

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Sesuai dengan tuntutan masyarakat dan perkembangan ilmu pengetahuan yang semakin meningkat, pendidikan dirasakan tidak cukup bila dilakukan di dalam lingkungan keluarga saja. Sehingga pendidikan formal merupakan hal yang tidak dapat ditawar-tawar lagi dalam mengembangkan diri manusia.

Pendidikan selain ikut mengambil bagian dalam memajukan pembangunan, juga mengantarkan manusia ke harkat dan martabat yang lebih tinggi selain untuk dan meningkatkan kesejahteraan hidup secara menyeluruh. Program pendidikan sangat menentukan keberhasilan bangsa terutama bagi para terdidik sebagai generasi penerus bangsa.

Remaja sebagai generasi penerus bangsa menjadi harapan dalam memajukan pembangunan. Upaya yang dilakukan pemerintah dan masyarakat untuk mempersiapkan remaja agar menjadi calon sumber daya yang berkualitas dan berpotensi dalam menghadapi persaingan adalah melalui pendidikan, karena pembangunan tidak mungkin berhasil dengan baik tanpa didukung oleh tersedianya tenaga kerja yang memadai dimana tenaga kerja merupakan produk pendidikan. Pendidikan yang diberikan kepada remaja dapat berupa pendidikan formal maupun informal. Lembaga pendidikan yang diselenggarakan kebanyakan

berupa pendidikan formal yaitu dengan didirikannya sekolah-sekolah yang berkualitas, baik oleh pihak pemerintah maupun swasta.

Seiring kemajuan dan teknologi yang selalu berkembang setiap saat, orang tua merasa memiliki kemampuan yang terbatas dalam mendidik anak. Oleh karena itu, orang tua menganggap sekolah merupakan lembaga pendidikan yang dapat memberikan pendidikan yang tidak mampu diberikan oleh orang tua **(Ikhsan, 1996:20)**

Upaya yang dilakukan orang tua untuk mendidik anak-anaknya adalah dengan menyekolahkan anaknya di sekolah yang berkualitas, sehingga tak jarang banyak orang tua yang menyekolahkan anaknya di sekolah swasta, karena dianggap selain berkualitas juga memiliki fasilitas yang lebih memadai dan program pendidikan yang lebih baik. Salah satu sekolah yang dianggap memiliki persyaratan tersebut adalah *Boarding School* (sekolah berasrama).

SMU *Boarding School* memiliki visi yaitu Terpadu Cipta Insan Yang Madiri yang meliputi tampil menyandang prestasi, ekstra dalam berkarya, rendah hati bersahaja, panutan dalam bersikap, agama landasan bakti, disiplin dalam bertindak, unggul, inovatif dan mandiri. Misi yang dimiliki SMU *Boarding School* yaitu meningkatkan kualitas lulusan, mempertebal keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, membina budi pekerti luhur, membina budaya bersih, budaya tertib, budaya belajar dan budaya kerja melalui kedisiplinan, mengembangkan minat dan bakat peserta didik melalui kegiatan keterampilan dan ekstrakurikuler, meningkatkan profesionalisme sumber daya manusia,

mengkondisikan sekolah sebagai wiyata mandala. Sedangkan tujuan pendidikan di SMU *Boarding School*, yaitu menghasilkan lulusan yang beriman dan bertakwa, berilmu dan berkarya untuk melanjutkan studi ke jenjang pendidikan tinggi dan atau mampu mandiri.

SMU *Boarding School* merupakan sekolah menengah umum yang berbeda dengan sekolah-sekolah menengah umum yang lainnya, salah satunya dengan melaksanakan Muhibah Kesenian yang membawa misi kebudayaan Indonesia ke luar negeri khususnya negara-negara Eropa yang menjadi kegiatan rutin tahunan terutama untuk siswa yang duduk di kelas 1. Untuk dapat menjadi siswa-siswi SMU *Boarding School* ini, para lulusan SLTP harus melewati lima tahapan seleksi yaitu tes akademik, tes kesehatan (fisik, roentgen paru-paru, lab.urine, lab.darah), psikotest, wawancara, dan kesamaptaan (olah raga) guna mendapatkan lulusan SLTP yang terbaik. SMU *Boarding School* menerapkan kurikulum baru dengan memadukan tiga program pendidikan, yaitu: pendidikan umum / akademik, pendidikan agama dan pendidikan keterampilan fungsional secara selaras yang tetap mengikuti kurikulum nasional dan menggunakan kurikulum berbasis kompetensi (KBK).

Dengan demikian, siswa SMU *Boarding School* akan mengalami persaingan yang lebih ketat untuk berhasil dalam bidang akademik. Disamping itu juga siswa diharapkan lebih mampu belajar mengatur dirinya dan mulai merencanakan hidupnya secermat mungkin agar dapat mencapai setiap tujuan (*goal*) yang direncanakannya (**Pikiran Rakyat, Jum'at, 14 Maret 1997**).

Kemampuan mengatur diri dalam belajar, dan merencanakan secermat mungkin untuk mencapai tujuan adalah bagian dari kemampuan meregulasi diri. . Kemampuan meregulasi diri menurut (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996, dalam Boekaerts, 2000) adalah kemampuan mengarahkan pikiran (*thoughts*), perasaan (*feelings*), serta tindakan (*action*) terhadap segala hal yang telah direncanakan dan diterapkan secara berulang untuk mencapai tujuan pribadi (*personal goals*) yang didasari oleh keyakinan dan motivasi dari dalam diri individu. Sedangkan regulasi diri (*self-regulation*) dalam bidang akademik adalah kemampuan mengarahkan pikiran (*thoughts*), perasaan (*feelings*), serta tindakan (*action*) dengan maksud untuk mencapai tujuan pendidikan yang spesifik, seperti menganalisis tugas belajar, mempersiapkan diri ketika menghadapi ujian atau menyusun suatu karya tulis. (Barry J. Zimmerman, Sebastian Bonner, and Robert Kovach).

Self-regulation dapat terlihat dalam tiga fase sebagaimana yang diutarakan oleh Zimmerman (Zimmerman's, 1998-2000, dalam Boekaerts, 2000). Tiga rangkaian fase tersebut terdiri dari: *forethought* (perencanaan), *performance or volitional control* (pelaksanaan), dan *self-reflection* (proses refleksi diri). *Forethought* berkaitan dengan proses-proses yang mempengaruhi usaha untuk bertindak dan menentukan langkah-langkah untuk melakukan usaha tersebut. *Performance or Volitional Control* meliputi proses-proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung dan dampak dari perhatian dan tindakan yang dilakukan.

Self-Reflection meliputi proses yang terjadi setelah suatu usaha dilakukan dan pengaruh dari respon individu terhadap pengalamannya itu.

Dengan kemampuan *self-regulation* yang dimiliki siswa, maka terbantu untuk meraih prestasi akademik sesuai dengan taraf kemampuannya, dapat menyusun dan mempersiapkan diri sejak dini untuk memasuki jenjang pendidikan lebih tinggi.

Setiap hari siswa mengalami berbagai situasi dalam kegiatan yang berbeda sehingga diperlukan usaha untuk menghadapinya, terutama usaha untuk mengarahkan tingkah laku sesuai dengan situasi yang dihadapi. Di sekolah, siswa berinteraksi dengan guru, teman-teman, dan aturan-aturan sekolah. Dalam interaksinya, tidak jarang siswa menghadapi situasi beragam yang menuntut untuk dihadapi dan diselesaikan. Misalnya di sekolah siswa dituntut untuk mentaati peraturan-peraturan sekolah, menyelesaikan tugas, berdiskusi dengan teman-temannya, mengikuti kegiatan belajar mengajar maupun kegiatan lain yang diwajibkan dan ketika siswa melanggarnya, maka akan dikenai sanksi.

Kemampuan siswa me-regulasi diri dalam bidang akademik sangat diperlukan untuk mencapai tujuan (*goal*) yang diinginkan, terlebih lagi untuk memenuhi tuntutan orang tua, guru dan lingkungan sekitar. SMA *Boarding School* Bandung berbeda dengan sekolah menengah umum swasta lainnya. Perbedaan utamanya adalah di sekolah ini tidak terdapat sistem tinggal kelas. Bila siswa mempunyai nilai di bawah standar yang ditetapkan pihak sekolah sehingga harus tinggal kelas, maka dengan sendirinya siswa itu harus keluar (DO). Begitu

pula apabila ada diantara siswa yang berperilaku melanggar tata tertib dan melebihi batas ketentuan pelanggaran dari pihak sekolah, maka pihak sekolah akan mengeluarkan / *men-drop-out* siswa yang bersangkutan. Disamping itu, perbedaan lainnya adalah para siswa diwajibkan tinggal di asrama yang telah disediakan, dengan tujuan untuk membiasakan hidup disiplin dan mampu mandiri.

Keharusan tinggal di asrama sejak memasuki sekolah ini, diikuti oleh peraturan-peraturan. Pada tiga bulan pertama siswa tidak diperkenankan ke luar asrama, ataupun melakukan komunikasi langsung dengan orang tua, baik melalui telepon maupun alat komunikasi lainnya. Khususnya bagi siswa kelas satu, merupakan saat-saat yang cukup menyulitkan. Pengalaman pertama tinggal di asrama dengan seperangkat peraturan yang terbilang ketat mengharuskan siswa mampu melakukan beberapa bentuk penyesuaian diri, khususnya menyesuaikan diri dengan keterpisahan dari orang tua dan keluarga terdekat, menyesuaikan diri memasuki lingkungan sosial, sekolah, aturan baru, dan menyesuaikan diri dengan kehidupan asrama.

Dilihat dari aktivitasnya, pembelajaran di *SMU Boarding School* dimulai pada pukul 04.15 dan berakhir pada pukul 22.00, didalamnya tercakup kegiatan sekolah, ekstrakurikuler, dan keagamaan yang dilaksanakan secara terjadwal. Untuk kegiatan kulikuler, *SMU Boarding School* menggunakan KBK (Kurikulum Berbasis Kompetensi). Beberapa implikasi dari kurikulum ini adalah para siswa dituntut aktif menjawab dan aktif pula bertanya sehingga suasana pembelajaran berjalan secara dua arah.

Dengan gambaran situasi seperti di atas, tidaklah heran jika siswa di sekolah ini harus mampu meregulasi dirinya, diantaranya menetapkan tujuan dan menggunakan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan tersebut, dapat menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, dapat mengatur waktu belajar sehingga mendapatkan nilai di atas standar yang telah ditentukan, mematuhi aturan yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah, dan melakukan evaluasi terhadap hasil belajar yang telah ditetapkan.

Kemampuan siswa dalam meregulasi dirinya sendiri agar mendapat nilai yang baik sehingga terhindar dari sanksi akademis yaitu DO (*drop-out*), tidak mendapat sanksi-sanksi lainnya karena peraturan yang diterapkan di sekolah ini cukup banyak, ataupun mengecewakan harapan orang tua atau lingkungan sekitarnya. Berdasarkan keterangan salah seorang guru SMA *Boarding School* menyatakan bahwa terdapat beberapa siswa yang tidak menjalankan kegiatan sekolah dengan baik seperti siswa baru belajar di sekolah padahal akan menghadapi ulangan pada saat itu, siswa masih berada di luar kelas, padahal waktu istirahat telah habis *Boarding School*. Pada setiap tahun akademiknya, selalu ada siswa yang dikeluarkan dari SMA ini. Penyebabnya secara umum adalah prestasi belajar yang kurang baik atau melanggar terhadap aturan sekolah dalam derajat tertentu.

Siswa di SMA *Boarding School* Bandung memiliki buku catatan kasus. Apabila dalam buku catatan kasus itu tertera melanggar dan melebihi ketentuan dari sekolah maka pihak sekolah akan men-DO siswa tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dijumpai fenomena yang beragam. Hasil survey yang didapat dari 23 siswa, 96% siswa menyatakan sering mempunyai target nilai yang ingin dicapai dalam bidang akademik, dan 4% siswa menyatakan kadang-kadang mempunyai target nilai yang ingin dicapai. Untuk mencapai target nilai, 100% siswa menyatakan mereka akan berusaha belajar sebaik mungkin dan berdoa. Terdapat kendala dalam diri siswa ini yaitu mengenai perasaan yang dialami siswa ketika harus menetapkan target nilai, yaitu 39% siswa menyatakan merasa terbebani bila harus menetapkan target nilai dengan alasan khawatir apabila target nilai tidak tercapai, merasa kurang mampu dengan target nilai yang akan dicapai, dan karena kegiatan sehari-hari terlalu banyak. Sebanyak 13% siswa menyatakan kadang-kadang merasa terbebani dengan alasan kadang-kadang target nilai yang dibuat terlalu tinggi, dan 48% siswa menyatakan bahwa mereka jarang sekali terbebani bila harus menetapkan target nilai dengan alasan yakin akan kemampuan yang dimilikinya, target nilai dijadikan motivasi agar lebih giat belajar.

Namun dalam pelaksanaannya 8,5% siswa menyatakan sangat sering mengalami kesulitan untuk melaksanakan rencana yang telah disusun oleh dirinya untuk mencapai target akademik dengan alasan merasa materi pelajaran terlalu sulit sehingga rencana yang disusun gagal. Sebanyak 26% siswa menyatakan sering mengalami kesulitan untuk melaksanakan rencana yang telah disusun oleh dirinya untuk mencapai target akademik dengan beberapa alasan yakni: karena siswa tidak biasa mengatur waktu, karena rencana yang siswa susun seringkali

bentrok dengan kegiatan lain, dan karena siswa merasa kemampuannya terbatas dalam bidang akademik. Sebanyak 57% siswa menyatakan terkadang mengalami kesulitan untuk melaksanakan rencana yang telah disusun oleh dirinya untuk mencapai target akademik dengan beberapa alasan yakni: karena terkadang siswa malas belajar, dan rencana yang di susun tidak sesuai dengan kenyataan, karena waktu yang sempit dan merasa ragu dengan kemampuan dirinya. Sebanyak 8,5% siswa menyatakan jarang sekali mengalami kesulitan untuk melaksanakan rencana yang telah disusun oleh dirinya untuk mencapai target akademik dengan alasan bahwa rencana yang sudah ditetapkan sudah diperhitungkan oleh siswa tersebut.

Disamping itu juga dari 23 orang siswa, terdapat 4% siswa tergoda untuk bermain dengan teman sehingga tugas sekolah terbengkalai dengan alasan untuk menghilangkan kejenuhan, 74% siswa terkadang tergoda untuk bermain sehingga terkadang tugasnya terbengkalai dengan alasan bosan dengan tugas yang terlalu banyak dan menginginkan bermain dengan temannya. Sebanyak 22% siswa lainnya menyatakan bahwa mereka jarang sekali tergoda untuk main dengan alasan bahwa tugas sekolah lebih penting, menganggap bahwa dirinya sudah dewasa dan harus bisa mengatur dirinya dalam setiap kegiatan.

Setelah suatu usaha dilakukan, maka sebanyak 9% siswa menyatakan sangat sering melakukan evaluasi terhadap usaha yang telah dilakukan untuk mencapai target akademik, dengan alasan agar berhasil dan tidak mengulangi kesalahan yang sama. Sebanyak 48% siswa menyatakan sering melakukan evaluasi terhadap usaha yang telah dilakukan untuk mencapai target akademik,

dengan alasan kalau siswa tidak berhasil mencapai target nilai maka dirinya akan berusaha dengan menambah waktu belajar di hari yang akan datang. Sebanyak 43% siswa menyatakan kadang-kadang melakukan evaluasi terhadap usaha yang telah dilakukan untuk mencapai target akademik dengan beberapa alasan yakni: siswa menerima nilai berapapun yang telah didapatnya dengan lapang dada, karena siswa tidak akan membahas apapun yang telah dilakukannya, dan karena siswa tidak memiliki waktu yang banyak untuk melakukan evaluasi.

Berdasarkan hasil survey tersebut maka dapat disimpulkan bahwa semua siswa mempunyai target nilai yang ingin dicapai dan semua siswa memiliki motivasi untuk mencapai target nilai tersebut. Namun pada pelaksanaannya terdapat beberapa siswa yang menyatakan sangat sering, sering atau kadang-kadang mengalami kesulitan untuk melaksanakan rencana yang telah disusun. Ada pula yang menyatakan jarang sekali mengalami kesulitan untuk melaksanakan rencana yang sudah disusun. Di lain hal, terdapat siswa menyatakan bahwa tugasnya sering terbengkalai. Terdapat beberapa siswa menyatakan tugasnya kadang-kadang terbengkalai, namun ada pula siswa yang menyatakan bahwa tugasnya jarang sekali terbengkalai. Setelah suatu usaha dilakukan terdapat beberapa siswa yang menyatakan sangat sering atau sering melakukan evaluasi terhadap usaha yang telah dilakukannya dalam bidang akademik. Ada pula siswa yang menyatakan kadang-kadang melakukan evaluasi terhadap usaha yang telah dilakukannya dalam bidang akademik.

Dengan melihat fakta yang dipaparkan di atas dan dengan sistem yang digunakan di SMA *Boarding School*, siswa diharapkan dapat meregulasi dirinya. Memotivasi dirinya, memberikan arah pada kegiatan belajarnya, sehingga tujuan dalam bidang akademik dapat tercapai. Tujuan tersebut yaitu mendapat target akademik dengan nilai tidak kurang dari batas standar yang telah ditentukan sekolah. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai regulasi-diri (*self-regulation*) siswa kelas XI dalam bidang akademik di SMA *Boarding School* Bandung.

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Dalam penelitian ini akan diteliti tentang:

Bagaimana kemampuan *self-regulation* dalam bidang akademik yang diperlihatkan oleh siswa kelas XI SMA *Boarding School* Bandung?

1.3 MAKSUD DAN TUJUAN

1.3.1 Maksud penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data mengenai *self-regulation* dalam bidang akademik pada siswa kelas XI di SMA *Boarding School* Bandung.

1.3.2 Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran komprehensif tentang *self-regulation* dalam bidang akademik pada siswa kelas XI di SMA *Boarding School* Bandung.

1.4 KEGUNAAN PENELITIAN

1.4.1 Kegunaan Ilmiah

- Memberi informasi yang dapat digunakan bagi pengembangan ilmu psikologi pada umumnya dan psikologi pendidikan khususnya yang berkaitan dengan *self-regulation* dalam bidang akademik.
- Digunakan sebagai referensi yang bermanfaat dan dikembangkan sebagai titik tolak bagi peneliti-peneliti selanjutnya.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Sebagai bahan masukan bagi pihak sekolah, khususnya dalam penyusunan program atau konsep pelatihan bagi siswa dalam meregulasi diri agar siswa dapat mencapai tujuan (*goal*) yang diharapkan di bidang akademik.
- Sebagai masukan bagi siswa untuk lebih mengenal dirinya sehingga dapat meregulasi tingkah lakunya untuk mencapai tujuan (*goal*) yang diinginkan dalam bidang akademik.

1.5 KERANGKA PEMIKIRAN

Perubahan fundamental pada remaja berlangsung secara universal yaitu benar-benar terjadi tanpa pengecualian dan semua remaja di masyarakat manapun pasti mengalaminya. Menurut **(Steinberg, 1993)** perubahan tersebut meliputi: perubahan biologis, perubahan kognitif dan perubahan sosial. Perubahan biologis merupakan perubahan fundamental yang pertama. Elemen-elemen utama biologis mengalami perubahan pada diri remaja, termasuk perubahan fisik dan kemampuan reproduksi.

Perubahan kognitif merupakan perubahan fundamental yang kedua. Istilah kognitif merujuk pada proses-proses yang mendasari cara manusia berpikir mengenai sesuatu hal. Ingatan dan penyelesaian masalah merupakan contoh dari proses kognitif. Munculnya kemampuan berpikir yang lebih kompleks merupakan satu perubahan yang paling mencolok selama masa remaja. Sebagai contoh, jika dibandingkan dengan anak-anak, remaja lebih mampu untuk berpikir tentang situasi-situasi hipotesis (yaitu hal-hal yang belum tetapi akan terjadi / hal-hal yang mungkin tidak akan terjadi tetapi bisa saja terjadi) dan mampu berpikir dengan lebih baik mengenai konsep-konsep abstrak seperti persahabatan **(Keating, 1990 dalam Steinberg 1993:8)**. Implikasi perubahan kognitif ini juga sangat luas dan mendalam. Kemampuan untuk dapat berpikir secara hipotetis dan abstrak mempengaruhi cara remaja berpikir tentang diri mereka sendiri, tentang relasi, dan tentang dunia di sekelilingnya.

Ke tiga yaitu perubahan secara sosial. Dalam hal ini remaja mengalami peralihan dari bentuk sosialisasi yang bersifat kekanak-kanakan menjadi bentuk sosial yang matang dan bertanggung jawab. Semua masyarakat membedakan individu yang masih dipandang sebagai anak-anak dan individu yang sudah dipandang sebagai dewasa. Perubahan dalam status sosial memberikan peran baru pada remaja sehingga mereka dapat terlibat dalam aktivitas-aktivitas baru seperti pernikahan dan kerja. Hal tersebut secara dramatis mengubah jati diri dan hubungan dengan orang lain.

Walaupun perubahan dasar terjadi secara universal pada remaja, namun pengaruh dari perubahan tersebut sangatlah bervariasi. Hal tersebut terjadi karena pengaruh psikologis dari perubahan biologis, kognitif, dan sosial dibentuk oleh lingkungan tempat individu menjalani perubahan tersebut (**Bronfenbrenner**, 1979, dalam **Steinberg**, 1993). Dalam masyarakat modern, terdapat empat konteks yang mempengaruhi perkembangan dan tingkah laku dari remaja, yaitu: 1.keluarga, 2.teman sebaya, 3.tempat kerja&waktu luang dan 4.sekolah yakni sebagai tempat untuk mensosialisasikan dan mengajari remaja (**Entwistle**, 1990, dalam **Steinberg**, 1993).

Perubahan-perubahan yang sedang dialami dalam diri remaja, baik perubahan fisik maupun psikis membuat remaja berada dalam proses penyesuaian diri untuk berkembang ke arah kematangan / kemandirian, kepercayaan diri dan kemampuan untuk memecahkan permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam kehidupannya. Pada masa remaja ini juga dituntut untuk menghadapi kehidupan

yang sebenarnya, dimana remaja di hadapkan pada tuntutan yang berbeda dengan masa kanak-kanak. sekolah sebagai suatu konteks untuk perkembangan remaja, sekolah tempat untuk menyibukan diri, bersosilaisasi dan tempat untuk mendidik remaja (**Entwistle, 1990 dlam Steinberg, 1993**).

Sekolah juga memainkan peranan yang sangat penting dalam membentuk dunia sosial remaja dan membentuk perkembangan identitas serta *autonomy* dari remaja. Bandung Siswa kelas XI SMA *Boarding School* Bandung berada pada masa remaja. Siswa SMA *Boarding school* dituntut untuk dapat meregulasi dirinya karena terdapat SKBM (standar kelulusan belajar mengajar) untuk setiap mata pelajaran sesuai yang ditentukan oleh pihak sekolah. Apabila dibawah SKBM dan siswa tidak bisa memperbaikinya, siswa tidak diperkenankan untuk naik kelas. Siswa yang tidak naik kelas, maka dengan sendirinya siswa tersebut harus keluar dari sekolah DO (*drop out*).

Prestasi dan kemampuan akademik siswa yang optimal di sekolah tidak dapat dicapai dan tidak dapat terjadi begitu saja melainkan terdapat beberapa faktor penunjangnya. Faktor penunjang itu selain faktor kecerdasan adalah bagaimana siswa mampu memotivasi dirinya, memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan dalam bidang akademik dapat tercapai (**Winkell, 1983**). Memberikan arahan dalam belajar merupakan bagian dari *self regulation*. Kemampuan meregulasi diri (*self-regulation*) ini dibutuhkan untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai di bidang akademik karena siswa dapat lebih terencana

dan terarah dalam tingkah lakunya untuk mencapai tujuan (*goal*) yang diinginkannya.

Definisi *Self-regulation* adalah *thoughts* (pemikiran-pemikiran), *feelings* (perasaan-perasaan), dan *action* (tindakan) yang direncanakan dan diterapkan secara berulang-ulang untuk mencapai tujuan pribadi yang didasari oleh keyakinan dan motivasi dalam diri (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000). Dalam meregulasi diri, siswa kelas XI boarding school mengalami tiga fase yang merupakan siklus yaitu *forethought*, *performance or volitional control*, dan *self-reflection* (1998; dalam Pintrich dan Schunk, 2002). *Self-regulation* dapat terlihat melalui tiga fase sebagaimana yang diutarakan oleh Zimmerman's (Zimmerman's, 1998-2000, dalam Boekaerts, 2000) yang terdiri atas *forethought*, *performance or volitional control*, dan *self-reflection*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat melalui bagan dibawah ini.

Fase putaran <i>self-regulation</i>		
<i>Forethought</i>	<i>Performance/Volitional Control</i>	<i>Self-Reflection</i>
<i>Task analysis</i> ▪ <i>Goal setting</i> ▪ <i>Strategic Planning</i>	<i>Self control</i> ▪ <i>Self instruction</i> ▪ <i>Imagery</i> ▪ <i>Attention focusing</i> ▪ <i>Task strategies</i>	<i>Self Judgement</i> ▪ <i>Self evaluation</i> ▪ <i>Causal attribution</i>
<i>Self Motivation</i> ▪ <i>Self Efficacy</i> ▪ <i>Outcome expectations</i> ▪ <i>Intrinsic interest/value</i> ▪ <i>Goal orientation</i>	<i>Self observation</i> ▪ <i>Self recording</i> ▪ <i>Self experimentation</i>	<i>Self reaction</i> ▪ <i>Self satisfaction/affect</i> ▪ <i>Adaptive-defensive</i>

Fase perencanaan (*forethought*) berkaitan dengan proses-proses yang mempengaruhi usaha yang dilakukan sebelum bertindak dan mengatur strategi untuk melakukan tindakan tersebut. Terdapat dua kategori khusus yang saling berhubungan erat dalam *forethought*, yaitu *task analysis* dan *self motivation*. *Task analysis* meliputi perencanaan dan pengaturan strategi untuk meraih tujuan tersebut. *Task analysis* terdiri atas penetapan tujuan (*goal setting*) dan strategi perencanaan (*strategic planning*) yang harus dilakukan agar target yang ditetapkan dapat tercapai. *Goal setting* berkenaan dengan pengambilan keputusan dari hasil suatu tindakan yang spesifik (Locke & Latham, 1990, dalam Boekaerts, 2000). Bentuk ke dua dari *task analysis* adalah *strategic planning* (Weinsten & Mayer, 1986, dalam Boekaerts, 2000). Untuk menguasai dan mengoptimalkan suatu keterampilan dibutuhkan metode/strategi yang tepat untuk menjalankan tujuannya. *Strategi regulative* adalah proses dan tindakan personal yang diarahkan untuk memperoleh keterampilan yang diharapkan (Zimmerman, 1989, dalam Boekaerts, 2000).

Siswa yang mampu meregulasi diri (*self-regulation*) akan menetapkan target yang harus diraih dalam setiap semester sesuai dengan kemampuannya. Misalnya siswa kelas XI *boarding school* yang ingin memperoleh nilai yang baik maka akan selalu hadir dalam pelajaran, menambah waktu belajar di rumah. Sedangkan, siswa yang kurang mampu meregulasi dirinya biasanya membuat target-target yang ingin dicapai tapi kurang sistematis dan sesuai dengan kemampuan. Siswa tidak menyesuaikan tujuan dan pilihan strategi dengan tepat

dalam mengerjakan tugas sekolah, misalnya siswa yang ingin nilainya baik tapi tidak mau melengkapi catatan.

Agar *goal* yang ditetapkan dapat tercapai maka yang harus diperhatikan dalam *self-regulation* adalah *self motivation beliefs*. *Self-motivation beliefs* merupakan dasar dari proses *forethought* dalam *goal setting* dan *strategic planning*. *Self-motivation beliefs* terdiri atas *self-efficacy*, *outcomes expectation*, *intrinsic interest or valuing*, dan *goal orientation*. *Self-efficacy* mengacu kepada *personal beliefs* (keyakinan diri) untuk belajar dan bertindak secara efektif, sementara *outcomes expectation* mengacu pada keyakinan tentang pencapaian hasil dari *performance* (Bandura, 1997, dalam Boekaerts, 2000). Proses pencapaian goal dapat memotivasi secara intrinsik dengan caranya sendiri dan dapat memperbanyak pencapaian goal-goal yang lain yang lebih tinggi (Schunk dan Schwartz, 1993, Zimmerman dan Kitsantas, 1997, dalam Boekaerts, 2000). *Goal orientation* merupakan motivasi dari dalam diri untuk mencapai tujuan & usaha yang dilakukan agar memiliki *performance* yang lebih baik (Pintrich & Schunk, 1996, dalam Boekaerts, 2000).

Siswa yang mampu meregulasi diri (*self-regulation*) memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya di bidang akademik. Misalnya, siswa merasa yakin akan kemampuannya untuk memperoleh nilai yang melebihi atau sesuai dengan standar nilai yang ditentukan pihak sekolah. Ketika siswa menyadari bahwa nilai yang diperolehnya berada di atas rata-rata kelas, maka siswa yang mampu meregulasi diri (*self-regulation*) akan memotivasi diri sendiri untuk belajar lebih giat, dan

terus menerus memperbaiki kemampuannya tersebut. Begitu pula sebaliknya, kekurangan motivasi dalam diri akan menyebabkan siswa menunda atau tidak mengerjakan tugas sekolah yang diberikan guru.

Fase pelaksanaan (*Performance or Valitional Control*) meliputi proses-proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung dan dampak dari perhatian dan tindakan yang dilakukan. Terdapat dua tipe dari *performance or valitional control* yaitu *self control*, meliputi menetapkan sendiri kegiatan belajarnya, mampu mengabstraksi materi yang dipelajari, mampu memusatkan perhatian pada pelajaran, dan mampu menetapkan strategi belajar. dan *self observation* (pengamatan terhadap pemahaman diri siswa). *Self control* terdiri dari *self-instruction*, *imagery*, *attention focusing*, dan *task-strategies*. *Self-instruction* mengacu kepada pengarahan diri pada proses pelaksanaan suatu tugas, sedangkan *imagery* merupakan gambaran-gambaran mental terhadap pelaksanaan suatu rencana. Bentuk selanjutnya dari *self control* yaitu *attention focusing* atau mengkonsentrasikan diri pada pelaksanaan rencana yang disusun. Proses *self control* yang terakhir meliputi *task strategies* atau pengaturan terhadap tugas-tugas penting yang akan dilaksanakan.

Siswa yang mampu meregulasi diri (*self-regulation*), mampu mengendalikan dirinya agar dapat melaksanakan perencanaan secara konsisten sehingga dapat mencapai *goal* yang telah ditetapkan. Misalnya siswa berusaha menyelesaikan pekerjaan rumah (PR) sampai tuntas sesuai dengan batas waktu yang ditetapkan, tetap belajar meskipun merasa malas. Siswa juga membayangkan

kesuksesan untuk meningkatkan *performance*-nya, serta memfokuskan perhatiannya untuk melaksanakan rencana yang telah disusun dengan mengatur strategi demi tercapainya *goal*. Pengaturan strategi untuk mencapai *goal* misalnya dengan mengulang atau mempelajari pelajaran yang telah diberikan di kelas.

Tipe ke dua dari *performance or valitional control* meliputi *self observation* atau pengamatan terhadap pemahaman diri. *Self observation* berkenaan dengan aspek yang sangat spesifik yang dimiliki oleh seseorang dari *performance*-nya yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sekitarnya dan dampak dari *performance* yang mampu dilakukannya (**Zimmerman & Paulsen, 1995, dalam Boekaerts, 2000**). *Self observation* terdiri dari *self recording* dan *self experimentation*. *Self recording* atau pengamatan terhadap tindakan yang dilakukan adalah suatu teknik *self observational* yang dapat meningkatkan *proximity, informativeness, accuracy*, dan *valence* pada *feedback* (**Zimmerman & Kitsantas, 1996, dalam Boekaerts, 2000**). Sementara *self experimentation* (mencoba strategi belajar yang baru), merupakan observasi terhadap *covert thought pattern* (pola pikir) & *emotional reaction* (reaksi emosi) dan juga *overt performance* (tingkah laku yang ditampilkan) sehingga seseorang dapat memperhatikan pola-pola tindakan mereka secara berulang-ulang.

Siswa yang mampu meregulasi diri (*self-regulation*) akan menyadari sesuatu yang ada dalam dirinya sendiri, misalnya siswa mampu menyadari dan mengatasi dirinya yang tengah malas ketika harus belajar atau mengerjakan

pekerjaan rumah (PR) yang banyak. Siswa juga mampu memotivasi dirinya sendiri atau mengurangi aktivitas bermain sehingga dapat mencapai goal.

Fase refleksi-diri (*self-reflection*) meliputi proses yang terjadi setelah suatu usaha dilakukan dan pengaruh dari respon individu terhadap pengalamannya. Terdapat dua tipe dari *self-reflection* yaitu *self judgment* dan *self reactions*. *Self judgment* adalah usaha yang dilakukan individu untuk melakukan evaluasi terhadap tindakan yang berhasil dilakukannya. *Self judgment* meliputi *self-evaluation* dan *causal attribution*. *Self-evaluation* mengacu pada melakukan evaluasi terhadap suatu *performance* yang dikaitkan dengan perbandingan informasi *self monitored* dengan suatu standar / *goal* yang ditetapkan. *Self-evaluative judgement* berkaitan dengan *causal attribution*. Kaitan tersebut dalam hal memberikan penilaian apakah suatu *performance* yang rendah berkaitan dengan usaha yang dilakukan individu tersebut yang belum maksimal. Dalam hal ini dikemukakan pula pentingnya *attribution judgement* pada *self reflection* karena bila seseorang memberikan penilaian bahwa dirinya tidak mampu dalam suatu *performance* tertentu hal ini dapat mendorong individu tersebut untuk bereaksi negatif dan mengecilkan usaha individu tersebut dalam memperbaiki kesalahan-kesalahan *performance* yang telah dilakukannya **(Weiner, 1979, dalam Boekaerts, 2000).**

Siswa yang mampu meregulasi diri (*self regulation*), mampu mengembangkan evaluasi yang obyektif terhadap dirinya sendiri. Misalnya apabila siswa mengalami kegagalan dalam mencapai *goal* yang telah ditetapkan,

maka siswa mampu melakukan evaluasi yang obyektif terhadap dirinya. Kegagalan lebih disebabkan karena kurangnya usaha untuk mencapai *goal* dan bukan menyalahkan lingkungan / merasa diri tidak mampu.

Self evaluatif dan *attributional self-judgement* berhubungan erat dengan dua bentuk kunci *self-reaction*, yaitu *self-satisfaction* dan *adaptive inferences*. *Self-satisfaction* melibatkan persepsi kepuasan atau ketidakpuasan yang disebabkan oleh efek suatu *performance*, dan seseorang umumnya akan melakukan tindakan yang menghasilkan kepuasan dan efek positif, dan menghindari tindakan yang mengakibatkan ketidakpuasan dan efek negatif misalnya kegelisahan/kecemasan (**Bandura, 1991, dalam Boekaerts, 2000**). *Adaptive* atau *defensive inferences* merupakan kesimpulan-kesimpulan tentang bagaimana seseorang perlu mengubah *self-regulatory* selama usaha-usaha belajar atau bertingkah laku selanjutnya. *Adaptive inferences* itu penting karena secara langsung mengarahkan individu-individu kepada bentuk-bentuk *performance self-regulation* yang baru dan yang secara potensial lebih baik seperti melalui perubahan hirarki pada *goal* atau penentuan dan pemilihan strategi yang lebih efektif (**Zimmerman & Martinez-Pons, 1992, dalam Boekaerts, 2000**).

Siswa yang sangat memberikan penilaian terhadap pekerjaan rumahnya akan merasakan pengalaman ketidakpuasan yang besar dan kecemasan jika siswa tersebut mendapatkan penilaian *performance* yang tidak menyenangkan. Sebaliknya siswa yang hanya memandang tugasnya tidak layak untuk diperhatikan dengan serius tidak akan merasakan *stress* yang berlebihan akan

penilaian tugasnya yang buruk. Siswa yang sangat *self-regulated* menilai lebih tinggi perasaan-perasaan intrinsik *self-respect* dan *self-satisfaction* melalui pekerjaannya yang terselesaikan dengan baik dari pada memperoleh penghargaan-penghargaan berupa materi.

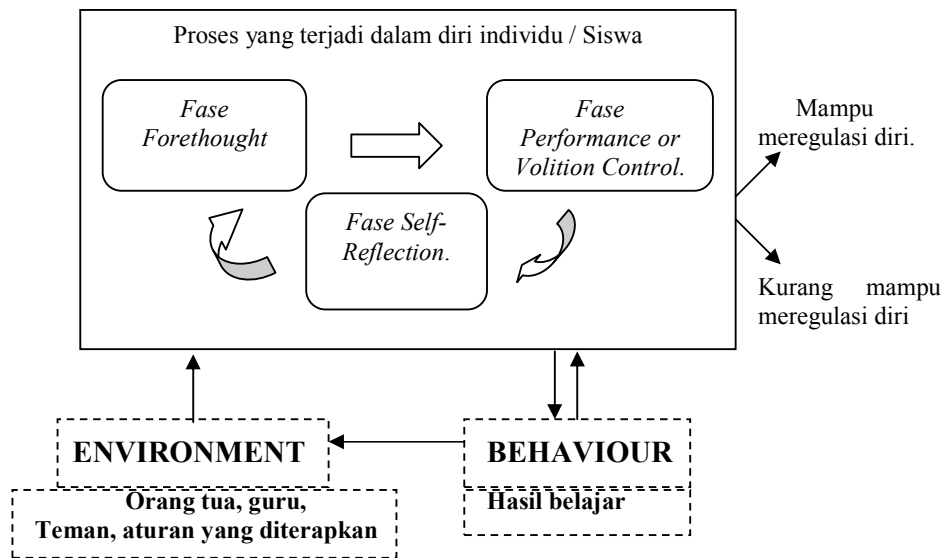
Feedback dari *performance* yang telah dicapai dapat digunakan untuk membuat penyesuaian kembali untuk mencapai goal yang baru, maka dalam hal ini tingkah laku regulasi diri itu meliputi *self observing* dan proses strategi penyesuaian *performance*, sedangkan lingkungan regulasi diri mengacu pada observasi dan penyesuaian terhadap kondisi-kondisi lingkungan atau hasil-hasil yang telah dicapai.

Kemampuan regulasi diri ini tidak muncul dengan sendirinya pada diri setiap individu, pengembangan kemampuan ini merupakan tingkah laku yang dipelajari individu dari lingkungannya yang dipengaruhi oleh sistem hubungan *triadic* yang saling berinteraksi yaitu: lingkungan eksternal, perilaku individu dan kognitif individu itu sendiri (**Zimmerman, 1989**). Regulasi diri digambarkan sebagai sebuah *triadic*. Manusia sepanjang hidupnya tidak lepas dari belajar, baik secara formal maupun informal. Selain faktor dari dalam diri individu, lingkungan sosial juga merupakan salah satu faktor yang berperan dalam proses belajar seseorang. Seberapa baik siswa belajar dan terampil di sekolah tergantung pada beberapa hal, yaitu kepribadian, sosial, keluarga, instruksi, dan lingkungan (**Berliner & Biddle, 1997; Steinberg, Brown, & Dornbusch, 1996; Thompson, Detterman, & Plomin, 1991; Boekaerts, 2000:631**)

Di dalam *self regulation* terdapat interaksi antara lingkungan (orang tua, guru, teman sebaya, aturan) dengan individu. Lingkungan secara aktif mempengaruhi individu dalam usahanya memunculkan suatu behaviour (perilaku/hasil belajar). Perilaku yang dimunculkan tersebut selanjutnya akan memunculkan suatu umpan balik kepada individu, baik secara langsung (tanpa melalui lingkungan), ataupun secara tidak langsung (melalui lingkungan). Umpan balik itulah yang digunakan untuk menentukan perilaku yang akan dilakukan selanjutnya. Dari proses itulah dapat dikatakan apakah siswa mampu meregulasi diri atau kurang mampu meregulasi diri. Siswa dikatakan mampu meregulasi diri apabila mampu melakukan ketiga fase dari *self regulation* tersebut, sebaliknya siswa dikatakan kurang mampu meregulasi diri apabila kurang mampu melakukan salah satu atau lebih dari ketiga fase *self regulation* tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka untuk lebih jelasnya dapat dilihat melalui bagan kerangka pikir dibawah ini:

Skema Kerangka Pikir.



Asumsi:

Berdasarkan uraian di atas, maka asumsi yang mendasari penelitian ini yaitu:

1. Siswa kelas XI SMU *boarding school* memperoleh tuntutan akademis dan non akademis yang berbeda dengan sekolah lainnya.
2. Standar nilai dan peraturan yang ditetapkan pihak sekolah, menuntut siswa mampu meregulasi diri.
3. Regulasi diri siswa akan tercermin melalui seberapa efektif dalam perencanaan (*forethought*), seberapa optimal dalam pelaksanaan (*Performance or Valitional Control*) dan seberapa efektif dalam melakukan proses refleksi

diri (*self-reflection*) sehingga siswa terhindar dari sanksi akademis (*Drop Out*).

4. Siswa dikatakan mampu meregulasi diri apabila mampu melakukan ke tiga aspek regulasi diri yaitu (*forethought*), (*Performance or Valitional Control*) dan (*self-reflection*).
5. Siswa dikatakan kurang mampu meregulasi diri apabila kurang mampu melakukan satu atau lebih dari ke tiga aspek tersebut.