MENGELOLA STRES IBU DENGAN ANAK PRA-SEKOLAH

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art3

Martaria Rizky Rinaldi⁽¹⁾, Dimas Prastia Putra⁽²⁾

⁽¹⁾ Program Studi Psikologi Profesi, Universitas Mercu Buana, Yogyakarta, Indonesia ,

⁽²⁾ Program Studi Psikologi Profesi, Universitas Mercu Buana, Yogyakarta, Indonesia



Read Statistic: 706

PELATIHAN STRATEGI SELF-REGULATED LEARNING FASE FORETHOUGHT UNTUK STUDENT ENGAGEMENT SISWA SMP

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art4

Natania Alfega Aripin⁽¹⁾, Jane Savitri⁽²⁾, Maria Yuni Megarini⁽³⁾

⁽¹⁾ Program Magister Psikologi Profesi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia ,

⁽²⁾ Program Magister Psikologi Profesi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia ,

⁽³⁾ Program Magister Psikologi Profesi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia



Read Statistic: 512

PELATIHAN STUDY SKILLS UNTUK PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art5

Focus & scopes

[Author guidelines](#)

[Manuscript template](#)

[Article Processing Charges](#)

[Publication ethics](#)

[Plagiarism](#)

[Editorial team](#)

[Reviewers](#)

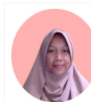
[Indexing](#)

[Statistics](#)

Meet Our Editorial Team



Dr. Faraz
Editor in Chief
Universitas Islam Indonesia
[AwuLJwAAAAJ](#)
58768481200



Nita Trimulyaningsih, M.Psi.
Managing Editor
Universitas Islam Indonesia
[5qZIQ8AAAAJ](#)

[Read More](#)

Contact



WhatsApp
+62 823-2800-8244

[Ask me](#)

Web Statistics

Latifatul Laili⁽¹⁾, Sonny Andrianto⁽²⁾

(1) Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia ,

(2) Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia



Read Statistic: 436

PELATIHAN MANAJEMEN STRES UNTUK KESEJAHTERAAN PASIEN HIPERTENSI

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art6

Indahria Sulistyarini⁽¹⁾, Angga Aldino Apriawan Adha⁽²⁾, Nuzul Putri Maulina⁽³⁾

(1) Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia ,

(2) Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia ,

(3) Program Studi Psikologi, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia



Read Statistic: 545

PELATIHAN MOTIVASI RISK-UNCERTAINTY-HOPE UNTUK ETOS KERJA

10.20885/intervensipsikologi.vol15.iss2.art7

Bagus Riyono⁽¹⁾, Indrayanti⁽²⁾

(1) Program Studi Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia ,

(2) Program Studi Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia



Read Statistic: 360



00053648



Template



ISSN

ISSN (Print): 2085-4447



ISSN (Online): 2579-4337



Partnership



Google Scholar Citation

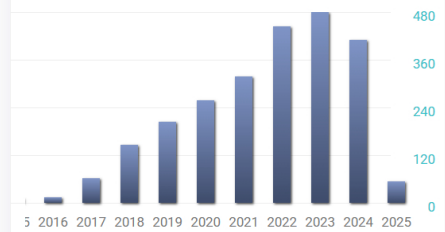
Updated weekly

	Semua	Sejak 2020
Kutipan	2500	1976
indeks-h	25	22

indeks-i10

84

70



Keywords

anxiety, training, happiness, zikir, dhikr therapy, quality of life, adolescents, Keajaiban Doa Islami, Religiosity, Hadrah Rodad Dance, drug users, orphanage, optimism, emotional intelligence, 8-10 years children, Gratitude training, sobriety, students

Published Volumes



2009-2024

2024



2023



2022



2021



2020

[Show more](#)*JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*

✉ Address

Master of Professional Psychology
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Universitas Islam Indonesia
Jalan Kaliurang Km. 14, Ngaglik, Sleman,
Yogyakarta. 55584



👤 Contact

Phone: +62 274 898444 Ext. 2136
+62 823-2800-8244

Email: jip@uii.ac.id



JIP (Jurnal Intervensi Psikologi) at <http://journal.uui.ac.id/index.php/intervensipsikologi/> is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Project Not Found Journal Visits

PELATIHAN STRATEGI *SELF-REGULATED LEARNING* FASE *FORETHOUGHT* UNTUK *STUDENT ENGAGEMENT* SISWA SMP

Natania Alfega Aripin^{1*}

Jane Savitri¹

Maria Yuni Megarini¹

¹ Program Magister Psikologi Profesi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung, Indonesia

Keywords/Kata kunci

student engagement,
self-regulated learning
forethought, training

student engagement, self-
regulated learning
forethought, pelatihan

ABSTRACT/ABSTRAK:

*Student engagement issues are commonly found in schools, particularly among junior high school students. One of the internal factors that can enhance student engagement is students' proficiency in utilizing self-regulated learning strategies during the *forethought* phase. SRL *forethought* was provided in the form of experiential training, where students learned through their own experiences. Participants in this research were 12 students in the control group and 11 students in the experimental group. The results of the difference test indicate that SRL *forethought* training is effective in improving student engagement in seventh-grade students ($p=0.018$; $z=-2.358$). The control group also demonstrated significant differences between pre and post-test conditions ($p=0.40$; $z=-2.051$). In conclusion, SRL *forethought* training is essential for students to prevent a decline in engagement in seventh-grade students. Subsequent researchers may conduct subject randomization based on student engagement categories to achieve a more balanced initial condition.*

Permasalahan *student engagement* (SE), misal kehilangan minat belajar, banyak ditemukan di sekolah, khususnya pada siswa di jenjang SMP. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan SE adalah keterampilan siswa dalam melakukan strategi *self-regulated learning* (SRL) fase *forethought*. Dalam penelitian ini, SRL *forethought* diberikan dalam bentuk pelatihan dengan metode pembelajaran eksperiensial dimana siswa belajar dengan mengalami sendiri. Partisipan terdiri dari 12 siswa kelompok kontrol dan 11 siswa kelompok eksperimen. Hasil uji menunjukkan pelatihan SRL *forethought* efektif meningkatkan *student engagement* ($p=0,018$; $z=-2.358$). Kelompok kontrol juga menunjukkan hasil perbedaan signifikan antara kondisi pra dan pascates ($p=0.40$; $z=-2,051$). Dapat disimpulkan bahwa pelatihan SRL *Forethought* dibutuhkan siswa demi mencegah penurunan *engagement* siswa. Randomisasi subjek penelitian dapat dilakukan peneliti selanjutnya berdasarkan kategori SE agar kondisi awal lebih seimbang.

* Korespondensi mengenai isi artikel dapat dilakukan melalui: nataniaalfega@yahoo.com

Kesuksesan siswa di sekolah idealnya dapat diraih setiap individu demi memenuhi tujuan pendidikan. Sayangnya pada kenyataan dan fakta yang terjadi, masih banyak terdapat hambatan dan masalah yang ditemui dalam proses pendidikan sehingga siswa tidak dapat mencapai kesuksesan belajar di sekolah. Salah satu kendala yang menghambat tercapainya tujuan pendidikan adalah bagaimana siswa mengikuti proses belajar di sekolahnya. Menurut Macklem (2015), walaupun berkonsentrasi di kelas, siswa tidak merasakan kesenangan dalam belajar. Siswa memikirkan topik atau materi belajar di kelas hanya sekitar 60% saja di dalam kelas. Hal ini khususnya ditemukan pada siswa berusia remaja.

Kondisi ini juga ditemukan di beberapa penelitian bersubjek siswa SMP di Indonesia (Lianti, 2016). Siswa di sekolah banyak ditemukan merasa bosan dan kehilangan minat dalam mengikuti pelajaran. Siswa juga ditemukan kurang disiplin dalam mengikuti peraturan sekolah seperti terlambat masuk, berseragam tidak lengkap dan seterusnya. Hal serupa terjadi juga pada siswa kelas VII di SMP "X". Secara umum guru merasakan kurang aktifnya siswa-siswa berpartisipasi dalam kegiatan di sekolah, khususnya kegiatan yang menuntut siswa untuk berinisiatif, seperti tanya-jawab di kelas, atau saat ada diskusi dalam kelompok. Guru merasa siswa cenderung pasif jika diberikan kesempatan untuk mengungkapkan pendapat atau pertanyaannya di depan kelas. Pada hal non-akademik seperti inisiatif untuk mendaftar ke organisasi sekolah (OSIS), guru wali kelas juga merasa perlu adanya dorongan agar siswa kelas mau berpartisipasi.

Data dan fenomena di atas menunjukkan gejala kurang optimalnya tingkat *engagement* pada siswa. Hal ini didukung oleh Macklem (2015) yang mengatakan bahwa tingkat *engagement*

siswa menurun saat siswa mengalami perpindahan dari jenjang SD ke SMP dan akan mengalami penurunan lagi dari saat siswa kelas VIII sampai kelas X (Macklem, 2015). Siswa tidak tertarik dengan apa yang terjadi di kelas, sehingga meskipun berkonsentrasi, siswa tidak menikmatinya, padahal *student engagement* di sekolah merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan siswa di sekolah (Christenson et al., 2012).

Student engagement adalah bagaimana siswa mengusahakan dan bertindak untuk terlibat dalam kegiatan akademik maupun non akademik, yang terlihat dalam tiga tipe, yaitu *behavioral*, *emotional* dan *cognitive* (Fredricks et al., 2004). *Behavioral engagement* ditunjukkan dalam perilaku siswa di kelas seperti usaha, persistensi, konsentrasi, atensi, mengajukan pertanyaan dan berkontribusi di kelas. *Emotional engagement* terjadi ketika siswa merasa tertarik dan senang pada aktivitas di sekolah serta merasa terhubung dengan sekolah, termasuk dengan guru, teman, dan lingkungan sekolah lainnya. *Cognitive engagement* terjadi ketika siswa memiliki strategi kognitif dalam belajar seperti usaha untuk menguasai materi dan mengatasi hambatan yang ditemui dalam proses belajarnya.

Berbagai penelitian sudah dilakukan untuk dapat mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi *student engagement* dan bagaimana meningkatkannya. Salah satunya adalah melalui faktor internal dari siswa. (Appleton et al., 2008) berpendapat bahwa faktor yang memengaruhi *student engagement* salah satunya adalah *self-system process*. *Self-system process* adalah proses berbagai komponen psikologis dalam diri siswa (*autonomy*, *competence* dan *relatedness*) yang saling terkoneksi dan memiliki peran penting dalam membentuk dan memengaruhi *engagement* siswa dalam berbagai tipe. Salah satu dari *self-system*

process adalah *autonomy*, yang berarti kemampuan siswa dalam mengatur dirinya sendiri untuk mencapai tujuan pembelajaran serta bagaimana siswa mengetahui dari dalam dirinya sendiri mengenai penting dan manfaat dari sekolah.

Dari pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa kontrol dalam diri siswa penting peranannya agar siswa dapat menentukan tujuan belajar. Kontrol diri membantu siswa memiliki keinginan dan hasrat untuk dapat mencapai tujuan dengan melakukan yang terbaik serta mau menghadapi tantangan. Konsep ini sejalan dengan konsep *self-regulated learning* yang berarti sebuah proses aktif dan konstruktif dimana siswa menetapkan tujuan belajarnya dan memonitor, mengatur serta mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku untuk dapat meraih tujuan tersebut (Zimmerman, 2002).

Zimmerman (2002) membagi *self-regulated learning* menjadi tiga fase yaitu *forethought/planning*, *performance* dan *self-reflection*. *Forethought* adalah fase perencanaan yang di dalamnya ada penentuan tujuan dan *belief* yang dimiliki siswa untuk mencapai tujuan tersebut. Fase awal atau *forethought* adalah fase krusial karena pada saat itu siswa diharapkan mampu menentukan *goal* sehingga dari sinilah motivasi terbentuk. Motivasi berperan penting dalam pengalaman siswa terhadap sekolah, khususnya dapat dipakai untuk menjelaskan proses di dalam diri siswa yang membentuk *engagement* siswa pada sekolah (Reeve, 2012).

Beberapa penelitian telah menemukan bahwa ada hubungan antara *student engagement* dan *self-regulated learning* (Setiani & Wijaya, 2020; Sun & Rueda, 2012). Pelajar yang memiliki SRL biasanya dideskripsikan sebagai murid yang secara aktif terlibat atau *engage* dalam proses belajarnya. Pemanfaatan regulasi diri yang baik adalah kunci yang menunjukkan *engagement* siswa di sekolah, sehingga pelajar yang dinilai sebagai siswa yang *self-*

regulated akan menunjukkan aktivitas kognitif, pengalaman emosional dan perilaku yang merefleksikan peningkatan *student engagement*. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Cadima et al. (2015) yang menunjukkan bahwa siswa dengan keterampilan *self-regulation* tinggi, akan menunjukkan *level engagement* yang tinggi di kelas karena mampu mengarahkan energinya untuk dapat mengikuti kegiatan di sekolah.

Self-regulated learning bukanlah suatu yang bersifat menetap, sehingga SRL dapat berubah dan dilatih pada setiap orang. Lebih jauh, karena fungsi utama dari pendidikan adalah berkembangnya keterampilan belajar seumur hidup, maka strategi untuk menjadi pembelajar yang mampu meregulasi diri perlu diajarkan dan dilatihkan kepada seorang individu agar berguna untuk kehidupan belajarnya sampai setelah individu tersebut lulus dari sekolah lalu melanjutkan kariernya. SRL dapat ditingkatkan melalui intervensi pelatihan atau *training*. Pelatihan yang dilakukan adalah metode pelatihan aktif (*active training*) dengan metode pembelajaran eksperiensial. Pelatihan adalah jenis intervensi untuk meningkatkan performa individu, khususnya ketika disebabkan karena kurangnya atau tidak adanya pengetahuan dan keterampilan dalam diri individu untuk melakukan suatu hal (Silberman & Auerbach, 2006). Pelatihan yang aktif berpusat pada belajar dengan melakukan atau *learning by doing*. Dengan metode pembelajaran eksperiensial, siswa bukan hanya mengetahui, tetapi diharapkan dapat belajar dengan mendengar, melihat sendiri, mendiskusikan serta melakukannya (Silberman & Auerbach, 2006).

Dalam pembelajaran eksperiensial, tanggung jawab atas proses belajar berada pada diri individu dan bukan pihak lain. Hal ini dikarenakan individu melakukan eksperimen terhadap perilakunya dengan mencoba dan mengalami berbagai

pembelajaran hingga terdorong untuk dapat mengaplikasikannya secara konsisten di keseharian karena merasakan manfaat untuk diri sendiri.

Dari penjabaran di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan *student engagement* yang dilihat dari tiga tipe yaitu perilaku, kognitif dan afektif siswa kelas VII SMP dengan memberikan pelatihan strategi *self-regulated learning* fase *forethought*.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian dilakukan dengan pendekatan kuantitatif, dengan desain *quasi-experimental*. Desain *quasi-experimental* memiliki kelompok kontrol, namun peneliti tidak memiliki kendali penuh atas variabel lain yang dapat mempengaruhi penelitian, seperti yang dilakukan pada penelitian eksperimen murni. *Quasi-experimental design* pada penelitian ini digunakan untuk menguji efek dari intervensi pelatihan yang diberikan. Rancangan desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-equivalent (pre-test and post-test) control-group design*. Pada desain ini, terdapat dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok mengikuti *pre-test* dan *post-test*, namun hanya kelompok eksperimen yang mendapatkan intervensi.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kedua kelompok akan mengikuti *pre-test* dan *post-test*, namun hanya kelompok eksperimen yang mendapatkan *treatment* atau intervensi, sementara kelompok kontrol tidak diberikan intervensi apapun.

Kriteria untuk kelompok kontrol adalah (1) siswa aktif kelas VII yang memiliki kategori SE rendah sampai

moderat, (2) mengisi serangkaian *pre-test* dan *post-test*, sedangkan kriteria untuk kelompok eksperimen adalah (1) siswa aktif kelas VII yang memiliki kategori SE rendah sampai moderat, (2) bersedia mengikuti serangkaian intervensi, (3) mengisi rangkaian *pretest* dan *post-test*.

Total siswa kelas VII di SMP "X" adalah 29 siswa. Berdasarkan survey awal, terdapat 5 siswa yang berada di kategori SE tinggi, sisanya berada di kategori SE moderat dan rendah, sehingga terdapat 24 siswa yang memenuhi kriteria subjek penelitian. Pada prosesnya, ada 1 siswa di kelompok eksperimen yang tidak mengisi *post-test*, sehingga pada akhirnya subjek penelitian berjumlah 23 siswa.

Metode Pengumpulan Data

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner untuk alat ukur *student engagement* yang disusun berdasarkan teori Fredricks et al. (2004) yang disusun oleh Gultom dan Savitri (2021).

Kuesioner ini memiliki 27 aitem dengan tiga tipe *engagement*, yaitu *behavioral*, *emotional* dan *cognitive engagement*. Aitem-aitem telah diuji validitasnya dan telah dinyatakan valid seluruhnya dengan kisaran nilai validitas $r=0.302-0.657$. Reliabilitas alat ukur ini adalah sebesar $\alpha=0.851$, sehingga tergolong ke dalam reliabilitas tinggi.

Prosedur Intervensi

Pelatihan strategi SRL fase *forethought* disusun berdasarkan teori dari Zimmerman (2002). Rancangan intervensi yang disusun berupa pelatihan bertujuan untuk meningkatkan *student engagement* siswa kelas VII SMP. Sasaran atau tujuan instruksional khusus pada pelatihan ini disusun berdasarkan aspek dari fase *forethought*. Aspek pertama adalah *task analysis*, yaitu bagaimana siswa dapat membuat target belajar (*goal setting*) serta

strategi perencanaan dalam membuat dan mencapai target belajar (*strategic planning*). Aspek kedua adalah mengenai *self-motivational beliefs*, yaitu mengenai keyakinan diri siswa (*self-efficacy*), ekspektasi hasil siswa saat mencapai target belajarnya (*outcome expectation*), ketertarikan yang timbul dalam diri siswa terhadap target belajar (*intrinsic interest*), dan motivasi siswa yang terus berorientasi terhadap target belajar yang ditetapkan walaupun menghadapi tantangan (*goal orientation*).

Pelatihan dilakukan dalam satu hari dengan durasi kurang lebih 180 menit. Metode penyampaian materi pada pelatihan ini beragam, yaitu dengan ceramah,

permainan, diskusi kelompok, serta menonton video. Pelatihan disampaikan oleh dua pemateri yang merupakan lulusan sarjana psikologi dan memiliki sertifikasi pelatihan, serta didukung oleh fasilitator kelompok. Kegiatan pelatihan dilengkapi dengan adanya lembar kerja (*worksheet*) untuk masing-masing siswa. Agar pelatihan berjalan lebih efektif, maka siswa dibagi menjadi dua kelompok kecil yang masing-masing kelompoknya didampingi oleh seorang fasilitator yang memandu dan mengarahkan siswa dalam mengikuti jalannya pelatihan.

Modul pelatihan yang disusun peneliti berdasarkan konsep teori tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Silabus Pelatihan Strategi SRL fase *Forethought*

Sesi ke-	Aspek SRL <i>forethought</i>	Metode Penyampaian	Capaian	Alokasi Waktu (dalam menit)
1	(pembukaan/ pengantar materi)	Ceramah	Siswa memahami kondisi keterlibatan siswa di sekolah, pentingnya keterlibatan siswa di sekolah serta pentingnya belajar mengenai cara meregulasi diri untuk dapat mengoptimalkan keterlibatan di sekolah	30'
	<i>Task analysis</i> dan <i>self-motivational beliefs</i>	<i>Games "target"</i> (dan <i>debriefing</i>)	1. Melalui permainan, siswa memahami pentingnya memiliki sebuah target belajar serta strategi pencapaian target 2. Melalui permainan, siswa juga menyadari pentingnya peran dari keyakinan serta motivasi untuk dapat menunjang proses penentuan dan penerapan target belajar tersebut.	30'
2	<i>Task Analysis: strategic planning</i>	1. Kuis Gaya Belajar + penjelasan 2. <i>Worksheet</i> mengenai strategi belajar	1. Setelah mengikuti kuis gaya belajar, siswa mampu mengetahui gaya belajar yang sesuai dengan dirinya sendiri (audiotori, visual, kinestetik atau gabungan) 2. Siswa juga mampu mengisi di lembar kerja mengenai strategi belajar lainnya yang sesuai dengan kondisi dan kebiasaan belajar siswa, seperti waktu dan tempat yang efektif untuk belajar.	30'
	<i>Self-Motivational Beliefs: Self-efficacy</i>	<i>Worksheet</i> mengenai kelebihan dan kekurangan	Siswa mampu menyebutkan kekurangan dan kelebihan dari dalam diri untuk dapat lebih mengenali diri sendiri, dalam rangka membentuk keyakinan diri untuk memepertimbangkan pembentukan dan pencapaian target belajar.	15'
	<i>Task Analysis: Goal Setting</i>	1. Ceramah 2. <i>Worksheet:</i>	1. Siswa mampu mengetahui pentingnya membuat target yang jelas dan efektif	30'

Sesi ke-	Aspek SRL <i>forethought</i>	Metode Penyampaian	Capaian	Alokasi Waktu (dalam menit)
		<i>SMART GOALS</i>	2.Siswa mampu mengetahui bahwa <i>SMART goals</i> merupakan cara yang digunakan untuk dapat membuat target belajar yang jelas dan efektif 3.Siswa bersedia mencoba membuat target yang sesuai dengan kriteria SMART.	
	<i>Self-Motivational Beliefs: Outcome Expectations</i>	<i>Worksheet</i> mengenai faktor pendukung dan penghambat dari luar diri	Siswa mampu mengenali dan menyebutkan faktor pendukung dan penghambat dalam belajar	15'
	<i>Self-Motivational Beliefs: Intrinsic Interest</i>	Klip Video dari film Facing The Giants (dan <i>debriefing</i>)	1.Melalui video, siswa menghayati bahwa terdapat manfaat yang dapat diterima saat target belajar yang telah ditentukan tercapai. 2.Siswa mampu menyebutkan contoh manfaat yang akan didapatkan saat target belajar tercapai	15'
	<i>Self-Motivational Beliefs: Goal Orientation</i>		1.Melalui video, siswa menghayati bahwa saat proses pencapaian target belajar nanti, akan ditemui kendala atau tantangan. 2.Siswa memahami bahwa siswa tetap harus berorientasi dan berfokus pada target walaupun mengalami kendala atau tantangan.	15'

Teknik Analisis Data

Data skor *pretest* dan *posttest school engagement* diolah dengan teknik analisa uji beda dengan bantuan *IBM SPSS 25*. Analisis uji beda yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Rank* untuk membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* pada masing- masing kelompok kontrol dan eksperimen. Uji *Mann-Whitney U* juga akan digunakan untuk membandingkan masing-masing skor *pretest* dan *posttest* antar kelompok eksperimen dan kontrol. Derajat kepercayaan ditentukan menggunakan nilai $\alpha=5\%$. Perhitungan *effect size* (ES) akan

dilakukan bila ditemukan adanya hasil yang signifikan (H_0 ditolak) pada penelitian.

HASIL PENELITIAN

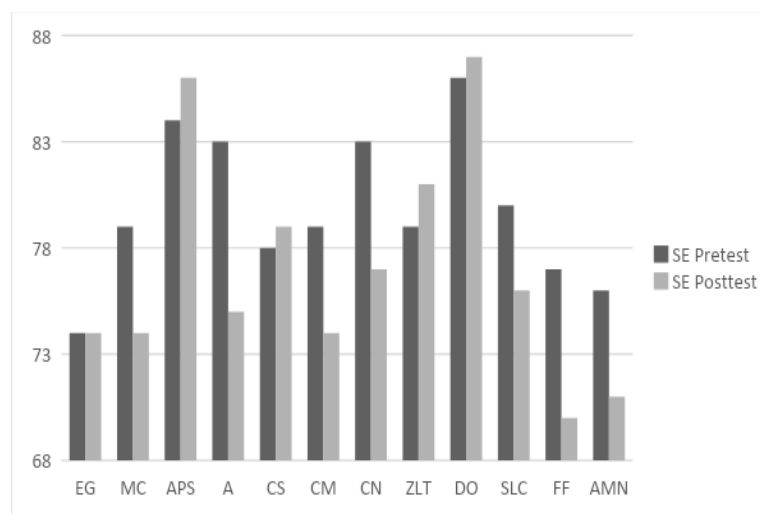
Dalam penelitian ini terdapat total 23 siswa yang ikut terlibat menjadi responden penelitian dari awal sampai akhir. Jumlah responden terdiri dari 11 orang siswa yang termasuk dalam kelompok eksperimen dan 12 orang yang termasuk ke dalam kelompok kontrol. Gambaran partisipan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2.

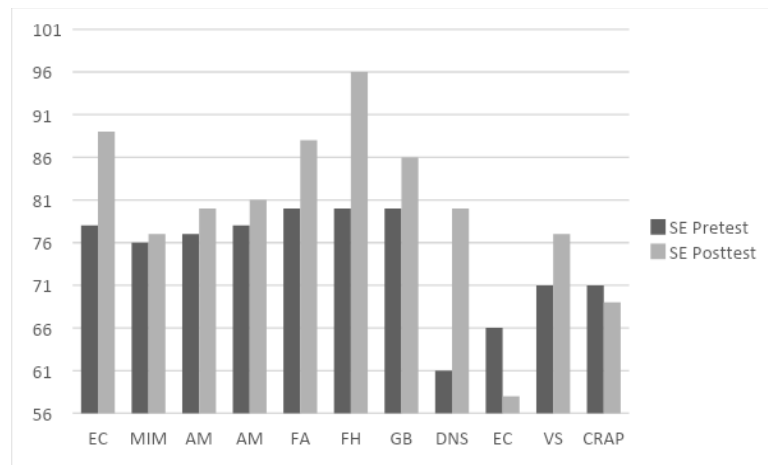
Tabel 2. Deskripsi Skor Perbandingan *Pre* dan *Post-Test* pada Responden Penelitian

Kelompok Kontrol					Kelompok Eksperimen			
No	Nama	Pretest	Posttest	Perubahan skor	Nama	Pretest	Posttest	Perubahan skor
1	EG	74	74	0	EC	78	89	+11
2	MC	79	74	-5	MIM	76	77	+1
3	APS	84	86	+2	AM	77	80	+3
4	A	83	75	-8	AM	78	81	+4
5	CS	78	79	+1	FA	80	88	+8
6	CM	79	74	-5	FH	80	96	+16
7	CN	83	77	-6	GB	80	86	+6
8	ZLT	79	81	+2	DNS	61	80	+19
9	DO	86	87	+1	E	66	58	-8
10	SLC	80	76	-4	VS	71	77	+6
11	FF	77	70	-7	CRAP	71	69	-3
12	AMN	76	71	-5	-	-	-	-
Mean		79,83	77,09		Mean	74,36	80,09	

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa pada kelompok kontrol terjadi perubahan derajat skor *student engagement* pada siswa kelas VII saat berada di kondisi tidak diberikan pelatihan SRL *forethought*. Sebanyak 58,3% siswa (7 orang) mengalami penurunan skor *student engagement*. Ada 33,3% siswa (4 orang) mengalami peningkatan skor *student engagement*, dan ada 8,33% siswa (1 orang) yang memiliki skor *student engagement* yang sama antara *pre* dan *post test*. Pada kelompok eksperimen, terjadi perubahan derajat skor *student engagement* pada siswa kelas VII

saat berada di kondisi sebelum dan sesudah diberikan pelatihan SRL *forethought*. Sebanyak 81,8% siswa (9 orang) mengalami peningkatan skor *student engagement* setelah diberikan pelatihan SRL *forethought*. Ada 18,2% siswa (2 orang) yang mengalami penurunan skor *student engagement*. Berdasarkan gambaran deskriptif di atas, dapat disimpulkan bahwa pada kelompok kontrol, skor SE siswa cenderung menurun, sedangkan pada kelompok eksperimen, skor SE siswa cenderung meningkat. Dapat dilihat dari grafik di bawah ini:

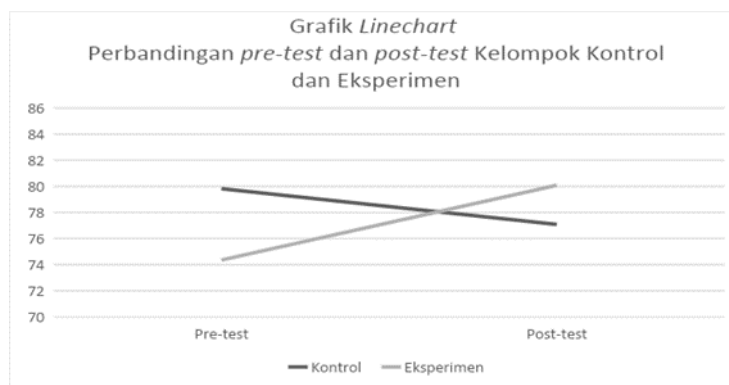
**Grafik 1.** Grafik Perbandingan SE Pretest-Posttest Kelompok Kontrol



Grafik 2. Grafik Perbandingan SE Pretest-Posttest Kelompok Eksperimen

Perubahan perbandingan *pre-test* (*baseline*) dan *post-test* antara kelompok kontrol dan eksperimen berdasarkan rerata

skor SE siswa dapat dilihat dalam grafik 3 (*linechart*).



Grafik 3. Linechart Perbandingan SE Pretest-Posttest Kelompok Eksperimen dengan kelompok kontrol

Berdasarkan hasil uji hipotesis antara skor *pretest* dan *posttest*, diperoleh bahwa pada kelompok kontrol menunjukkan Sig. 2 tailed sebesar 0,040 ($z = -2,051$; $p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *student engagement* siswa pada kondisi tidak mengikuti pelatihan strategi SRL *Forethought*.

Sedangkan pada kelompok eksperimen menunjukkan Sig. 2 tailed sebesar 0,018 ($z = -2,358$; $p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara *student engagement* siswa sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan strategi SRL *Forethought*. Hasil uji ini dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Komparasi *Wilcoxon Rank*

Variabel	z	Sig. 2 tailed	Keterangan	Effect Size
<i>Posttest-pretest</i>				
Kontrol				
<i>Student Engagement</i>	-2,051	0,040	Signifikan, H ₀ ditolak	0.592
<i>Posttest-pretest</i>				
Eksperimen				
<i>Student Engagement</i>	-2,358	0,018	Signifikan, H ₀ ditolak	0.718

Jika skor *student engagement* dibandingkan antar kelompok kontrol dan eksperimen, didapatkan hasil bahwa untuk skor *pretest* menunjukkan Sig. 2 tailed sebesar 0,044 ($z=-2,011$; $p<0,05$), yang berarti bahwa H₀ ditolak, yaitu terdapat perbedaan signifikan antara kelompok kontrol dan eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa kondisi *student engagement* kelompok kontrol dan eksperimen sebelum kelompok eksperimen menerima pelatihan SRL *forethought* tidak seimbang. *Baseline* atau kondisi awal yang tidak seimbang ini memang bukanlah kondisi ideal yang diharapkan pada sebuah penelitian, sehingga merupakan salah satu keterbatasan penelitian ini. Untuk dapat mengatasi adanya resiko ancaman validitas pada penelitian ini karena adanya *baseline* yang tidak seimbang, maka perubahan skor SE dapat menjadi hal yang dapat dicermati lebih dalam. Pada kelompok kontrol di

penelitian ini, berdasarkan rerata skor SE, dapat dilihat bahwa skor mengalami penurunan dari 79,83 ke 77,09. Sedangkan di kelompok eksperimen, berdasarkan rerata skor SE, dapat dilihat bahwa skor mengalami peningkatan dari 74,36 ke 80,09. Dari data tersebut, dapat digambarkan bahwa meskipun *baseline* kurang setara, namun perubahan skor dapat menggambarkan bahwa adanya perbedaan hasil diantara kelompok kontrol dan eksperimen.

Pada hasil uji perbedaan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kontrol,, hasil menunjukkan bahwa skor Sig. 2 tailed untuk skor *posttest student engagement* adalah 0,156 ($z=-1,419$; $p>0,05$). Artinya, H₀ diterima, yaitu tidak terdapat perbedaan signifikan antara skor kelompok kontrol dan eksperimen pada kondisi *post-test*. Hasil uji hipotesa antar kelompok ini dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Komparasi *Mann-Whitney U*

Variabel	z	Sig. 2 tailed	Keterangan
<i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen-Kontrol			
<i>School engagement</i>	-2,011	0,044	Signifikan, H ₀ ditolak
<i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen-Kontrol			
<i>School engagement</i>	-1,419	0,156	Tidak signifikan, H ₀ diterima

Pelatihan SRL *forethought* ini juga dievaluasi pada *level reaction* dan *learning* oleh 11 siswa dari kelompok eksperimen. Pada *level reaction*, seluruh siswa setuju bahwa materi pelatihan menarik, bermanfaat untuk proses belajarnya dan mungkin untuk diterapkan di kehidupan belajar sehari-hari. Sebagian besar siswa juga sangat setuju bahwa pembicara menyampaikan materi dengan menarik

menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan mampu menggugah siswa untuk mencoba menerapkan materi. Secara keseluruhan, siswa setuju bahwa media yang digunakan dapat membantu untuk penyampaian materi. Ruang yang digunakan juga dinilai memadai dalam penyampaian pelatihan. Dari evaluasi *level reaction* siswa terhadap pelatihan SRL *Forethought* dapat dilihat melalui tabel 5.

Tabel 5. Hasil Evaluasi Pelatihan SRL *Forethought Level Reaction*

Evaluasi Reaction				
Materi	TS	KS	S	SS
1. Menurut saya, materi/aktivitas yang diberikan menarik	0 (0%)	0 (0%)	6 (54,54%)	5 (45,45%)
2. Menurut saya, materi yang diberikan bermanfaat untuk proses belajar saya	0 (0%)	0 (0%)	8 (72,72%)	3 (27,27%)
3. Materi yang diberikan memungkinkan untuk saya terapkan di kehidupan sehari-hari	0 (0%)	0 (0%)	8 (72,72%)	3 (27,27%)
Pembicara	TS	KS	S	SS
1. Pembicara menyampaikan materi dengan menarik	0 (0%)	0 (0%)	3 (27,27%)	8 (72,72%)
2. Bahasa yang digunakan pembicara dapat saya pahami	0 (0%)	0 (0%)	6 (54,54%)	5 (45,45%)
3. Pembicara mampu menggugah saya untuk mencoba menerapkan materi pada proses belajar saya	0 (0%)	1 (9,09%)	8 (72,72%)	2 (18,18%)
Teknis	TS	KS	S	SS
1. Media yang digunakan selama sesi dapat membantu tersampainya dengan baik	0 (0%)	0 (0%)	6 (54,54%)	5 (45,45%)
2. Ruang yang digunakan cukup memadai untuk penyampaian materi dan aktivitas	0 (0%)	0 (0%)	5 (45,45%)	6 (54,54%)

TS=Tidak Setuju; KS= Kurang Setuju; S=Setuju; SS=Sangat Setuju

Pada *level learning*, sebagian besar (63,3%) setuju bahwa siswa mampu untuk membuat target dalam belajarnya. Pelatihan ini mampu membuat sebagian besar siswa (81,81%) mengenali gaya belajar dan strategi belajarnya untuk membuat target belajar. Lebih dari separuh siswa dalam kelompok eksperimen (54,54%) juga mengetahui peran dan pentingnya keyakinan diri dalam pencapaian target. Sebanyak 72,72% siswa dapat

mengidentifikasi faktor penghambat dan pendukung dalam pencapaian target. Secara umum, siswa sangat setuju (54,54%) untuk berusaha membayangkan manfaat apa yang didapatkan ketika mencapai target. Berdasarkan evaluasi *level learning* didapatkan juga bahwa melalui pelatihan ini, sebagian besar siswa (72,72%) terdorong untuk berusaha mencapai target meskipun akan menghadapi tantangan. Rincian dari evaluasi *level learning* siswa terhadap

pelatihan SRL *forethought* dapat dilihat dalam tabel 6.

Tabel 6. Hasil Evaluasi Pelatihan SRL *Forethought* Level Learning

Evaluasi Learning				
Evaluasi	TS	KS	S	SS
1. Saya mampu membuat target-target dalam proses belajar saya	0 (0%)	4 (36,36%)	7 (63,63%)	0 (0%)
2. Saya mengenali strategi belajar (seperti gaya belajar, kebiasaan belajar) yang dapat saya lakukan untuk membuat target yang telah saya tentukan	0 (0%)	2 (18,18%)	9 (81,81%)	0 (0%)
3. Saya mengetahui pentingnya keyakinan diri dalam mencapai target	0 (0%)	3 (27,27%)	5 (45,45%)	3 (27,27%)
4. Saya mengetahui apa yang menjadi faktor pendukung dan penghambat saya dalam mencapai target belajar	0 (0%)	1 (9,09%)	8 (72,72%)	2 (18,18%)
5. Saya akan berusaha membayangkan manfaat apa yang akan saya dapatkan ketika saya dapat mencapai target	0 (0%)	2 (18,18%)	4 (36,36%)	5 (45,45%)
6. Saya terdorong untuk sungguh-sungguh berusaha mencapai target meskipun menghadapi tantangan	0 (0%)	2 (18,18%)	8 (72,72%)	1 (9,09%)

TS=Tidak Setuju; KS= Kurang Setuju; S=Setuju; SS=Sangat Setuju

Jika kedua hasil evaluasi (*reaction* dan *learning*) dibandingkan, maka dapat dilihat bahwa dari sisi reaksi, peserta menghayati bahwa pelatihan dinilai tersampaikan dengan baik dari segi materi, pembicara dan hal teknis. Hal ini menggambarkan bahwa seluruh peserta bereaksi positif terhadap jalannya pelatihan. Di sisi lain, pada evaluasi pembelajaran atau *learning*, meskipun secara umum peserta terlihat mampu mengimplementasikan materi pelatihan, namun masih terlihat beberapa peserta yang kurang mampu menetapkan target belajar (36,36% peserta). Ada juga peserta yang kurang mengenali strategi belajar serta kurang mengerti manfaat pencapaian target dan kurang adanya dorongan untuk berusaha mencapai target meskipun menghadapi tantangan (18,18% peserta). Sebanyak 27,27% peserta juga kurang mengetahui pentingnya keyakinan diri dalam usaha pencapaian target. Perbedaan kedua hasil evaluasi tersebut dapat disebabkan karena proses pengimplementasian atau evaluasi belajar memerlukan proses yang lebih lama daripada reaksi peserta. Ditambah lagi

dengan waktu pelatihan yang terbatas, yang hanya dilakukan satu kali pertemuan, juga dapat membuat beberapa peserta membutuhkan waktu untuk dapat melakukan proses belajar lebih lanjut. Hal ini juga merupakan sebuah keterbatasan penelitian yang dapat dicermati lebih lanjut oleh peneliti selanjutnya yang hendak memberikan pelatihan SRL *forethought*.

PEMBAHASAN

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan strategi SRL *forethought* efektif untuk meningkatkan *student engagement* pada siswa kelas VII SMP di kelompok eksperimen, dengan nilai signifikansi ($p = 0,018$; $z = -2,358$; dengan ES : 0,71). Hasil dari penelitian ini memperkuat penelitian sebelumnya yang menyatakan ada korelasi positif antara peningkatan kemampuan melakukan strategi SRL dengan peningkatan *student engagement* pada siswa di sekolah (Cadima et al., 2015; Sun & Rueda, 2012; Wolters & Taylor, 2012). Keterlibatan siswa di sekolah terbukti mampu meningkat ketika siswa memahami strategi dalam regulasi diri, mampu menghayati

pentingnya regulasi diri serta terdorong untuk menyusun rencana atau strategi untuk mencapai target yang telah ditetapkan.

Hasil perbedaan signifikan pada kelompok eksperimen pada kondisi sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) mengikuti pelatihan dapat dilihat lebih jelas pada tabel 2. Setelah mengikuti pelatihan, terdapat 81,8% siswa (9 orang) yang mengalami peningkatan *student engagement*. Terkait dengan perubahan kategori, terdapat 27,3% siswa (3 orang) yang mengalami perubahan kategori SE dari moderat/sedang ke kategori SE tinggi. Hal ini sesuai dengan (Zimmerman, 2002) yang mengatakan bahwa pelajar yang dirinya teregulasi (*self-regulated learners*) biasanya diidentifikasi sebagai pelajar yang secara aktif terlibat dalam proses belajarnya sendiri. *Self-regulated learning* yang kuat akan membantu siswa untuk dapat mengembangkan sikap positif di sekolahnya karena siswa tersebut akan aktif berpartisipasi dalam proses belajarnya, terutama dalam hal membuat target dan rencana belajar, serta menghayati pentingnya proses belajar.

Jika hasil data dibandingkan pada kelompok kontrol, terlihat bahwa terdapat perbedaan signifikan antara hasil *student engagement* pada data *pre* dan *post-test* pada kelompok kontrol ($p = 0.040$; $z: -2.051$). Pada tabel 2, dapat dilihat lebih jelas bahwa hasil perbedaan signifikan pada kelompok kontrol di kondisi tidak diberikan intervensi pelatihan SRL *forethought* didapatkan dari sebanyak 58.3% siswa (7 orang) yang mengalami penurunan *student engagement*. Semua responden pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan kategori *student engagement*, yaitu tetap dalam kategori moderat/sedang. Faktor potensial yang dapat menjelaskan kondisi ini salah satunya diduga karena kondisi siswa yang berada pada masa peralihan dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama, serta

adanya perbedaan sistem belajar di sekolah. Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas VII yang berada dalam kondisi sistem pembelajaran tatap muka secara penuh di sekolah. Kondisi belajar-mengajar ini baru dijalani selama satu semester, dan merupakan kondisi yang berbeda dengan kondisi yang dialami sepanjang dua tahun ke belakang, yaitu sistem belajar *online*. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Stefansson et al. (2018) bahwa siswa remaja yang pindah ke lingkungan/kondisi sekolah yang berbeda akan mengalami keadaan/tatanan pengaruh yang berbeda pula (misalnya pengaruh guru, teman sebaya, mata pelajaran) sehingga, pada waktu tertentu, dapat mempengaruhi tingkat *engagement* siswa secara negatif.

Hasil perbedaan signifikan dari kelompok eksperimen mengenai kondisi sebelum dan sesudah pelatihan salah satunya juga dapat dipengaruhi oleh reaksi positif serta proses pembelajaran peserta selama pelatihan berlangsung. Berdasarkan evaluasi pelatihan pada level *reaction* di tabel 5, dapat dilihat seluruh siswa (100%) setuju materi yang diberikan menarik, bermanfaat serta memungkinkan untuk dapat diterapkan di kehidupan sebagai siswa di sekolah. Dalam aspek pembicara atau *trainer* yang membawakan materi, seluruh siswa (100%) juga menilai *trainer* kegiatan pelatihan ini menarik dalam membawakan materi dan menggunakan bahasa yang dapat dipahami. Terdapat 90,9% siswa setuju *trainer* mampu menggugah untuk menerapkan materi pada proses belajarnya. Secara teknis, 100% siswa juga merasa puas terhadap media dan ruangan yang digunakan. Hasil dari evaluasi reaksi penting untuk menjadi salah satu pertimbangan ketercapaian tujuan dari suatu pelatihan karena minat, perhatian dan motivasi peserta yang positif sangat berkaitan dengan proses pembelajaran yang terjadi selama kegiatan pelatihan. Jika peserta menghayati dan bereaksi positif

terhadap suatu kegiatan pelatihan, maka peserta akan lebih termotivasi untuk selanjutnya belajar sesuatu dari materi atau isi kegiatan pelatihan tersebut (Kirkpatrick & Kirkpatrick, 2006).

Pada hasil evaluasi *learning* di tabel 6, dapat disimpulkan bahwa secara umum, siswa mengalami proses pembelajaran dari pelatihan ini. Dapat dilihat dari siswa yang mampu membuat target belajar (63,6%), siswa yang mampu mengenali strategi belajar (81,8%), mengetahui pentingnya keyakinan diri dalam belajar (72,7%), mampu merumuskan faktor pendukung dan penghambat belajar, mampu membayangkan manfaat pencapaian target serta terdorong untuk berusaha mencapai target meskipun menemui kendala (81,8%). Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami pembelajaran mengenai strategi SRL *forethought* yang diberikan selama pelatihan.

Selain dapat dilihat dari evaluasi pelatihan, faktor lain yang dapat menyebabkan adanya pengaruh dari pelatihan SRL *forethought* kepada peningkatan SE siswa partisipan penelitian ini, dapat juga dilihat dari bagaimana siswa berproses sepanjang pelatihan terkait dengan materi SRL *forethought* yang diberikan. Sasaran dari pelatihan SRL *forethought* ini disusun berdasarkan aspek dari fase *forethought* SRL, yaitu *goal setting*, *strategic planning*, *self-efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest* dan *goal orientation*.

Sasaran pertama dari pelatihan adalah bagaimana siswa mampu mengenali strategi belajar yang sesuai dengan dirinya (*strategic planning*). Pemahaman strategi belajar yang sesuai dengan diri masing-masing dapat membantu siswa untuk mencapai target belajarnya dengan lebih efektif. Strategi belajar yang perlu dikenali salah satunya adalah gaya belajar. Oleh karena itu, pembicara mengajak para siswa untuk mengikuti kuis singkat untuk

mengetahui gaya belajar masing-masing. Pada saat kuis gaya belajar berlangsung, secara umum siswa nampak antusias dengan memperhatikan dan menjawab kuis dengan kondisi tenang. Pada akhir kuis, seluruh siswa mampu mengetahui dan menuliskan gaya belajar masing-masing. Seluruh siswa mampu melakukan skoring dan menuliskan gaya belajar di lembar yang tersedia dengan tepat. Mengenai strategi belajar lainnya yang dapat diidentifikasi, secara umum, siswa mampu menyebutkan waktu efektif belajarnya. Ada siswa yang memiliki waktu efektif belajar malam hari, siang hari, sore dan pagi. Pada poin lokasi belajar, secara umum siswa menjawab rumah adalah lokasi belajar yang paling efektif. Ketika seseorang merasakan bahwa proses belajarnya dapat mengijinkan serta mendorong untuk mengidentifikasi serta menerapkan strategi sesuai dengan dirinya secara mandiri dan siswa merasakan bahwa dirinya turut serta dalam penyusunan cara pencapaian tujuan belajarnya, maka hal ini dapat meningkatkan tingkat keterlibatan siswa di sekolah (Hafen et al., 2012; Ryan & Deci, 2000).

Sasaran pelatihan selanjutnya adalah bagaimana peserta mau mencoba untuk menetapkan target belajar untuk dirinya sendiri (*goal setting*). Agar lebih efektif dan jelas, target belajar perlu dibuat menggunakan suatu strategi, salah satunya yang diajarkan pada pelatihan ini adalah strategi SMART goals. Saat materi mengenai SMART goals disampaikan, nampak siswa mendengarkan dengan seksama. Di kegiatan menyusun target belajar sesuai strategi SMART *goals*, rata-rata siswa mampu menyebutkan tiga target belajar sesuai dengan salah satu atau lebih kriteria SMART *goals*. Hasil ini didukung oleh Reeve (2012) yang mengatakan bahwa pembuatan dan pencapaian dari target khususnya target dari dalam diri (*intrinsic goals*) mendorong siswa untuk mau belajar lebih dalam, sikap dan performa selama proses pembelajaran

yang lebih baik, serta menjadi lebih tekun. Bersedia belajar lebih dalam, memiliki sikap dan performa yang baik pada pembelajaran serta menjadi pembelajar yang lebih tekun merupakan beberapa tanda bahwa siswa terlibat dalam sekolahnya.

Menurut Schunk dan Mullen (2012), karena target (*goals*) tidak akan mempengaruhi perilaku tanpa adanya komitmen dan tanpa didorong motivasi, maka sasaran selanjutnya yang ingin dicapai pada pelatihan ini adalah mengenai aspek motivasi dari *self-regulated learning* fase *forethought*. Siswa perlu menyadari pentingnya memiliki keyakinan diri dalam pencapaian target (*self-efficacy*). Dalam proses pelatihan, *trainer* mengajak peserta pelatihan untuk memainkan sebuah permainan “target” agar peserta dapat lebih menghayati peran keyakinan diri dan ekspektasi akan hasil (yang didapatkan melalui pengalaman sebelumnya) dalam mendukung proses mencapai target tersebut. Permainan berjalan dengan lancar dan kondusif sesuai dengan instruksi permainan.

Proses mempertimbangkan kemampuan dan pengalaman belajar yang dimiliki dan konsekuensinya (*outcome expectations*), dapat berpengaruh pada keyakinan diri dalam perumusan dan pencapaian target. Menurut teori sosial kognitif, *self-efficacy* atau kemampuan yang dihayati dalam belajar atau menghasilkan sesuatu adalah kunci kognitif serta motivasi yang berpengaruh pada *engagement*. Studi menunjukkan bahwa *self-efficacy* disertai ekspektasi akan hasil (*outcome expectations*) dapat mempengaruhi perilaku siswa seperti pemilihan tugas atau target, usaha, kegigihan serta menggunakan strategi belajar yang efektif (Schunk & Mullen, 2012).

Materi terakhir disampaikan melalui media menonton video, dengan sasaran *goal orientation* dan *intrinsic interest*. Saat

menonton video mengenai seorang anggota tim *baseball* yang berusaha mencapai target dengan tidak mudah, para siswa nampak memperhatikan dengan serius. Setelah menonton video, pembicara memberikan penjelasan singkat mengenai video yang sudah ditonton. Untuk lebih menghayati penjelasan yang disampaikan, maka siswa diminta mengisi dua pertanyaan terakhir pada lembar kerja mengenai hal apa yang akan dilakukan ketika akan menemukan tantangan dalam proses mencapai target (*goal orientation*) serta siswa diajak untuk membayangkan manfaat yang akan didapat setelah mencapai target (*intrinsic interest*). Rata-rata siswa mampu menyebutkan dua sampai tiga usaha yang akan dilakukan jika menemui tantangan. Hal yang akan dilakukan untuk dapat mencapai target walaupun menghadapi tantangan adalah dengan berusaha lebih giat, tidak mudah menyerah dan berusaha melakukan yang terbaik. Siswa yang terlibat dengan tugas dan kegiatan di sekolah dapat juga diperlihatkan dari siswa yang menunjukkan usaha dan kegigihan saat menghadapi kesulitan. Siswa mampu melakukan hal-hal yang dapat membantu mengatasi kesulitan atau kendala tersebut seperti mencari bantuan dan yang lainnya. Hal ini dapat dilakukan dan dipertahankan karena siswa fokus berorientasi kepada tujuan atau target (Schunk & Mullen, 2012).

Pada poin mengenai manfaat setelah mencapai target (*intrinsic interest*), sebagian besar siswa juga mampu menyebutkan 2-3 manfaat untuk dirinya sendiri. Ketika siswa melihat adanya nilai dan menghayati mengenai penting dan gunanya target atau kegiatan belajar di sekolah, hal ini adalah penentu tingkat motivasi individu, sehingga nantinya akan membuat siswa lebih aktif terlibat di sekolah (Schunk & Mullen, 2012).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dari kelompok eksperimen pada *student engagement* sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan strategi SRL fase *forethought* pada siswa kelas VII SMPK "X". Artinya, pelatihan strategi SRL *Forethought* dapat meningkatkan SE siswa kelas VII. Selain itu, reaksi positif dan proses pembelajaran siswa terhadap pelatihan, yang digambarkan melalui evaluasi reaksi dan evaluasi pembelajaran berperan keberhasilan pelatihan, sehingga terjadi peningkatan SE pada siswa kelas VII SMPK "X" Bandung.

Pada kelompok kontrol juga ditemukan perbedaan signifikan antara SE pre dan post tes. Hasil perbedaan signifikan tersebut didapatkan karena adanya penurunan skor SE antara dua kondisi tersebut. Faktor potensial yang menyebabkan hal ini terjadi salah satunya adalah karena kondisi siswa yang berada di masa peralihan jenjang dari SD ke SMP serta sistem pembelajaran yang mengalami perubahan dari sistem belajar *online* ke sistem pembelajaran tatap muka. Perbandingan hasil data ini menunjukkan bahwa pelatihan regulasi diri fase

forethought dibutuhkan oleh siswa demi mencegah penurunan serta sekaligus dapat meningkatkan *student engagement* siswa kelas VII SMP.

Saran

Berdasarkan pemaparan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan, terdapat beberapa saran yang diajukan peneliti. Terkait dengan kondisi awal antara kelompok kontrol dan eksperimen yang tidak seimbang, maka peneliti menyarankan untuk melakukan randomisasi subjek penelitian berdasarkan kategori SE agar kondisi awal antar kelompok dapat lebih seimbang. Terkait dengan adanya pengaruh dari pelatihan SRL *forethought* terhadap peningkatan SE siswa kelas VII, maka disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat meneruskan ke tahapan SRL selanjutnya. Tahap *performance* dan *self-reflection* merupakan tahap pelaksanaan dan evaluasi terhadap strategi regulasi diri yang telah direncanakan, sehingga untuk melengkapi hasil penelitian, peneliti selanjutnya dapat menindaklanjuti intervensi pelatihan ini dengan memilih metode intervensi lain yang sesuai dengan pelaksanaan dan evaluasi SRL, seperti menggunakan *self-report* atau sesi diskusi.

DAFTAR PUSTAKA

- Appleton, J. J., Christenson, S. L., & Furlong, M. J. (2008). Student Engagement with School: Critical Conceptual and Methodological Issues of the Construct. *Psychology in the Schools*, 45(5), 369–386.
<https://doi.org/10.1002/pits.20303>
- Cadima, J., Doumen, S., Verschueren, K., & Buyse, E. (2015). Child Engagement in the Transition to School: Contributions of Self-regulation, Teacher–child Relationships and Classroom Climate. *Early Childhood Research Quarterly*, 32, 1–12.
- Christenson, S. L., Reschly, A. L., & Wylie, C. (Eds.). (2012). *Handbook of Research on Student Engagement*. Springer US.
<https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7>
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School Engagement: Potential of the Concept, State of the Evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109.
<https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- Gultom, Z. A., & Savitri, J. (2021). Hubungan Teacher Support dengan School Engagement Pada Siswa SMP “X” di Bandung. *JURNAL PSIKOLOGI MANDALA*, 5(1).
<https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/mandala/article/view/1628>
- Hafen, C. A., Allen, J. P., Mikami, A. Y., Gregory, A., Hamre, B., & Pianta, R. C. (2012). The Pivotal Role of Adolescent Autonomy in Secondary School Classrooms. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(3), 245–255.
<https://doi.org/10.1007/s10964-011-9739-2>
- Kirkpatrick, D. L., & Kirkpatrick, J. D. (2006). *Evaluating Training Programs : The Four Levels* (3rd ed.). Berrett-Koehler.
- Lianti, T. (2016). *Studi Deskriptif mengenai Student Engagement pada Siswa SMPN “X” di Kota Bandung* [Skripsi]. Universitas Kristen Maranatha.
- Macklem, G. L. (2015). *Boredom in the Classroom* (Vol. 1). Springer International Publishing.
<https://doi.org/10.1007/978-3-319-13120-7>
- Reeve, J. (2012). A Self-determination Theory Perspective on Student Engagement. In *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 149–172). Springer US.
https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_7
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Schunk, D. H., & Mullen, C. A. (2012). Self-Efficacy as an Engaged Learner. In *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 219–235). Springer US.
https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_10
- Setiani, S., & Wijaya, E. (2020). The Relationship Between Self-Regulated Learning With Student Engagement in College Students Who Have Many

- Roles. *Proceedings of the 2nd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2020)*.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.201209.045>
- Silberman, M. L., & Auerbach, C. (2006). *Active Training : a Handbook of Techniques, Designs, Case Examples, and Tips* (3rd ed.). Pfeiffer.
- Stefansson, K. K., Gestsdottir, S., Birgisdottir, F., & Lerner, R. M. (2018). School Engagement and Intentional Self-Regulation: A Reciprocal Relation in Adolescence. *Journal of Adolescence*, 64(1), 23–33.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.01.005>
- Sun, J. C., & Rueda, R. (2012). Situational Interest, Computer Self-efficacy and Self-regulation: Their Impact on Student Engagement in Distance Education. *British Journal of Educational Technology*, 43(2), 191–204. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8535.2010.01157.x>
- Wolters, C. A., & Taylor, D. J. (2012). A Self-regulated Learning Perspective on Student Engagement. In *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 635–651). Springer US.
https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_30
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.
https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2

