

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Setiap individu terlahir dengan memiliki kapasitas untuk belajar yang perlu dikembangkan sepanjang hidupnya. Seiring dengan berjalannya waktu, setiap individu akan mengenal proses belajar yang dikenal melalui tiga jenis pendidikan yaitu pendidikan non formal (keluarga), pendidikan formal (institusi pendidikan), dan pendidikan informal (masyarakat). Masa pendidikan formal sendiri dilewati seorang individu dimulai dari Taman Kanak-kanak (TK), pendidikan Sekolah Dasar (SD), pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP), pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA), sampai Universitas. Setiap tingkat pendidikan formal tersebut memiliki derajat kesulitan yang berbeda untuk perkembangan bidang pengetahuan atau pemahaman, bidang keterampilan, serta bidang nilai atau sikap yang lebih tinggi (**Winkel, 1986**).

Sekolah menjadi salah satu hal yang penting untuk seorang remaja dalam hal pengembangan kemampuan intelektual, pengembangan keterampilan sosial, pengembangan perencanaan karir. Seorang remaja diharapkan mulai mengembangkan kemampuan kognitif mereka yang telah matang, yaitu dengan melakukan kegiatan belajar secara abstrak (**Steinberg, 2002**). Begitu juga dengan tuntutan pengembangan keterampilan sosial, remaja dituntut untuk mengembangkan identitas diri dalam pergaulan dengan teman sebaya. Remaja

yang mampu bergaul dengan teman sebayanya, akan lebih menunjukkan prestasi yang lebih tinggi, dibandingkan dengan remaja yang kurang mampu bergaul (**Savin-Williams**, 1990). Sekolah juga menjadi pengembangan persiapan karir bagi seorang remaja (**Steinberg**, 2002), remaja mulai mengenal minat pada bidang-bidang tertentu yang menjadi alternatif dari karir yang akan dipilihnya.

Secara umum, pendidikan SMA menjadi satu posisi pendidikan menengah yang penting bagi seorang remaja. Para siswa SMA akan mendapatkan tuntutan pendidikan yang berbeda dibandingkan tingkat pendidikan sebelumnya. Pendidikan SMA akan mempersiapkan siswa menjadi lebih fokus pada bidang kajian ilmu pengetahuan tertentu. Bidang pengetahuan di taraf SMA akan menjadi dasar seorang siswa memilih jurusan yang akan diminati untuk dipelajari lebih mendalam di pendidikan tinggi nantinya.

Pada saat siswa kelas satu SMA mulai beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru, mereka akan belajar dihadapkan dengan kurikulum SMA yang telah menetapkan jumlah jam mata pelajaran yang ada dengan proporsional, namun siswa kelas dua akan mulai dihadapkan dengan penjurusan yang akan berhubungan dengan jumlah jam mata pelajaran tertentu yang lebih banyak dibandingkan lainnya. Siswa kelas dua dan tiga dapat memilih jurusan yang ada, yaitu IPA, IPS, dan Bahasa. Di samping bidang pengetahuan umum yang dipelajari seperti Pancasila, Bahasa Indonesia, dan lain-lain. Siswa kelas dua dan kelas tiga yang memilih jurusan IPA ini akan difokuskan pada pelajaran ilmu eksakta seperti matematika, fisika, kimia, biologi. Sedangkan siswa kelas dua dan kelas tiga yang memilih jurusan IPS akan difokuskan kepada ilmu sosial seperti

sosiologi, antropologi, tata negara, ekonomi. Begitu juga dengan jurusan bahasa (yang biasanya tidak selalu tersedia di setiap sekolah dan tergantung permintaan siswa-siswa yang meminatinya) akan difokuskan kepada pelajaran bahasa seperti bahasa Inggris, bahasa Jepang, bahasa Perancis, dan bahasa lainnya tergantung kebijakan sekolah.

Tuntutan pelajaran di kelas satu sampai kelas tiga ini, diharapkan siswa dapat mampu mengarahkan diri untuk dapat berprestasi. Prestasi akademik siswa ini dipengaruhi oleh faktor internal seperti intelektual, minat, bakat, kondisi fisik, sikap dan kebiasaan belajar, maupun faktor eksternal seperti dukungan orang tua, guru, teman sebaya dan fasilitas dari lingkungan rumah ataupun sekolah (**Winkel, 1986**). Interaksi berbagai faktor ini akan mempengaruhi optimalnya tidaknya prestasi akademik seorang siswa. Bila seorang siswa dipengaruhi oleh faktor internal seperti intelektual, minat, bakat sedemikian rupa, maka prestasinya akan lebih optimal dengan adanya fasilitas maupun orang-orang di sekitarnya. Dengan pengenalan akan faktor internal-eksternal yang mempengaruhi prestasinya, maka seorang siswa akan lebih terbantu untuk memanfaatkan dukungan faktor internal-eksternal dalam meraih prestasi yang optimal, dan mengatasi hambatan dan tantangan yang ada.

Dengan adanya hambatan dan dukungan inilah, maka seorang siswa perlu melakukan kegiatan belajar yang sistematis dimulai dari perencanaan, pelaksanaan, pengevaluasian dalam kegiatan akademik mereka dengan melibatkan pertimbangan berbagai faktor ini. Siswa yang mampu membuat kegiatan belajar terencana dan sistematis ini, akan mampu untuk memanfaatkan faktor pendukung

internal seperti intelegensi, minat untuk diarahkan dalam mencapai prestasi, terlepas mendukung tidaknya faktor eksternal untuk mereka berprestasi secara optimal. Sebaliknya, siswa yang kurang mampu membuat kegiatan belajar secara terencana dan sistematis ini, akan kurang mampu untuk memanfaatkan faktor internal seperti intelegensi, minat untuk diarahkan dalam mencapai prestasi secara optimal, terlepas ada tidaknya dukungan dari faktor eksternal.

Dengan kombinasi antara keunikan dukungan faktor internal seorang siswa dan karakteristik dukungan eksternal yang berbeda, akan mempengaruhi pengembangan siswa dalam kegiatan belajar yang sistematis dan terencana. Sebagian siswa mendengarkan penjelasan guru tentang materi merupakan salah satu kegiatan terencana yang telah dilakukan secara berulang-ulang dan telah berhasil membuat pemahamannya akan materi lebih baik, namun bagi sebagian siswa lagi memerlukan kegiatan tambahan yaitu mencatat selengkap-lengkapnyanya dan semenarik mungkin materi pelajaran yang disampaikan guru.

Efektivitas kegiatan belajar seorang siswa akan terlihat dari tolok ukur yang dilakukan pada tengah dan penghujung semester yaitu Ujian Tengah Semester (UTS) dan Ujian Akhir Semester (UAS). Khusus untuk siswa kelas tiga, efektivitas kegiatan belajar mereka akan juga dievaluasi dengan Ujian Akhir Nasional (UAN). Siswa akan diukur sejauhmana pemahaman materi-materi pelajaran, yang akan menjadi tolok ukur prestasi seorang siswa pada setiap semesternya. Hasil UTS, UAS dan UAN pada semester genap akan menjadi salah satu atau lebih tolok ukur kenaikan kelas dan kelulusan siswa ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Efektivitas kegiatan belajar ini bergantung kepada proses regulasi diri, yaitu proses adaptasi yang dihasilkan dari kegiatan perencanaan, pelaksanaan, dan pengevaluasian diri yang dilakukan oleh siswa itu. Kegiatan belajar yang meliputi perencanaan, pelaksanaan dan pengevaluasian diri ini yang senada diungkapkan oleh **Zimmerman** dalam konsep *self-regulation* yaitu kegiatan pengontrolan pikiran, perasaan, dan tingkah laku untuk mencapai kegiatan yang terencana, dan mencapai tujuan belajarnya.

Menurut seorang Guru BP SMA “Y” bukan hal yang mudah bagi seorang siswa untuk mengatur kegiatan belajar sedemikian rupa seperti membuat PR, mempersiapkan ulangan. Para siswa mungkin dapat menghadapi ulangan dalam satu hari sampai sebanyak dua sampai tiga mata pelajaran, disamping terdapat PR mata pelajaran lainnya yang harus dikerjakan pula. Siswa SMA tersebut memerlukan regulasi diri yang efektif untuk mengarahkan diri tetap dalam kegiatan belajar untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Para siswa SMA “Y” yang telah memasuki masa remaja tengah dan akhir dituntut sudah mampu membuat kegiatan yang diungkapkan juga oleh Zimmerman yaitu kegiatan perencanaan, pelaksanaan, dan mengevaluasi diri, yang dimulai dari penganalisaan tugas (**Zimmerman**, 1994). Berikut *preliminary study* yang telah dilakukan kepada sejumlah 37 siswa SMA "Y", yang diperoleh sebagian besar sebanyak 77% siswa mampu untuk menganalisa tugas berupa target yang ingin dicapai dalam studi, berupa lulus dengan target nilai yang tinggi (47,3%), masuk ke universitas yang diinginkan (18,9%), dan mendapatkan kerja (10,8%). Beberapa siswa memiliki target yang lebih dari satu, namun terdapat

juga sebanyak 23% siswa yang tidak mampu untuk menganalisa tugas. Dengan kata lain siswa kurang mampu ini memang menginginkan lulus namun tanpa target nilai yang jelas.

Adanya target yang jelas, akan menolong siswa untuk berusaha mencapainya. Keseriusan dan usaha pencapaian target ini terlihat dari satu atau lebih strategi yang efektif untuk mencapai target tersebut. Adapun beberapa strategi belajar yang efektif seperti belajar dan membuat tugas untuk memahami materi pelajaran lebih dalam, mengatur waktu, mencari *mentor* untuk pemahaman materi (Zimmerman, 1994). Melalui *preliminary study* yang telah dilakukan kepada siswa SMA "Y" ini, diperoleh sebanyak 77% siswa mampu untuk membuat satu atau lebih strategi belajar efektif dalam mencapai target seperti membuat tugas dan belajar dengan kualitas yang optimal (45,9%), mengatur waktu dengan lebih baik (21,6%), dan mengikuti bimbingan belajar (21,6%). Sedangkan sebagian lagi sebanyak 23% siswa yang tidak mampu membuat target, tidak mampu untuk membuat strategi efektif.

Ketika seorang siswa telah membuat target dan juga strategi pencapaian target, maka ada tidaknya *self motivation beliefs* siswa akan menunjang tidaknya seorang siswa untuk melakukan strategi dalam pencapaian target. *Self motivation beliefs* ini akan menjadi peralihan dari analisa tugas ke proses pelaksanaan, dengan kata lain fase perencanaan menuju fase pelaksanaan (Zimmerman, 1994). *Self motivation beliefs* seseorang akan terlihat dari kepercayaan diri akan kemampuannya, antisipasi adanya manfaat dari target yang tercapai, adanya minat internal dan *value* terhadap kegiatan belajar, dan adanya motivasi yang

dipertahankan untuk pencapaian target. Dalam penelitian **Zimmerman** dan **Martinez-Pons** (1990) menemukan bahwa siswa yang memiliki keyakinan akan kemampuan diri yang tinggi, akan melakukan aktivitas yang tinggi, kerja keras, tekun menghadapi masalah, menggunakan strategi belajar yang efektif dalam belajar, memiliki prestasi yang tinggi.

Melalui *preliminary study*, diperoleh sebagian besar sebanyak 62,2% siswa mampu memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk mencapai target. Adanya keyakinan ini diungkapkan oleh sebagian besar siswa didasarkan pada adanya pembuatan target yang realistis namun menantang (19%) dan pengalaman keberhasilan mencapai target (43,2%). Sementara untuk sebagian lagi sebanyak 37,8% siswa tidak mampu memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya (37,8%). Ketidakmampuan ini berkaitan dengan penghayatan siswa bahwa faktor lingkungan yang tidak mendukung (27%), dan juga dipengaruhi oleh pengalaman kegagalan dalam mencapai target (10,8%).

Bentuk *self motivation beliefs* berupa kesadaran siswa bahwa pencapaian target itu akan memberi manfaat lebih bila diraih, seperti untuk siswa yang akan langsung masuk ke dalam dunia kerja menganggap bahwa nilai yang tinggi dalam kelulusan akan memudahkan mendapatkan pekerjaan yang diinginkan (**Zimmerman**, 1994). Berdasarkan *preliminary study*, diperoleh sejumlah 42,1% siswa menyatakan mampu memikirkan adanya manfaat lebih bila target tercapai. Manfaat yang dirasakan adalah mendapatkan pengetahuan dasar untuk pendidikan di perguruan tinggi (28,6%), serta memberikan kebanggaan tersendiri bila mencapai nilai yang tinggi (13,5%). Sementara sebagian lain siswa yang tidak

mampu untuk memikirkan adanya manfaat lebih bila target tercapai 57,9%. Mereka mempunyai pendapat bahwa pelajaran SMU tidak diperlukan untuk masuk universitas.

Selanjutnya adanya *self motivation beliefs* siswa ditandai dengan adanya kemampuan untuk memiliki minat untuk belajar, serta rasa ingin tahu terhadap bidang studi yang akan dipilih. Berdasarkan *preliminary study*, diperoleh bahwa sebanyak 78,9% siswa mampu untuk memiliki minat untuk belajar, serta rasa ingin tahu terhadap bidang studi yang akan dipilih. Dengan adanya minat dan rasa ingin tahu ini mereka dapat memilih jurusan di perguruan tinggi. Sementara sebagian lagi siswa yang tidak mampu untuk memiliki minat untuk belajar dan rasa ingin tahu terhadap bidang studi yang akan dipilihnya (21,1%). Hal ini sehubungan dengan tidak adanya target jurusan yang ingin dimasuki (79,9%)

Bentuk *self motivation beliefs* lainnya yang juga tak kalah penting adalah dengan adanya kemampuan siswa mempertahankan motivasi untuk pencapaian target dalam keadaan yang tidak mendukung sekalipun. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebagian kecil siswa mampu untuk mempertahankan motivasi untuk pencapaian target (21,6%) dengan cara menetapkan diri untuk tetap fokus terhadap target. Sementara sebagian besar siswa yang tidak mampu mempertahankan motivasi untuk pencapaian target (78,4%) menghayati banyaknya fluktuasi kehidupan emosional (*moody*) yang menghambat siswa dalam mempertahankan motivasi.

Bila siswa mampu melakukan penganalisaan tugas yang jelas yang ditunjang dengan adanya kemampuan untuk memiliki *self motivation belief* yang

cukup kuat, maka pelaksanaan dari rencana kegiatan belajar akan relatif lebih mudah dilakukan. Namun bila kemampuan penganalisaan tugas kurang ditunjang dengan *self motivation belief*, maka pelaksanaan rencana kegiatan belajar yang dilakukan siswa tersebut tidak akan optimal. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 57,6% besar siswa mampu untuk melaksanakan rencana kegiatan belajar yaitu mengontrol diri untuk mengerjakan kegiatan belajar sesuai dengan rencana, dan mengamati hal-hal yang terjadi selama proses pelaksanaan. Sementara sebagian sebanyak 42,4% siswa yang tidak mampu melaksanakan kegiatan belajar, yaitu tidak mampu mengontrol diri untuk mengerjakan kegiatan belajar sesuai dengan rencana, ataupun mengamati hal-hal yang terjadi selama proses pelaksanaan.

Pelaksanaan kegiatan belajar siswa ini menyangkut dengan dua hal yaitu kemampuan pengontrolan diri untuk mengarahkan mengerjakan perencanaan dan kemampuan pengamatan diri untuk mengamati hal-hal yang terjadi selama pelaksanaan. Seorang siswa yang dikatakan mampu mengontrol diri akan berusaha memastikan menjalankan apa yang telah direncanakan. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebagian kecil sebanyak 24,3% siswa mampu untuk memastikan dirinya untuk menjalankan rencana yang telah dibuatnya secara realistis dapat dijalankan, dan sebagian besar sebanyak 75,7% siswa yang tidak mampu memastikan dirinya untuk menjalankan rencana (75,7%). Ketidakmampuan mereka dihubungkan dengan rencana yang dibuatnya kurang realistis untuk dijalankan (51,4%), dan juga dengan adanya hambatan motivasional dari dalam diri, seperti malas (24,3%).

Seorang siswa yang mampu melaksanakan rencana bukan hanya mampu untuk memastikan dirinya akan melakukan kegiatan belajar sesuai dengan rencana saja, namun juga terkait dengan kemampuan membayangkan langkah-langkah yang akan dilakukan. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 56,8% siswa menyatakan bahwa dirinya mampu untuk membayangkan langkah-langkah yang akan dilakukan. Langkah yang dibayangkan oleh siswa yang mampu ini ada yang hanya secara garis besar saja (43,2 %), namun juga ada yang mampu membayangkan langkah-langkahnya secara lebih detail (13,6%). Sementara sebanyak 43,2% siswa menyatakan dirinya tidak mampu membayangkan langkah-langkah yang akan dilakukan.

Siswa SMA 'Y' dituntut juga untuk dapat memusatkan perhatian selama melakukan kegiatan belajarnya, melakukan apa yang telah direncanakannya walaupun menghadapi rintangan, gangguan yang berasal dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebagian kecil siswa menyatakan dirinya mampu memusatkan perhatian untuk bertahan melakukan apa yang telah direncanakannya (48,6%), dan sebagian besar lagi, siswa menyatakan dirinya tidak mampu memusatkan perhatian untuk bertahan melakukan apa yang telah direncanakannya (51,4%)..

Hal terakhir dari rangkaian pengontrolan diri yang dituntut dari seorang siswa adalah kemampuan untuk menyusun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan yang akan memudahkan pelaksanaan rencana kegiatan belajar. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 67,6% siswa menyatakan dapat menyusun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan untuk mencapai target secara garis besar

saja, dan sebagian lagi sebanyak (32,4%) siswa menyatakan tidak dapat menyusun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan untuk mencapai target dan lebih memilih menjalani kegiatan tanpa langkah-langkah pelaksanaan.

Di samping kemampuan pengontrolan diri sepanjang pelaksanaan rencana kegiatan belajar, dibutuhkan juga kemampuan pengamatan terhadap kegiatan belajarnya. Pengamatan ini mencakup dalam kemampuan mengingat pengalaman berhasil tidaknya rencana belajarnya itu dilaksanakan. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 75,7% siswa menyatakan mampu untuk mengingat pengalaman keberhasilan dan kegagalan mereka, seperti pengalaman keberhasilan mereka berupa mendapat nilai bagus (67,6%), dan pengalaman mereka yang masuk SMA tanpa tes (8,1%). Sementara sebanyak 24,3% siswa menyatakan lupa pengalaman keberhasilan dan kegagalan mereka.

Disamping perlunya kemampuan mengingat ini dalam pelaksanaan kegiatan belajarnya, diperlukan juga kemampuan siswa untuk merubah cara lama dan menggunakan cara baru dalam mencapai target. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 70,3% siswa menyatakan dirinya akan melakukan perubahan dengan menggunakan cara baru dalam kegiatan meraih target bila cara lama atau cara yang dipakainya itu tidak berhasil atau kurang efektif. Sementara sebanyak 29,7% siswa yang lain menyatakan tidak akan merubah cara lama mereka dalam mencapai target.

Setelah proses pelaksanaan berlangsung, kemampuan pengontrolan diri dan pengamatan diri akan dipergunakan siswa dalam kegiatan refleksi terhadap kinerja hasil belajarnya, yang dapat dibagi menjadi dua kegiatan yaitu kegiatan

penilaian dan pemberian reaksi terhadap hasil belajar. Kegiatan penilaian ini berupa kegiatan membandingkan hasil dengan target awal, mengkaji faktor-faktor penyebab dirinya mendapatkan hasil. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 73% siswa yang mampu untuk melakukan refleksi diri, akan membandingkan hasil yang dicapai dengan target awal untuk mendapatkan tolak ukur perbaikan kinerja usaha mereka atau perubahan target. Sementara sebanyak 27% siswa menyatakan tidak mampu membandingkan hasil yang dicapai dengan target. Ketidakmampuan untuk membandingkan ini berkaitan dengan anggapan bahwa membandingkan itu bukanlah sesuatu yang penting (6,3%), dan ketidaksukaan mereka terhadap kegiatan membandingkan tersebut (10,6%).

Setelah membandingkan kinerja dengan target, kegiatan penilaian ini juga berkaitan dengan kemampuan siswa untuk tahu penyebab akan hasil yang didapatkan. Penyebab ini akan mempersiapkan siswa untuk mengantisipasi, memperbaiki dan melakukan perencanaan kegiatan belajar selanjutnya. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh sebanyak 50% siswa menyatakan faktor lingkungan yang menyebabkan hasil yang didapatkan, sebanyak 30% siswa menyatakan bahwa faktor diri sendirilah yang menyebabkan hasil yang didapatkan, dan sebanyak 20% siswa menyatakan bahwa faktor lingkungan dan diri sendiri yang menyebabkan hasil yang didapatkan.

Hasil yang memenuhi target ataupun yang belum memenuhi target akan menimbulkan reaksi yang terjadi dalam diri siswa. Hasil yang memenuhi target akan menimbulkan kepuasan tersendiri, sedangkan hasil yang tidak memenuhi target akan menimbulkan ketidakpuasan. Berdasarkan *preliminary study*

diperoleh sebanyak 48,6% siswa yang menyatakan dirinya telah puas dengan hasil yang didapatkan karena usaha mereka telah dikerahkan seoptimal mungkin. Sebagian siswa lainnya sebanyak 51,4% siswa menyatakan tidak puas karena usaha mereka belum maksimal..

Proses refleksi diri juga akan menimbulkan kepuasan atau ketidakpuasan siswa yang akan mempengaruhi respon siswa selanjutnya terhadap perencanaan kegiatan belajarnya nanti. Siswa yang sudah merasa tidak puas dengan target akan berusaha meningkatkan usaha belajarnya, sedangkan siswa yang sudah merasa puas dengan target akan berusaha mempertahankan, juga dapat berupa untuk terus meningkatkan. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh hampir sebagian besar sebanyak 83,8% siswa menyatakan ingin meningkatkan usaha belajarnya, dan sebanyak 16,2% siswa lainnya menyatakan ingin mempertahankan usaha belajarnya. Adapun masalah-masalah yang dihayati siswa dapat lebih dari satu ketika berusaha meningkatkan dan mempertahankan adalah rasa malas (70,3%), terlalu banyak tuntutan tugas maupun ulangan (21,6%), mengalami kesulitan berkonsentrasi (18,9%), kesulitan dalam mengatur waktu (18,9%), dan siswa lainnya menghayati lingkungan kurang mendukung (5,4%).

Secara umum kegiatan refleksi diri ini akan menilai kinerja dari pelaksanaan kegiatan belajar, dan juga penentuan pemakaian strategi di kemudian hari, baik strategi yang sama akan terus dipertahankan, maupun akan dirubah guna peningkatan kinerja belajar dalam mencapai target. Kepuasan dan ketidakpuasan biasanya akan mempengaruhi keputusan untuk tetap memakai strategi yang sama atau berbeda. Berdasarkan *preliminary study* diperoleh bahwa sebanyak 73%

siswa menyatakan tidak puas dengan hasil dan akan mengubah strategi belajar, dan sisanya sebanyak 27% siswa menyatakan puas dengan hasil dan akan mempertahankan strategi belajar

Melalui uraian di atas diperoleh gambaran dari siswa pada SMA “Y” yang dikelola oleh yayasan Kristen dan memiliki tuntutan sekolah yang tinggi, bahwa siswa yang memiliki kemampuan meregulasi diri yang beragam dalam bidang akademik yaitu kegiatan merencanakan, melakukan dan mengevaluasinya. Terlihat ada yang memiliki kemampuan meregulasi diri yang efektif dan yang lain masih belum memiliki kemampuan meregulasi diri yang efektif dalam bidang akademiknya. Regulasi diri akademik siswa SMA “Y” yang diperoleh diatas masih jauh dari harapan sebagai para siswa pada salah satu SMA dengan karakteristik sekolah favorit dengan tuntutan sekolah tinggi, yang diharapkan sudah mampu meregulasi dirinya.

Dengan melihat hasil *preliminary study* di SMA “Y” yang beragam derajat kemampuan meregulasi diri inilah, peneliti tertarik meneliti kemampuan meregulasi diri di SMA “X” yang juga dikelola oleh Yayasan Kristen. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah SMA “X”, karakteristik SMA “X” ini tergolong sekolah yang memiliki tuntutan sekolah yang tinggi juga, dan siswa SMA “X” ini sebagian melanjutkan kuliah, langsung bekerja, menikah. Ternyata tidak semua siswa mempunyai target yang jelas dalam kegiatan akademik mereka, dan hal ini akan mempengaruhi kemampuan *self regulation* akademik mereka sehari-hari. Berdasarkan keadaan di atas, maka peneliti ingin mengetahui gambaran yang lebih jelas dan rinci mengenai *self regulation*

akademik siswa SMA "X" di Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Bagaimana gambaran *self regulation* akademik pada siswa kelas satu sampai tiga SMA "X" di Bandung

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Untuk mendapatkan gambaran mengenai kemampuan *self regulation* akademik pada siswa SMA "X" di Bandung

1.3.2. Tujuan Penelitian

Untuk memperoleh informasi yang rinci dan mendalam tentang kemampuan *self regulation* akademik pada siswa SMA "X" di Bandung

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoritis

- Memberikan informasi tambahan yang berguna bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan mengenai *self regulation* akademik pada siswa SMA "X" di Bandung

- Memberikan informasi sebagai rujukan bagi penelitian lebih lanjut mengenai kemampuan *self regulation* akademik kepada para mahasiswa yang tertarik dengan topik ini .

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi bagi wali kelas dan guru BP agar dapat mendukung siswa dalam meningkatkan kemampuan *self regulation* akademik para siswa.
- Memberikan informasi bagi orang tua agar dapat mendukung siswa dalam meningkatkan *self regulation* akademik para siswa.
- Memberikan informasi bagi siswa SMA “X” Bandung sehingga pengenalan akan *self regulation* akademiknya dapat dipergunakan untuk membuat kegiatan belajarnya lebih terencana dan sistematis dalam mencapai target akademiknya secara efektif dan efisien.

1.5. Kerangka Pemikiran

Siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung yang berusia 16-19 tahun dan berada di tahap remaja tengah dan remaja akhir (**Santrock**, 1996) dituntut untuk sudah dapat mengontrol diri mereka sendiri dalam hal kegiatan belajar. Hal ini didukung oleh salah tugas tahap perkembangan remaja untuk mampu mencapai kemandirian, dan mengembangkan pengambilan keputusan terhadap kegiatan belajar (**Havighurst**, 1951). Selain itu juga, remaja berada dalam tahap perkembangan kognitif yang sudah memungkinkan untuk mampu berpikir abstrak. Berpikir abstrak di sini mengacu kepada perencanaan kegiatan belajar, karir di masa depannya, pemikiran tentang profesi yang ingin dijalani. Di samping itu, seorang remaja juga dituntut untuk dapat mengembangkan identitas dirinya, yaitu penilaian diri tentang sejauhmana diri yang sekarang bergerak ke arah diri yang diinginkan. Penilaian diri ini menyangkut penilaian terhadap kemampuan dan minatnya menghadapi penjurusan di tingkat SMA yang hendak diambil, yaitu IPA, IPS, atau Bahasa.

Pada dasarnya penjurusan ini ditentukan oleh sekolah berdasarkan hasil psikotes yang mencakup kemampuan intelektual dan minat dari masing-masing siswa, namun terkadang keputusan akhir penjurusan itu tetap berada di tangan siswa tersebut. Keputusan siswa ini tidak semata-mata hasil dari diri sendiri, namun biasanya merupakan hasil gabungan dari pengaruh informasi dari teman sebaya (*peer group*), saran orang tua atau orang dewasa lainnya, hasil psikotes, serta informasi lain yang didapatkan dari majalah misalnya. Penjurusan yang tepat

dan sesuai dengan kapasitas serta minat siswa akan menolong siswa dalam proses belajar sebagai proses pembekalan diri untuk merencanakan masa depannya.

Di dalam proses belajar ini, siswa dituntut untuk melewati serangkaian tahap belajar berupa mengerjakan tugas sehari-hari seorang siswa seperti menghadiri kelas, menyimak guru, mencatat, bertanya untuk meminta kejelasan materi kepada teman atau guru, mengerjakan tugas baik di rumah maupun di sekolah, dan menghadapi berbagai evaluasi yang merupakan proses penilaian untuk menggambarkan prestasi yang dicapai oleh seorang siswa sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan (**Tardif**, 1989). Hasil evaluasi atau nilai pada setiap siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung, yang akan memiliki daya pembeda kualitas prestasi belajar siswa SMA tersebut.

Perbedaan prestasi siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya adalah faktor intenal seperti kemampuan intelektual, minat, bakat, kondisi fisik, sikap dan kebiasaan belajar, maupun faktor eksternal seperti dukungan dan fasilitas dari lingkungan rumah ataupun sekolah (**Winkel**, 1986). Seorang siswa yang secara *personal* memiliki keunikan diri dan berada dalam lingkungan, dituntut untuk meregulasi diri untuk dapat menampilkan hasil akademik yang optimal yaitu salah satunya adalah prestasi belajar yang akan terjaring melalui evaluasi (**Bandura**, 1986). Keunikan diri ini juga mempengaruhi regulasi yang unik juga seperti pendekatan belajar yang dipilih akan menjadi strategi untuk menunjang efektivitas dan efisiensi proses belajar dalam meraih prestasi (**Muhibin**, 1999). Untuk beberapa mata pelajaran tertentu yang banyak materinya, mencuil belajar bahan adalah salah

satu strategi yang tepat sehingga lebih mudah dipanggil kembali dalam memori jangka panjang mengenai materi tersebut. (**Reber**, 1988).

Siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung ini memiliki kapasitas mental, salah satunya kemampuan kognitif yang cukup tinggi untuk belajar (**Steinberg**, 2002) dan dituntut juga mampu untuk meregulasi motivasi dalam proses belajar mereka guna pencapaian target belajar mereka di tingkat pendidikan SMA. Pengaturan diri inilah yang disebut regulasi diri yang mengacu kepada pemikiran diri yang terus berkembang, perasaan dan tindakan yang digerakkan dari dalam diri yang telah direncanakan, dan secara berulang diadaptasi sebagai kebutuhan untuk mempengaruhi kebutuhan belajar dan motivasi guna mencapai targetnya berupa lulus dari tingkat pendidikan SMA (**Zimmerman**, 1995).

Secara umum siswa yang mampu meregulasi diri, akan mampu untuk melakukan perencanaan, pelaksanaan dan pengevaluasian diri dalam kegiatan akademiknya secara siklik dan sistematis. Namun, siswa yang kurang mampu dalam meregulasi diri, maka terdapat kecenderungan kurang mampu melakukan perencanaan, pelaksanaan dan pengevaluasian diri dalam kegiatan akademiknya secara siklik dan sistematis. Kemampuan siswa dalam meregulasi diri dalam bidang akademik itu memungkinkan terjadi karena siswa yang tergolong remaja sedang mengembangkan juga berbagai kemampuan yang menunjang seperti kemampuan kognitif untuk berpikir secara abstrak, kemampuan pengambilan keputusan, kemampuan penilaian diri yang berkembang seiring perkembangan konsep diri (**Steinberg**, 2002). Kemampuan berpikir secara abstrak akan menunjang siswa untuk melakukan perencanaan kegiatan belajarnya, sedangkan

kemampuan pengambilan keputusan akan menunjang siswa untuk melakukan pengontrolan diri dalam tetap melakukan kegiatan belajar yang sesuai perencanaan. Kemampuan penilaian diri akan menunjang siswa untuk melakukan evaluasi terhadap kegiatan belajarnya dibandingkan perencanaan kegiatan belajar.

Adapun tahapan *self regulation* dalam diri harus dilalui terlebih dahulu yaitu tahap pertama adalah *forethought*, tahap kedua adalah *performance/volitional control* dan tahapan ketiga adalah *self reflection*. Ketiga tahap ini akan secara triadic, terus berulang setiap tahap atau fase ini sampai tujuan belajar tercapai, bahkan untuk hal lain yang lebih umum untuk bertahan hidup seumur hidupnya.

Tahap pertama *self regulation* akademik yang akan dilalui siswa SMA untuk pencapaian prestasi adalah fase perencanaan (*forethought*). Seorang remaja yang telah memiliki kemampuan berpikir secara abstrak, dituntut untuk dapat membuat perencanaan. Fase perencanaan (*forethought*) ini meliputi *task analysis*, dan *self motivation beliefs*. *Task analysis* ini terdiri dari penetapan target (*goal setting*), dan perencanaan strategi (*strategic planning*). Target yang pada umumnya dibuat oleh siswa adalah target jangka panjang seperti mendapatkan kelulusan di SMA, naik kelas, sedangkan target jangka pendek seperti mendapatkan nilai tertentu untuk setiap mata pelajaran di ulangan harian. Target yang telah ditetapkan akan lebih mudah tercapai dengan perencanaan strategi seperti mengerjakan PR dengan sebaik-baiknya, belajar dengan tekun untuk ulangan, mencari les-les tambahan untuk mata pelajaran yang sulit.

Bila seorang siswa telah membuat *task analysis*, selanjutnya diperlukan *self motivation beliefs* sebagai daya penggerak, yang akan memacu siswa untuk meraih target dengan menjalankan *strategic planning* yang telah dibuatnya. *Self motivation beliefs* terdiri dari *self efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest/value*, dan *goal orientation*. Siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung yang memiliki *self efficacy* yang menunjang kegiatan belajarnya, akan memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk mencapai apa yang ditargetkannya, mengantisipasi kelemahan diri dalam belajar. Dengan adanya kepercayaan akan kemampuan diri, siswa akan melakukan *outcome expectations* yaitu antisipasi siswa tersebut bahwa target nilainya akan dapat dicapai akan memberikan manfaat lebih. Setelah siswa tersebut percaya akan kemampuan dirinya dan sudah mampu mengharapkan manfaat dari target yang tercapai, maka bergantung kepada sejauhmana target belajar menjadi minat internal/nilai siswa tersebut. Bila *self efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest/value* telah menunjang, maka siswa akan lebih mudah mencapai target bila mampu melakukan *goal orientation*, yaitu mempertahankan perilaku dan kegiatan belajarnya untuk mencapai target.

Barulah setelah itu, fase *performance/ volitional control* akan dilalui siswa SMA meliputi *self control*, dan *self observation*. Seorang siswa mampu untuk melakukan *self control*, dan *self observation*, hal ini terkait dengan kemampuan pengambilan keputusan yang dimiliki oleh siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung sebagai remaja. Mereka dituntut untuk dapat memutuskan sendiri dalam melakukan kegiatan belajar. Siswa dituntut untuk melakukan pengontrolan diri dalam mengarahkan diri sesuai dengan apa yang telah direncanakan berupa

pengejaran target dan menjalankan rencana strateginya dalam fase *forethought*. Pengontrolan diri ini terdiri dari menginstruksikan kepada diri sendiri untuk melakukan kegiatan belajarnya sesuai *strategic planning*-nya (*self instruction*), kemampuan membayangkan apa yang dilakukan akan secara konkrit (*imagery*), pemusatan perhatian (*attention focusing*) , membuat langkah-langkah kegiatan belajar (*task strategies*). Seorang siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung yang memiliki *goal orientation*, akan memutuskan diri tetap melakukan atau tidak kegiatan belajar sesuai rencana. Jika siswa tersebut sudah bulat mengambil keputusan, maka siswa akan melakukan *self instruction* yaitu, menginstruksikan diri untuk melakukan kegiatan belajar tersebut. Selanjutnya, siswa akan melakukan *imagery*, yaitu membayangkan kegiatan belajar yang akan dijalankan, misalnya trik-trik pengerjaan soal ujian. Dengan *self instruction* dan *imagery*, siswa akan melakukan pemusatan perhatian pada pelajaran, ulangan sebagai target (*attention focusing*), dan akan membuat langkah-langkah kegiatan belajar yang konkrit (*task strategies*).

Selanjutnya pada fase *performance/volitional control* ini dilakukan pula *self observation* yang terdiri dari *self recording*, dan *self experimentation*. Kemampuan siswa tersebut dalam mengingat langkah kegiatan konkrit belajar (*task strategies*) akan memudahkan siswa untuk melakukan *self recording*, yaitu mengingat pada mata pelajaran tertentu, ataupun pengerjaan ulangan, mengingat pemahaman ataupun kesulitan dalam mengikuti pelajaran, maupun pengerjaan ulangan pelaksanaan kegiatan belajar. Setelah proses mengingat ini, siswa SMA Kalam Kudus Ciateul Bandung akan diharapkan mampu untuk melakukan

self experimentation, yaitu menggunakan cara baru yang dapat diterapkan ketika kegiatan belajar menghadapi kendala.

Setelah tingkah laku pelaksanaan (*performance/volitional control*) telah dilakukan, siswa akan memasuki fase *self reflection* yang terdiri dari *self judgement* dan *self reaction*. Kemampuan *self reflection* siswa ini ditunjang oleh kemampuan penilaian diri yang berkembang bersamaan dengan *self concept* yang membandingkan diri yang aktual dengan diri yang ideal. Penilaian diri inilah yang menunjang siswa untuk membandingkan kegiatan belajar dengan perencanaan kegiatan belajar mereka. *Self judgement* ini terdiri dari *self evaluation*, dan *causal attribution*. Melalui hasil *self recording*, siswa tersebut akan mampu membandingkan hasil *recording*-nya dengan perencanaan (*self evaluation*). Kemudian siswa akan melakukan pencarian penyebab hasil kegiatan yang diperolehnya dalam diri maupun luar diri (*causal attribution*). Evaluasi ini biasanya membandingkan kegiatan pelaksanaan dengan perencanaan, yang khususnya berdasarkan *values* maupun *outcome expectation* yang berada pada tahap perencanaan tersebut.

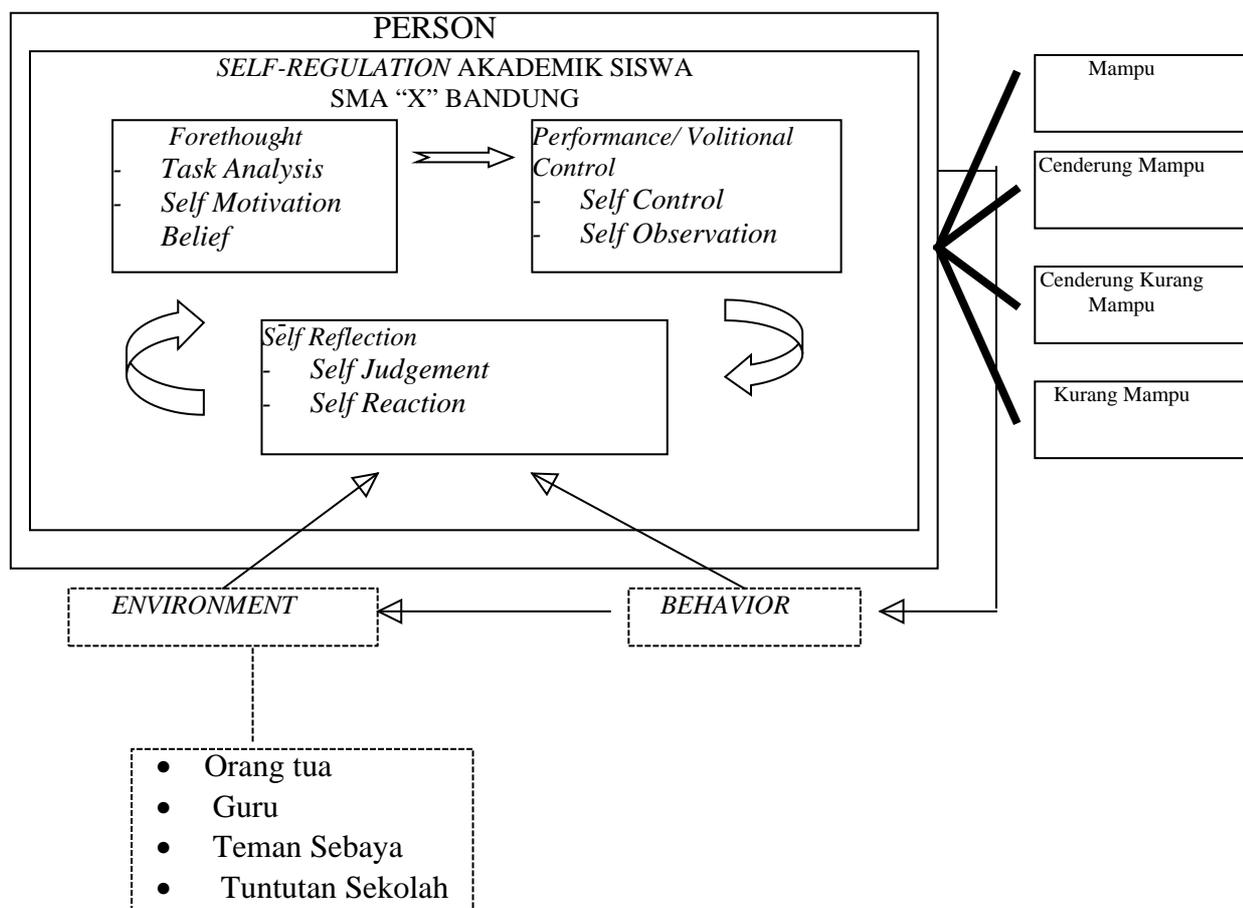
Setelah dilakukan *self judgement* ini, dilanjutkan dengan *self reaction* yang terdiri dari *self satisfaction/affect* dan *adaptive/defensive inferences*. Setelah melakukan pengevaluasian dan pencarian penyebab perolehan hasil kegiatan belajar, siswa tersebut akan memberikan reaksi terhadap hasil nilai yang diperoleh, dapat berupa kepuasan atau ketidakpuasan (*self satisfaction/affect*) dari kegiatan belajar maupun ulangan. Oleh karena siswa pada umumnya akan berusaha menghindari tindakan yang tidak memberikan kepuasan dan

penghayatan emosi yang negatif (**Bandura**, 1991), maka *adaptive-defensive inferences* akan dikembangkan oleh siswa tersebut. *Adaptive inferences* akan dilakukan guna menghasilkan *self regulation* akademik yang lebih baik lagi oleh siswa tersebut bila mendapati kepuasan dan penghayatan emosi yang positif. Sedangkan *defensive inferences* akan dilakukan siswa tersebut bila mendapati ketidakpuasan dan penghayatan emosi yang negatif, dan akan mempertahankan kegiatan belajar yang telah ada. Namun bila ketidakpuasan yang muncul itu kuat, siswa tersebut juga mungkin akan melakukan *defensive inferences*, berupa menghindari tugas dan kegiatan belajar, dan bersikap apatis.

Dalam tahap *self reflection* ini, didapati juga *judgement* yang berasal dari *environmental* (orang tua, guru, teman sebaya) mengenai *self regulation* akademik siswa tersebut. *Judgement* lingkungan disini berupa penilaian langsung sekitar mengenai kegiatan belajar dan hasil ujian, masukan-masukan, dan tak jarang teguran atau celaan yang dapat menimbulkan penghayatan emosi positif atau negatif pada diri siswa. *Judgement* tersebut juga akan menjadi *feedback* untuk *self regulation* siswa.

Ketiga tahap tersebut akan membentuk suatu siklus di dalam diri siswa dengan derajat kemampuan *self regulation* akademik yang berbeda-beda, yaitu mampu, cenderung mampu, cenderung kurang mampu, dan kurang mampu. Perbedaan kemampuan *self regulation* akademik tersebut disebabkan adanya faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *self regulation* akademik yaitu faktor pengaruh lingkungan yang meliputi pola asuh orang tua, dukungan dari guru, dukungan kelompok teman sebaya (*peer groups*), dan juga tuntutan sekolah.

Dukungan guru dapat berupa menjadi sosok yang memberikan model dan memberi *reinforcement* yang dapat memotivasi siswa untuk melakukan regulasi diri dalam bidang akademiknya. Dukungan orang tua disini mengacu kepada dukungan dalam membantu siswa dalam menetapkan standar yang menantang bagi siswa, pemberian model yang berhasil, yang akan memberikan motivasi bagi anaknya untuk melakukan regulasi diri dalam bidang akademiknya. Lingkungan pergaulan dengan teman sebaya yang mendukung dapat mempengaruhi siswa untuk tetap fokus dan termotivasi dalam meregulasi diri dalam bidang akademiknya. Orang tua yang memiliki kesuksesan dalam pendidikan relatif akan memberikan model bagi anaknya untuk meregulasi dirinya mencapai kesuksesan pendidikan, sebaliknya orang tua yang kurang dan tidak konsisten dalam memberikan model cenderung kurang memberikan target yang menantang untuk anaknya. Pengalaman keberhasilan orang-orang (orang tua, guru, teman sebaya) yang berada di sekitarnya, akan mempengaruhi siswa dalam menampilkan perilaku *self regulation* secara efektif (Boekaerts, 2000). Faktor yang selanjutnya adalah faktor tuntutan sekolah yang berstruktur kepada siswa untuk meregulasi diri dalam bidang akademiknya pelajaran (Steinberg, 2002). Keempat faktor tersebut akan memberi pengaruh dalam perkembangan *self regulation* akademik dan dihayati oleh siswa secara berbeda yang akan menghasilkan kemampuan *self regulation* akademik yang berbeda-beda.



Gambar 1.1. Skema Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi

- Siswa SMA “X” Bandung akan memperlihatkan kemampuan *self regulation* akademik secara bertahap dan siklus yang dimulai dari fase *forethought*, *performance/volitional control*, *self reflection*, lalu kembali lagi ke fase *forethought*.
- Siswa SMA “X” Bandung akan memperlihatkan kemampuan *self regulation* akademik yang meliputi fase *forethought*, *performance/volitional control* dan *self reflection* yang berbeda-beda pada kategori mampu, cenderung mampu, cenderung kurang mampu, dan kurang mampu.
- Kemampuan *self regulation* akademik siswa SMA “X” Bandung dipengaruhi faktor lingkungan yaitu orang tua, guru, teman sebaya, dan tuntutan sekolah.