

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. (Santrock, 2003) Perubahan ini menuntut penyesuaian diri para remaja terutama penyesuaian diri remaja dengan lingkungan. Lingkungan yang banyak mewarnai kehidupan remaja dalam masa perkembangannya tersebut yaitu lingkungan sekolah.

Pada umumnya para remaja masih berada pada jenjang sekolah lanjutan tingkat pertama dan sekolah menengah atas dengan perannya sebagai seorang siswa/siswi. Mereka pada umumnya masih tinggal dan berada di bawah pengawasan langsung orang tua. Beberapa di antara mereka ada juga yang tidak tinggal bersama orang tua melainkan berada dalam lingkungan asrama sekolah. Keberadaan mereka di asrama tentunya dengan berbagai macam latar belakang dan alasan yang berbeda-beda bagi setiap siswa. Hal ini seperti juga yang terdapat pada asrama SMA "X", Bogor.

Menurut informasi yang diberikan oleh *supervisor* asrama, Bapak M, beberapa dari mereka dipercaya oleh orang tua untuk hidup lebih mandiri dalam lingkungan asrama. Ada pula orang tua beberapa siswa yang merasa bahwa mereka terlalu sibuk dengan pekerjaannya sehingga lebih memilih untuk menitipkan putra-putri mereka kepada pihak asrama sekolah untuk membantu

mendidik dan mengasuh putra-putrinya. Sementara itu, beberapa orang tua lain berpendapat bahwa dengan tinggal di asrama, putra-putri mereka dapat belajar untuk mengatur kehidupannya sendiri sebagai persiapan sebelum melanjutkan pendidikan di luar negeri. Pihak asrama mempunyai visi dan misi agar siswa-siswi dapat menjalani proses kegiatan sehari-hari di asrama dengan baik meskipun berasal dari berbagai macam latar belakang keluarga.

Visi dan misi asrama yang dimaksud sebagaimana yang tertuang dalam buku Pedoman Asrama SMA “X” Bogor, yaitu “ bahwa dengan tinggal bersama dalam lingkungan yang penuh kasih, saling percaya, dan saling menghormati merupakan kesempatan yang sangat berharga bagi para siswa untuk berlatih menjadi lebih mandiri dan mengembangkan kemampuan untuk hidup dalam suatu komunitas. Pengalaman yang diperoleh di asrama akan memberi andil dalam mencapai cita-cita.” Melalui visi dan misi ini pihak asrama menuntut para siswa/siswi asrama untuk dapat hidup sesuai dengan aturan dan tuntutan asrama. Para siswa/siswi diharapkan mempunyai kemampuan mengatur dan mengendalikan diri dalam berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan asrama.

Kondisi asrama SMA “X” dirancang sedemikian rupa sehingga merupakan suatu lingkungan yang memadai untuk dijadikan tempat tinggal yang nyaman tempat untuk melakukan berbagai aktivitas, seperti istirahat, tidur, belajar, makan maupun melakukan kegiatan lain. Pihak asrama memfasilitasi agar hal tersebut dapat tercapai dengan menyediakan sarana dan prasarana yang dapat digunakan setiap penghuninya sesuai dengan keperluan masing-masing. Fasilitas yang disediakan yaitu, kamar tidur dengan kapasitas 4 orang setiap kamar untuk siswa-

siswi kelas 11 dan 12 sedangkan untuk kelas 10 mempunyai kapasitas 8-10 orang setiap kamar. Mereka juga menyediakan fasilitas lain yaitu kamar mandi, ruang belajar, ruang makan, ruang internet, sarana olahraga seperti kolam renang, *gymnasium*, lapangan sepak bola, lapangan bulutangkis, lapangan bola volley, dan ada pula lapangan pacuan kuda. Selain fasilitas-fasilitas yang ada, pihak asrama juga mempunyai aturan dan tuntutan yang ditujukan bagi setiap penghuninya dan dalam pelaksanaannya tak lepas dari pengawasan para *supervisor* asrama yang bekerja 24 jam secara bergantian di dalam lingkungan asrama. Tuntutan yang penting adalah bahwa setiap penghuni asrama diharapkan dapat berperilaku sesuai dengan aturan-aturan yang telah ada. Aturan-aturan, visi, misi, sanksi terhadap pelanggaran yang dilakukan, kegiatan-kegiatan yang dapat diikuti maupun denah lingkungan asrama tertuang dalam Buku Panduan Asrama SMA “X” yang dijadikan buku panduan setiap siswa-siswi yang tinggal di asrama SMA”X”..

Semua hal tersebut diinformasikan oleh pihak asrama sebelum siswa-siswi tinggal di asrama. Mereka diharapkan sudah mendapatkan gambaran mengenai kehidupan di asrama dan mampu menentukan tujuan selanjutnya selama hidup bersama dalam suatu komunitas di asrama. Berdasarkan wawancara dengan 10 orang siswa yang tinggal di asrama didapatkan bahwa 70% di antara mereka sudah mempunyai tujuan tertentu pada saat akan masuk asrama. Salah satu tujuan yang terungkap adalah agar dapat membiasakan hidup mandiri dan mengatur kehidupannya sendiri sebagai bekal sebelum menempuh pendidikan di luar negeri.

Para siswa-siswi tersebut mengharapkan dapat mengikuti kegiatan-kegiatan di asrama dengan baik tanpa mengganggu kegiatan sekolah. Selain ingin memenuhi tuntutan untuk dapat mengikuti kegiatan di asrama bagi para siswa-siswi, para siswa-siswi juga mengharapkan dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan pihak asrama seperti berperilaku baik dan sopan kepada setiap penghuni asrama, menjaga kerapian dan kebersihan fasilitas asrama, menjaga ketenangan dan ketertiban lingkungan asrama, dan dapat menjaga kerapian penampilan pribadi..

Selain usaha dari para siswa-siswi sendiri, pihak asrama juga berusaha membantu para siswa agar dapat mencapai tujuannya terutama yang sesuai dengan tuntutan pihak asrama. Salah satu yang dipersiapkan oleh pihak asrama yaitu dengan menuntun para siswa agar mempunyai jadwal kegiatan sehari-hari. Pada dasarnya pihak asrama memberikan jadwal umum kegiatan sehari-hari seperti jadwal istirahat, jadwal makan, jadwal belajar, jadwal kunjungan, atau jadwal rekreasi dan kegiatan tambahan. Jadwal umum tersebut hanya merupakan suatu tuntunan namun setiap siswa diharapkan mempunyai jadwal pribadi masing-masing terutama untuk kegiatan yang tidak dilakukan secara klasikal. Misalnya untuk jadwal kegiatan tambahan seperti klub olahraga. Setiap siswa diwajibkan mengikuti satu kegiatan tambahan yang disediakan dan untuk menjalankan kegiatan tersebut para siswa diharapkan dapat membuat jadwal dengan baik agar tidak berbenturan dengan kegiatan lain dari sekolah. Kemampuan para siswa untuk dapat mengatur dan merencanakan kegiatannya sesuai dengan tujuannya disebut dengan *task analysis*.

Para siswa diharapkan memiliki keyakinan terhadap dirinya bahwa ia dapat melaksanakan jadwal kegiatan sehari-hari yang telah disusunnya, mempunyai harapan bahwa apa yang akan dilakukannya dapat menghasilkan sesuatu yang baik dan merasa bahwa hal tersebut akan mempunyai nilai dan daya tarik tertentu bagi dirinya dimulai pada saat menentukan tujuan dan membuat strategi tersebut. Kemampuan tersebut disebut dengan *self-motivation belief*. Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa dalam mengikuti kegiatan di asrama para siswa-siswi masih menyesuaikan dengan tuntutan pihak asrama sehingga nilai dan daya tarik bagi siswa sendiri belum dapat terlihat jelas. Pihak asrama dengan aturan-aturannya masih memegang peran yang cukup signifikan dalam mengarahkan perilaku dan kegiatan siswa-siswi asrama.

Berdasarkan wawancara dengan 10 siswa yang tinggal di asrama SMA “X” Bogor didapatkan bahwa 60% di antaranya mempunyai jadwal kegiatan pribadi yang disesuaikan dengan jadwal umum asrama dan mereka merasa yakin dapat melaksanakan jadwal kegiatan tersebut. Sebanyak 20% di antaranya tidak mempunyai jadwal kegiatan pribadi. Mereka hanya mengikuti jadwal umum tanpa membuat rincian lagi untuk jadwal pribadinya karena merasa jadwal dari pihak asrama pun sudah cukup repot untuk diikuti. Para siswa-siswi yang mempunyai jadwal kegiatan pribadi merasa bahwa jadwal tersebut bermanfaat dalam menuntun mereka mengikuti kegiatan sehari-hari di asrama dengan lebih baik.

Para siswa yang telah mempunyai jadwal kegiatan dan merasa yakin dapat melaksanakan kegiatan tersebut dengan baik sesuai dengan jadwal yang telah disusun, selanjutnya diharapkan dapat benar-benar menerapkannya dalam

kehidupan sehari-hari. Para siswa diharapkan mempunyai kemampuan dalam menuntun diri sendiri untuk melaksanakan kegiatan-kegiatan pribadi di asrama. Kemampuan tersebut juga dibarengi dengan kemampuan para siswa membayangkan bagaimana cara mereka mengikuti jadwal yang telah ada sehingga perilaku para siswa dapat lebih terfokus untuk mengikuti jadwal tersebut. Selain kemampuan pribadi yang dimiliki para siswa untuk dapat berperilaku mengarah pada tujuan, kehidupan asrama dengan tuntutan dan aturan tertentu juga membantu para siswa untuk tetap dapat fokus dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan dan berperilaku tertentu. Kemampuan tersebut disebut juga dengan *self control*.

Lingkungan asrama merupakan tempat di mana para siswa hidup dengan para staf asrama dan teman-teman sebaya terutama para senior yang dapat memberikan contoh kepada para siswa dalam mengarahkan perilaku mereka terhadap tujuan yaitu dapat mengikuti kegiatan di asrama sesuai dengan tuntutan pihak asrama. Para siswa mempunyai kemampuan dalam mengamati dan merekam perilaku-perilaku yang menunjang dirinya mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Pengamatan tersebut dapat diperoleh dari orang-orang di lingkungan asrama maupun pengamatan terhadap perilakunya sendiri. Para siswa mempunyai kemampuan untuk mengamati perilaku sendiri yang pernah dilakukan sebelumnya apakah dapat menunjang pencapaian tujuan atau malah menghambat pencapaian tujuan tersebut yang disebut juga dengan kemampuan *self-observation*.

Para siswa SMA “X” yang mempunyai jadwal tersebut, 33.33% di antaranya merasa terbantu dengan adanya para staf asrama yang mengingatkan

mereka untuk tetap mengikuti aturan dan melaksanakan jadwal tersebut meskipun 66.67% lainnya merasa bahwa mereka tetap dapat melaksanakan jadwal kegiatan tersebut sekalipun tanpa adanya pengawasan dari pihak *supervisor* asrama. Mereka belajar dari mengamati para senior dan pengalaman diri sendiri bahwa dengan melaksanakan jadwal kegiatan pribadi yang telah disusunnya maka mereka nantinya akan lebih mudah untuk menjalankan kegiatan-kegiatan di asrama dengan lebih efektif dan memperkecil kemungkinan mendapatkan sanksi dari pihak asrama karena melakukan pelanggaran terhadap jadwal umum yang telah ditetapkan pihak asrama. Misalnya 60% siswa-siswi yang diwawancarai pernah mengamati beberapa seniornya tidak datang pada saat jam renungan yang telah ditetapkan pihak asrama dan mendapatkan sanksi atas pelanggaran tersebut. Dari apa yang telah diamati tersebut, beberapa siswa berusaha melaksanakan jadwal asrama dengan lebih baik.

Perilaku para siswa selama di asrama, mulai dari menyusun jadwal sampai pada melaksanakannya diamati dan dibimbing oleh para *supervisor* asrama. Mereka diberikan *feedback* atas apa yang telah mereka lakukan terutama bagi yang melanggar aturan asrama. Pada malam hari biasanya beberapa staf asrama memanggil para siswa yang melakukan pelanggaran dan mengadakan *devotion* yaitu semacam renungan yang diberikan kepada para siswa yang melanggar aturan dengan harapan mereka dapat menyadari kesalahan yang telah dibuatnya. Kegiatan tersebut hanya merupakan penuntun agar para siswa mempunyai waktu dan kesempatan merenungi perilakunya kemudian secara individual mereka menentukan sendiri tindakan atau perilaku yang harus diubah agar dapat

mengikuti aturan dan tuntutan pihak asrama. Kegiatan ini pun pada dasarnya dapat menjadi suatu penuntun bagi perkembangan kemampuan *behavior self-regulation* terutama pada fase *self-reflection*.

Sebanyak 70% dari siswa yang diwawancarai menyatakan pernah melakukan pelanggaran dan diminta untuk mengikuti *devotion*, mereka merasa kegiatan ini cukup berguna untuk mengevaluasi perilaku yang telah diperbuatnya dan menuntun mereka menentukan perilaku apa yang sebaiknya dilakukan selanjutnya. Sebanyak 57,1% siswa-siswi di antaranya tetap melanjutkan kegiatan renungan secara pribadi setiap malam meskipun mereka sedang tidak terlibat dalam suatu masalah. Namun 42,9% di antaranya merasa bahwa renungan atau *devotion* tersebut hanya ditujukan bagi mereka yang bermasalah dan mereka tidak pernah melakukan renungan pada setiap malam atas apa yang telah diperbuatnya. Kemampuan para siswa untuk dapat mengevaluasi perilaku yang telah diperbuatnya disebut dengan kemampuan *self-reflection*.

Kemampuan-kemampuan yang telah disebutkan sebelumnya merupakan kemampuan *behavior self-regulation*. *Behavior self-regulation* merujuk pada kemampuan para siswa asrama SMA “X” Bogor untuk mengendalikan diri dalam berperilaku di asrama. **(Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000)**. Kehidupan asrama, sebagai faktor lingkungan (*environmental*) yang mempunyai visi, misi tertentu dan adanya aturan-aturan dalam kehidupan sehari-hari serta penerapan disiplin yang ketat dengan adanya sanksi yang tegas dapat mempengaruhi proses perkembangan kemampuan *behavior self-regulation*. Meskipun pada kenyataannya tidak dapat dipungkiri bahwa proses perkembangan *behavior self-*

regulation tersebut juga tergantung dari individu itu sendiri dan dari proses pembentukan diri melalui pengalaman pribadi dengan lingkungan sebelumnya seperti pola asuh orang tua. Oleh karena itu, tidak menutup kemungkinan bahwa setiap siswa mempunyai *behavior self-regulation* yang berbeda-beda meskipun tinggal dalam keadaan dan setting yang sama. Misalnya terdapat siswa yang mungkin saja memiliki kemampuan mengatur jadwal kegiatan dengan baik namun belum cukup baik dalam melaksanakannya. Ada pula yang mempunyai kemampuan mengatur jadwal kegiatan dan melaksanakannya dengan baik namun tidak melakukan evaluasi terhadap apa yang telah dilaksanakannya serta beberapa kemungkinan lain yang dapat saja terjadi pada siswa/siswi asrama SMA “X” Bogor. Siswa-siswi yang mampu melakukan *behavior self-regulation* diharapkan dapat lebih mudah dalam mencapai tujuan dalam mengikuti kegiatan sehari-hari di asrama dan berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama. Hal sebaliknya mungkin saja terjadi pada siswa-siswi yang kurang mampu melakukan *behavior self-regulation*. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan survey mengenai gambaran kemampuan *self-regulation* pada siswa/i SMA yang tinggal di asrama SMA “X”, Bogor.

1.2. Identifikasi Masalah

Bagaimanakah kemampuan *behavior self-regulation* pada siswa-siswi SMA yang tinggal di asrama sekolah di SMA “X” Bogor?

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

Maksud penelitian adalah untuk memperoleh gambaran mengenai kemampuan *behavior self-regulation* pada siswa-siswi SMA yang tinggal di asrama sekolah di SMA “X” Bogor.

Tujuan penelitian adalah untuk memperoleh gambaran masing-masing aspek yang lebih rinci mengenai kemampuan *behavior self-regulation* pada siswa-siswi SMA yang tinggal di asrama sekolah di SMA “X” Bogor.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- Memberikan informasi pada bidang ilmu Psikologi Perkembangan dan Pendidikan mengenai kemampuan *behavior self-regulation* pada siswa-siswi SMA yang tinggal di asrama sekolah.
- Memberikan informasi sebagai rujukan bagi pihak-pihak yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai hal-hal yang berkaitan dengan *behavior self-regulation*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi mengenai kemampuan *behavior self-regulation* siswa-siswi yang tinggal di asrama sekolah kepada orang tua sebagai bahan pertimbangan dan persiapan bagi orang tua yang akan memasukkan anaknya ke asrama sekolah.
- Memberikan informasi mengenai kemampuan *behavior self-regulation* siswa-siswi yang tinggal di asrama sekolah kepada pihak sekolah terutama

pengelola atau *supervisor* asrama, sebagai bahan pertimbangan dalam mengoptimalkan pendampingan para siswa-siswi di asrama sekolah.

- Memberikan informasi kepada siswa-siswi yang tinggal di asrama mengenai kemampuan *behavior self-regulation* mereka, agar informasi ini dapat dimanfaatkan dalam rangka upaya pemahaman dan pengembangan diri dalam bertingkah laku terutama dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan asrama sekolah.

1.5. Kerangka Pemikiran

Siswa-siswi asrama SMA “X” berada pada tahap perkembangan masa remaja akhir (*late adolescence*). Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. (Santrock, 2003) Salah satu perubahan yang terjadi dalam diri remaja yang menonjol yaitu perubahan sosio-emosional. Kehidupan emosional para remaja seringkali mengalami suatu gejolak yang begitu besar dan masih dalam suatu keadaan yang labil. Mereka seringkali ingin mencari perhatian dari lingkungan sekitarnya dengan melakukan sesuatu yang baginya dapat menarik perhatian orang lain. Apa yang dilakukan oleh remaja terkadang tidak dimengerti oleh lingkungan sekitar terutama orangtua mereka sehingga menimbulkan kesalah pahaman antara kedua belah pihak.

Hal ini merupakan salah satu ciri perkembangan yang terjadi pada diri remaja. Begitu pula halnya yang terjadi pada diri siswa-siswi asrama SMA “X”, Bogor. Para siswa-siswi asrama SMA “X” merupakan bagian dari remaja yang

juga mengalami proses perubahan-perubahan tersebut. Pada saat berada dalam tahap perubahan-perubahan tersebut beberapa remaja lain masih berada dalam lingkup pengawasan orangtua secara penuh namun para siswa-siswi asrama SMA “X” Bogor ini mempunyai lingkungan khusus tempat mereka tinggal yang tidak bersama orang tua. Mereka tinggal dalam lingkungan asrama yang diawasi oleh para staf *supervisor* asrama.

Para staf *supervisor* asrama ini bertugas mengawasi kegiatan para siswa-siswi dan mereka ditempatkan di setiap lantai sesuai dengan bloknnya, yaitu blok putra dan blok putri. Mereka bertanggungjawab memimpin dan menerapkan disiplin dalam sikap bersahabat dan mendorong semangat semua siswa di setiap lantai tersebut untuk belajar, bersabar dan saling toleransi. (**Buku Pedoman Asrama SMA “X” Bogor.**) *Supervisor* asrama bertugas selama 24 jam secara bergantian dan pengawasan lebih ditekankan pada penegakan disiplin dan membantu interaksi antar siswa-siswi asrama agar dapat berjalan dengan baik. Pengawasan tersebut juga mempunyai batas-batas tertentu, masalah-masalah pribadi yang berhubungan dengan kepentingan keluarga bukan menjadi tanggung jawab *supervisor* asrama, begitu pula apabila para siswa-siswi sedang berada dalam lingkungan keluarga di akhir pekan atau pada saat pekan liburan. Selain daripada itu, semua perilaku siswa-siswi dalam menjalankan kegiatan sehari-hari sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama mendapat pengawasan dari *supervisor* asrama.

Para siswa-siswi asrama SMA “X” Bogor diharapkan sudah dapat mengendalikan perilakunya di asrama sesuai dengan aturan dan tuntutan hidup di

lingkungan asrama. Kemampuan dalam diri untuk mengatur diri dalam kegiatan dan perilaku di asrama, dikenal dengan istilah *behavior self-regulation* (Zimmerman, dalam Boekaerts, 2000). *Behavior self-regulation* merujuk pada *thoughts* (pemikiran), *feelings* (perasaan-perasaan), dan *action* (tindakan) yang direncanakan dan dilakukan secara berulang-ulang untuk beradaptasi dalam lingkungan asrama sekolah yang didasari oleh keyakinan dan motivasi dalam diri individu (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman dan Kitsantas, 1996, dalam Boekaerts, 2000). Proses-proses *self-regulation* itu sendiri terdiri atas tiga 3 fase yang merupakan satu siklus. Fase yang pertama yaitu fase *forethought* (perencanaan) kemudian fase *performance or volitional control* dan fase yang ketiga adalah fase *self-reflection*.

Fase *forethought* merupakan fase perencanaan. Untuk tetap dapat hidup dengan harmonis dalam lingkungan asrama, para siswa-siswi perlu mempunyai perencanaan dalam berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama yang telah diinformasikan kepada dirinya pada saat persiapan masuk dalam lingkungan asrama. Seorang siswa asrama SMA “X” Bogor akan menentukan suatu tujuan, yaitu berperilaku sesuai dengan tuntutan pihak asrama dan dapat mengikuti kegiatan-kegiatan di asrama baik yang bersifat akademis maupun yang bersifat non-akademis (*goal setting*). Kemudian ia membuat strategi dalam usaha mencapai tujuan tersebut yaitu dengan menyusun suatu jadwal kegiatan sehari-hari bagi dirinya sendiri dengan tetap memperhatikan ketentuan umum dari pihak asrama (*strategic planning*).

Agar nantinya rencana dan strategi ini dapat berjalan dengan baik maka diperlukan suatu *self-motivation beliefs* dalam diri para siswa-siswi asrama SMA "X" Bogor. *Self-motivation beliefs* ini menunjukkan motivasi siswa-siswi yang tinggal di asrama dalam melakukan kegiatan di asrama dengan baik. Motivasi ini meliputi keyakinan para siswa-siswi asrama SMA "X" mengenai kemampuannya dalam berperilaku dan mengikuti kegiatan-kegiatan di asrama dengan baik (*self-efficacy*), harapan bahwa perilaku yang dilakukan akan bermanfaat bagi dirinya (*outcome expectation*), rasa tertarik dalam melakukan kegiatan-kegiatan di asrama yang bersumber dari diri sendiri (*intrinsic interest or valuing*), dan kemampuan para siswa-siswi asrama SMA "X" dalam mempertahankan motivasinya untuk mengikuti kegiatan-kegiatan di asrama dan meningkatkan kualitas perilakunya di asrama sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama (*goal orientation*) (Zimmerman dalam Boekaerts, 2000).

Fase yang kedua dari *self-regulation* adalah *performance/volitional control*. Pada fase ini, para siswa-siswi sampai pada tahap menunjukkan apa yang sudah direncanakannya dalam bentuk perilaku. Dalam berperilaku, para siswa-siswi diharapkan mempunyai kemampuan mengendalikan dirinya untuk tetap dapat melakukan apa yang sudah direncanakannya (*self-control*). Selain pengendalian dari yang bersumber dalam diri juga terdapat pengendalian dari luar yaitu dari pihak asrama yang mempunyai aturan dan sanksi-sanksi yang tegas bagi yang melanggar aturan. Kemampuan pengendalian diri para siswa-siswi tampak dari adanya kemampuan untuk tetap dapat berperilaku sesuai dengan tuntutan pihak asrama (*self-instruction*), kemampuan membayangkan

keberhasilan mereka berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama dan jadwal yang telah ada (*imagery*), kemampuan memusatkan perhatian agar tetap dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama (*attention focusing*), serta mengorganisaikan perilaku agar sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama (*task strategies*).

Pada waktu melaksanakan yang telah direncanakannya, para siswa juga diharapkan mempunyai kemampuan mengamati dan mengingat hal-hal yang dialaminya (*self-recording*), dan juga kemampuan untuk menampilkan perilaku yang belum pernah dilakukannya yang dapat menunjang pencapaian tujuan (*self-experimentation*). Proses ini dapat dialami diri sendiri maupun dengan mengamati orang lain yang mempunyai tujuan serupa. Siswa-siswi asrama yang tinggal bersama dalam suatu komunitas dapat mengamati perilaku teman-teman sebayanya yang tinggal bersama, mereka juga dapat mengamati perilaku para seniornya yang sudah terlebih dahulu tinggal dalam lingkungan asrama SMA “X” (Zimmerman dalam Boekaerts, 2000). Perilaku-perilaku yang dianggap sesuai dan dapat membantu siswa-siswi memenuhi tujuannya dalam berperilaku akan dijadikan model bagi dirinya dan memperkuat tingkah laku siswa-siswi asrama itu sendiri.

Fase selanjutnya yaitu *self-reflection* yang erat kaitannya dengan *self-observation*. *Self-reflection* ini terdiri atas dua bagian, yaitu *self-judgement* dan *self-reaction*. Pertama, *self-judgement* merupakan kemampuan para siswa-siswi asrama SMA “X” untuk mengevaluasi tingkah laku dalam menjalani kegiatan sehari-hari di asrama. Evaluasi ini merupakan kemampuan siswa-siswi asrama

SMA “X” dalam mengevaluasi diri sendiri dengan menilai apakah dalam mengikuti kegiatan-kegiatan di asrama sudah sesuai dengan rencana atau jadwal yang telah ditetapkan mereka sendiri sebelumnya (*self-evaluation*) dan kemampuan siswa-siswi asrama SMA “X” dalam menilai apakah yang telah dilakukan pada saat menjalani kegiatan sehari-hari di asrama berdasarkan tuntutan dari pihak asrama merupakan usaha dirinya sendiri atau karena pengaruh dari luar dirinya (*causal attributions*) (**Zimmerman** dalam **Boekaerts**, 2000). Setiap hari mereka melakukan renungan pagi dan malam hari. Renungan ini dilakukan dalam rangka melengkapi kebutuhan setiap siswa-siswi dari segi spiritualitas dan juga agar para siswa-siswi terutama yang melakukan pelanggaran dapat menyadari kesalahan yang dibuatnya dan diharapkan dengan kesadaran yang dilandaskan pada iman kristiani tidak melakukan kesalahan itu kembali. Bagi siswa-siswi yang telah melakukan pelanggaran dan diketahui oleh pihak asrama maka terdapat renungan wajib di luar renungan rutin setiap hari yang dilakukan bersama para *supervisor* asrama.

Self-reaction merupakan reaksi siswa-siswi yang tinggal di asrama SMA “X” Bogor terhadap tingkah laku dalam menjalani kegiatan sehari-hari di asrama. *Self-reaction* meliputi kemampuan siswa-siswi yang tinggal di asrama SMA “X” Bogor mengekspresikan kepuasan dan ketidakpuasan terhadap tingkah lakunya dalam menjalani kegiatan sehari-hari di asrama dan kemampuan memutuskan untuk menunjukkan perilaku adaptif dalam kegiatan sehari-hari di asrama atau perilaku defensif dalam menjalani kegiatan sehari-hari di asrama (**Zimmerman** dalam **Boekaerts**, 2000). Siswa-siswi yang dapat berperilaku adaptif diharapkan

dapat menunjukkan perilaku memperbaiki diri apabila telah melakukan kesalahan ke arah yang lebih baik. Perilaku defensif ditunjukkan apabila siswa-siswi asrama mengetahui kesalahan yang diperbuatnya namun bersikap apatis dan tidak berusaha memperbaiki diri.

Setiap orang berusaha untuk meregulasi fungsi dirinya dengan berbagai cara untuk mencapai tujuan hidup (**Winne**, 1997 dalam **Boekaerts**, 2000). Usaha pencapaian tujuan melibatkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan *self-regulation* yaitu faktor dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sosial dan fisik yang meliputi orang tua, teman sebaya, dan *supervisor* asrama (**Bandura & Kupers**, 1964, dalam **Boekaerts**, 2000). Usaha yang dilakukan seseorang untuk mempunyai suatu *self-regulation* dalam dirinya mengarah pada suatu kemampuan dalam diri dan kemampuan ini akan berkembang secara berbeda pada setiap siswa-siswi asrama SMA “X” Bogor tergantung dari faktor-faktor *environment* tersebut.

Para siswa-siswi asrama SMA “X “ Bogor ini sebagian besar merupakan siswa-siswi yang berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi menengah ke atas. Beberapa di antara mereka berasal dari keluarga yang seringkali orang tuanya sibuk dengan pekerjaannya sehingga cenderung membiarkan anak-anak mereka melakukan hal-hal sesuai dengan keinginan anak tanpa membimbing anak memikirkan aturan dan sanksi dari orangtua dan lingkungan. Meskipun tidak dapat dipungkiri bahwa orang tua masih mempunyai tanggung jawab dan peran di dalam kehidupan para siswa-siswi. Salah satu keterlibatan orang tua terhadap kehidupan siswa-siswi yang tinggal di asrama dapat dilihat dari sejauh mana

peran orang tua pada saat mengambil keputusan apakah siswa-siswi ini akan tinggal di asrama atau tidak. Peran orang tua yang terlalu besar tanpa melibatkan anak dalam mengambil keputusan bahwa anak tinggal di asrama atau tidak mungkin saja mempunyai dampak bagi anak itu sendiri. Hal ini berkaitan kemampuan *self-regulation* dalam bertingkah laku pada anak yang memasuki lingkungan asrama yang penuh diwarnai dengan aturan dan tuntutan dari pihak asrama. Pengaruh faktor lingkungan dalam perkembangan *self-regulation* ini semakin nampak karena para siswa-siswi seringkali membentuk standar-standar untuk penilaian dalam dirinya (*self-reflection*) dari proses pembelajaran, timbal balik sosial, dan meniru dari teman sebaya, para orang tua, dan para *supervisor* asrama tentunya (Mach 1998, dalam Boekaerts, 2000).

Selain peran orang tua yang telah dijelaskan sebelumnya, teman sebaya sesama penghuni asrama juga dapat mempengaruhi kehidupan para siswa-siswi yang tinggal di asrama tersebut terutama dalam perkembangan kemampuan *behavior self-regulation*. Teman sebaya ini merupakan individu yang akan cukup banyak berinteraksi dengan para siswa-siswi yang tinggal di asrama tersebut. Hampir sebagian besar kegiatan sehari-hari di asrama dilakukan bersama dengan teman sesama penghuni asrama, mulai dari tidur atau istirahat, makan, belajar, bahkan kegiatan-kegiatan tambahan di asrama seperti klub olahraga atau rekreasi bersama. Melalui interaksi ini, para siswa-siswi tersebut akan mendapat *feedback* mengenai tingkah laku mereka terutama yang berkaitan dengan kemampuan mereka dalam *behavior self-regulation*.

Selain teman sebaya, orang lain yang juga banyak berinteraksi dengan para siswa-siswi tersebut yaitu para *supervisor* asrama. Mereka adalah orang-orang yang mempunyai tanggung jawab sebagai pengganti orang tua bagi para siswa-siswi selama berada di lingkungan asrama dan akan mengawasi kegiatan sehari-hari para siswa-siswi asrama terutama dalam memenuhi aturan dan tuntutan pihak asrama. Interaksi dan pengawasan yang diberikan oleh *supervisor* asrama ini juga akan memberikan pengaruh dalam perkembangan kemampuan *behavior self-regulation* para siswa-siswi yang tinggal di asrama sekolah tersebut. Faktor lain yaitu fasilitas asrama yang dapat mendukung *behavior self-regulation* para siswa-siswi tersebut. Ketersediaan fasilitas asrama yang memadai dapat menunjang para siswa-siswi agar lebih dapat mengembangkan kemampuan *behavior self-regulation* namun dapat juga fasilitas ini malah akan memanjakan para siswa-siswi dalam melakukan kegiatan sehari-hari dan berperilaku sesuai dengan aturan dan tuntutan pihak asrama sehingga para siswa-siswi yang tinggal di asrama tersebut kurang mampu mengembangkan kemampuan *behavior self-regulation*.

Pengaruh-pengaruh dari lingkungan sosial dan fisik ini yang akan mempengaruhi perkembangan kemampuan *behavior self-regulation*, selain itu faktor internal juga dapat mempengaruhi perkembangan tersebut. **Zimmerman** (dalam **Boekaerts**, 2000) mengungkapkan proses *self-regulatory* dapat dicapai dan dipertahankan melalui sumber daya yang berasal dari lingkungan sosial dan yang berasal dari diri sendiri. Oleh karena itu, perbedaan penghayatan terhadap pengaruh dukungan lingkungan sosial dan faktor dari diri sendiri dapat

1.6 ASUMSI :

1. Siswa-siswi asrama SMA “X” Bogor yang tinggal di asrama mempunyai suatu karakteristik tertentu yang ditunjukkan dalam perilakunya berdasarkan aturan dan tuntutan pihak asrama.
2. Siswa-siswi asrama SMA “X” Bogor yang tinggal di asrama akan memperlihatkan derajat kemampuan *behavior self-regulation* yang berbeda-beda
3. Derajat kemampuan *behavior self-regulation* siswa-siswi yang tinggal di asrama SMA “X” Bogor terungkap dalam 3 fase yang merupakan satu siklus yaitu fase *forethought*, *performance/volitional control*, dan *self-reflection*.
4. Kemampuan *behavior self-regulation* siswa-siswi asrama SMA “X” Bogor yang berbeda-beda dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri dan dari lingkungan sosial dan fisik yaitu orangtua, teman sebaya, *supervisor* asrama, dan fasilitas asrama.