
Profil *Self Regulated Learning* Siswa SMA “X” di Jember Selama Masa *School From Home* (SFH)

Anggraeni Swastika Sari

Psikologi, Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember
anggraeni.swastikasari@unmuhjember.ac.id

Ria Wiyatfi Linsiya

Psikologi, Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember
ria.wiyatfi@unmuhjember.ac.id

Abstract

This study aims to provide an overview of Self Regulated Learning for high school student “X” in Jember during the pandemic. The method used is descriptive quantitative. The research subjects were high school students with a sample of 166 students. The technique used is random sampling using google form. The results of the validity of the Self-Regulated Learning scale are between 0.257 to 0.695 with a reliability value of 0.801. Based on the category, the Self Regulated Learning of high school student “X” is still in the high category. Judging from the aspect, the highest aspect of metacognitive is 43.98%, while the lowest aspect of motivation is 35.54%. Demographically, it can be seen that female students have higher Self-Regulated Learning while boys have lower. In addition, class XII students and students majoring in science seem to have higher Self-Regulated Learning. This research still has limitations. Further researchers can increase the number of research samples and can use qualitative methods in order to provide a more detailed picture.

Keywords: *self regulated learning (SRL); students.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran *Self Regulated Learning* pada siswa SMA “X” di Jember selama masa pandemi. Metode yang dilakukan adalah deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian adalah siswa SMA dengan jumlah sampel 166 siswa. Teknik yang digunakan adalah *random sampling* menggunakan *google form*. Hasil validitas skala *Self Regulated Learning* antara 0.257 hingga 0.695 dengan nilai realibilitas 0,801. Berdasarkan kategorinya bahwa *Self Regulated Learning* siswa SMA “X”, masih berada pada kategori tinggi. Dilihat dari aspeknya, Prosentase tertinggi pada metakognitif yaitu 43,98 %, sedangkan aspek terendah pada motivasi yaitu 35,54%. Secara demografi, dapat dilihat bahwa siswa perempuan memiliki *Self Regulated Learning* lebih tinggi sedangkan laki-laki lebih rendah. Selain itu, siswa kelas XII dan siswa dengan jurusan IPA yang nampak lebih memiliki *Self Regulated Learning* yang lebih tinggi. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan jumlah

sampel penelitian dan dapat menggunakan metode kualitatif agar dapat memberikan gambaran lebih detail.

Kata Kunci: *self regulated learning* (SRL); siswa

Pendahuluan

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan suatu tempat pendidikan untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki oleh individu dari beberapa aspek baik kognitif, afektif maupun psikomotor. Diusianya saat ini, siswa SMA dianggap sudah mampu untuk bertanggung jawab dalam penyelesaian semua tugas akademiknya. Namun, realitanya masih terdapat siswa SMA yang bermalalah dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, khususnya selama masa pandemi Covid -19 ini. (Savira dan Suharsono, 2013).

Penerapan *social distancing* sebagai salah satu cara dalam menekan penyebaran virus Covid 19, juga memberikan pengaruh terhadap penyelenggaraan Pendidikan di Sekolah Menengah Atas. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Covid. Dalam surat ini tertuang keputusan tentang peniadaan pembelajaran tatap muka di sekolah dan digantikan dengan pembelajaran dari rumah atau *School From Home* (SFH). Adanya peralihan sistem belajar luring menjadi daring, diharapkan tidak mengubah konsep pembelajaran seperti halnya ketika siswa berada di kelas. Pemanfaatan aplikasi-aplikasi digital menjadi pilihan sekolah agar pembelajaran yang melibatkan interaksi guru dan murid bisa tetap berlangsung. Harapannya selama proses belajar daring, tetap adanya kasus yang dibahas dan adanya diskusi sebagai bentuk keaktifan siswa dalam proses pembelajaran. Hal yang tidak boleh dilupakan adalah terkait dengan tugas-tugas belajar yang disesuaikan dengan situasi selama pandemi. Artinya bentuk tugas lebih praktis, namun tidak mengubah capaian belajarnya. Aktivitas-aktivitas pembelajaran yang bervariasi tersebut, pastinya butuh ditunjang dengan perilaku mandiri siswa dalam belajar. Menurut Hasanah, dkk (dalam Handarini dan Wulandari, 2020) bahwa karakteristik dari pembelajaran daring salah satunya adalah keterampilan untuk

belajar mandiri atau *Self Regulated Learning*. Hal tersebut juga ditunjang oleh pernyataan Pitrich, dkk (dalam Sari dan Satwika, 2018) bahwa siswa yang memiliki prestasi akademik tinggi adalah yang memanfaatkan strategi dalam *Self Regulated Learning*, sehingga dapat dikatakan bahwa *Self Regulated Learning* menunjang keberhasilan proses belajar.

Self Regulated Learning

Self Regulated Learning menurut Pintrich (1990) adalah sebuah proses konstruktif dan aktif yang terkait dengan membuat tujuan belajar dan melakukan pengawasan secara mandiri, melakukan pengelolaan dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilakunya demi mencapai tujuan yang ingin dicapai. Menurut Zimmerman, (2010) terdapat 3 komponen penting dalam *Self Regulated Learning* yaitu strategi metakognitif, motivational dan strategi perilaku. Strategi metakognitif menurut Flavel (dalam Kristiyani, 2016) metakognitif merupakan kemampuan untuk memantau seberapa baik seseorang dalam memahami sesuatu dan kemampuan untuk meregulasi aktivitas belajar. Komponen motivational merujuk pada pembelajar SRL yang menunjukkan usaha yang konsisten dalam proses belajarnya, dan terkandung adanya suatu harapan, *value* (nilai-nilai) dan afektif (Pintrich, 1990). Komponen ketiga dari SRL adalah strategi perilaku yaitu siswa menunjukkan usaha dan ketekunan yang tinggi, serta secara mandiri memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan yang mengoptimalkan pembelajaran (Zimmerman, 2010).

Process Self Regulated Learning

Menurut Zimmerman (dalam DiBenetto, 2013), *Self Regulated Learning* melibatkan 3 proses penting yaitu *Forethought*, *Performance* dan *Self Reflection*. Pada tahap *Forethought* ini diharapkan akan memandu pembelajar dalam membuat rencana tindakan selanjutnya seperti membuat jadwal belajar atau memprogram belajar. Tahap kedua yaitu *Performance*, berkaitan seperti membaca ulang, menggarisbawahi, membuat catatan, latihan, membuat pertanyaan untuk dijawab oleh pembelajar sendiri. Pada tahap *Self Reflection*, siswa akan melakukan evaluasi diri dan sekaligus menentukan apakah siswa merasa puas dengan hasil belajarnya. Persepsi pembelajar terhadap kepuasan hasil belajar yang

telah diraih akan memberikan umpan balik pada fase pertama yaitu *forethought*.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk eksplorasi dan klarifikasi mengenai suatu fenomena, dengan jalan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berkenaan dengan masalah yang diteliti. Variabel penelitian ini adalah *Self Regulated Learning*. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA “X” di Jember. Sampelnya adalah siswa kelas 1, 2 dan 3 dengan jumlah 166. Teknik pengambilan sampel adalah *random sampling*. Proses Random menggunakan absensi nama kelas yang dilakukan secara *online* melalui *google form*.

Alat ukur skala *Self Regulated Learning* dibuat oleh peneliti menggunakan dasar teori dari Zimmerman, (2010). Selanjutnya dibuat *blue print* untuk kemudian diturunkan dalam bentuk item. Item-item tersebut diujicobakan sebelumnya pada siswa di luar populasi untuk menemukan item yang sesuai, sehingga terbentuklah dari awalnya 32 item menjadi 16 item. Berikut salah satu contoh item : “Saya membuat jadwal belajar di rumah agar mempermudah proses belajar selama masa daring”. Alat ukur ini menggunakan skala Likert dengan 4 pilihan yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS).

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa alat ukur *Self Regulated Learning* diperoleh, bahwa nilai validitas item pada rentang 0.257 sampai 0.695 dengan signifikan korelasi 0.05 dan hasil uji reliabilitas sebesar 0.801, artinya alat ukur skala *Self Regulated Learning* memiliki tingkat reliabilitas yang baik. Data kemudian dibagi menjadi 2 kategori yaitu tinggi dan rendah. Berikut tabel gambaran *Self Regulated Learning* dilihat dari kategorinya:

Tabel 1. Gambaran *Self Regulated Learning*

	Kategori	Prosentase %
Tinggi	$X \geq 42$	50,6
Rendah	$X \leq 42$	49,4

Berdasarkan gambaran *Self Regulated Learning* pada tabel 1, maka *Self Regulated Learning* siswa “X” masuk pada kategori tinggi sebesar 50.6%. Hanya saja, perbedaan jumlah tersebut tidak berbeda jauh dengan banyaknya siswa yang memiliki *Self Regulated Learning* yang rendah. Hal tersebut nampak bahwa selisih prosentase hanya 1.2% antara kategori tinggi dan kategori rendah.

Selain itu, berdasarkan aspek *Self Regulated Learning*, maka dibagi menjadi 3 aspek. Aspek tersebut adalah metakognitif, motivasi dan strategi perilaku. Berikut gambaran *Self Regulated Learning* dilihat dari aspeknya :

Tabel.2 Gambaran *Self Regulated Learning* Berdasarkan Aspek

Aspek	Kategori		Prosentase %
Metakognitif	Tinggi	$X \geq 10$	43,98
	Rendah	$X \leq 10$	56,02
Motivasi	Tinggi	$X \geq 16$	35,54
	Rendah	$X \leq 16$	64,46
Strategi Perilaku	Tinggi	$X \geq 16$	43,37
	Rendah	$X \leq 16$	56,63

Jika merujuk pada tabel 2, secara umum dapat dilihat bahwa antara ketiga aspek tersebut diurutkan berdasarkan jumlah prosentase tertinggi. Dimana, aspek tertinggi adalah metakognitif (43.98%), yang kedua aspek strategi perilaku (43.37%) dan ketiga yaitu aspek motivasi (35.54%).

Berdasarkan demografi, dapat dilihat perbedaan *Self Regulated Learning* dari segi jenis kelamin, kelas dan jurusannya. Berikut diagram demografi *Self Regulated Learning*:

Gambar.1 Gambaran *Self Regulated Learning* Berdasarkan Demografi

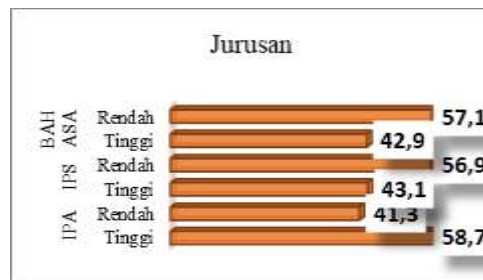
Gambar a. Jenis Kelamin



Gambar b. Kelas



Gambar c. Jurusan



Berdasarkan analisis deskriptif SRL dari data demografi, maka dapat disimpulkan bahwa siswa perempuan memiliki tingkat *Self Regulated Learning* yang lebih tinggi sebesar 59.6% sedangkan siswa laki-laki sebesar 37.3%. Apabila dilihat dari angkatan atau kelasnya, diketahui bahwa kelas XII memiliki *Self Regulated Learning* yang lebih tinggi yaitu 64.5% dan kelas yang memiliki *Self Regulated Learning* rendah adalah kelas X dengan 40.7%. Sedangkan apabila dilihat dari jurusannya, IPA memiliki prosentase tertinggi sebesar 58.7% dan tertendah pada jurusan Bahasa 42.9%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Self Regulated Learning* yang dimiliki oleh siswa SMA "X" di Jember berada pada kategori tinggi dengan prosentase sebesar 50,6% atau setara dengan jumlah sebanyak 84 siswa. Namun, hasil tersebut tidak berbeda jauh dengan prosentase kategori rendah yaitu sebesar 49.4%. Artinya bahwa meskipun tingkat *Self Regulated Learning* siswa SMA "X" terlihat tinggi, namun masih banyak juga siswa yang kurang memiliki *Self Regulated Learning*. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa masih ada juga siswa yang memiliki *Self Regulated Learning* yang rendah selama masa pandemi. Hasil tersebut, menandakan bahwa selama masa *school from home* (SFH) tersebut, tidak

sepenuhnya siswa menunjukkan perilaku *Self Regulated Learning* yang baik.

Pada dasarnya *Self Regulated Learning* (kemandirian belajar) ini sangat penting dimiliki oleh siswa, dikarenakan hal ini dapat membantu siswa dalam mengoptimalkan prestasi akademik atau hasil belajar yang merupakan salah satu bentuk tolak ukur keberhasilan individu dalam hal akademik (El-Anzi, F. O., 2005). Oleh sebab itu, *Self Regulated Learning* erat kaitannya dengan prestasi akademik. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya diantaranya, Rahayu (2014), Wardatul dan Pudjisstiti (2015), Sari dan Satwika (2018), yang menyatakan ada hubungan antara *Self Regulated Learning* dengan prestasi akademik. Dengan demikian, apabila siswa memiliki *Self Regulated Learning*, maka kemungkinan besar siswa akan tetap berprestasi meskipun berada dalam masa belajar *online* saat ini. Disisi lain, *Self Regulated Learning* tersebut juga dapat membantu siswa dalam memperoleh informasi dan mengorganisasi pengetahuan yang diperoleh dengan lebih efisien (Mukhid, 2008). Dengan demikian, siswa dapat tetap produktif meskipun di masa belajar *online*.

Berdasarkan aspek-aspek *Self Regulated Learning*, nampak bahwa metakognitif merupakan aspek tertinggi yaitu sebesar 43.98%, artinya bahwa siswa masih cukup mampu untuk memahami dan merencanakan terkait dengan aktivitas apa yang akan dan harus dilakukan terhadap suatu kondisi tertentu. Adanya aspek ini, seharusnya dapat membantu siswa dalam memberikan pengetahuan mengenai strategi belajar yang akan digunakan (Mukhid, 2008). Dengan kata lain, apabila aspek ini kurang dimanfaatkan dengan baik, maka siswa cenderung kurang dapat berpikir secara sistematis dalam merancang suatu aktivitas belajar secara mandiri.

Strategi perilaku merupakan aspek tertinggi kedua yaitu sebesar 43.37%. Artinya, siswa belum dapat sepenuhnya untuk mengontrol diri agar tidak terpengaruh oleh lingkungan, sehingga dapat mengganggu dalam proses belajarnya. Pada dasarnya, bentuk strategi perilaku yang digunakan oleh siswa ialah dengan cara mengontrol situasi yang ada di lingkungan sekitarnya (Latipah, 2010). Aspek terakhir yaitu motivasi yang menjadi aspek terendah artinya bahwa

siswa secara umum masih belum cukup memiliki motivasi dalam dirinya. Hal tersebut nampak dari hasil prosentase yaitu 35.54%. Motivasi sendiri merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada diri individu dan digunakan oleh siswa untuk memonitor dan mengontrol proses belajar (Mukhid, 2008). Sejalan dengan Bandura (Cobb, 2003) yang juga mengatakan bahwa motivasi merupakan penggerak siswa pada tujuan, dengan harapan ada tindakan dan keyakinan untuk dapat melakukannya. Apabila, motivasi tersebut tidak ada pada diri siswa, tentunya akan mempengaruhi tindakannya untuk melakukan sesuatu (khususnya dalam belajar selama masa pandemi ini).

Bila ditinjau dari aktivitas belajar antara siswa laki-laki dan siswa perempuan, terlihat bahwa siswa perempuan memiliki *Self Regulated Learning* lebih tinggi yaitu sebesar 59,6% dan laki-laki sebesar 37.3%. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian dari Alhadi dkk (2018), yang menyatakan bahwa *Self Regulated Learning* siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Zimmerman (2011) mengatakan bahwa perbedaan *Self Regulated Learning* antara perempuan dan laki-laki disebabkan oleh perbedaan kemampuan akademik, kinerja dan konteks dalam mengelola tugas, aspek metakognitif dan motivasi. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat dari Bidjerano (dalam Alhadi dkk, 2018) bahwa siswa perempuan cenderung melaporkan hasil latihan, organisasi, metakognitif, waktu keterampilan manajemen, elaborasi, dan bisnis lebih baik dari siswa laki-laki. Pernyataan tersebut menggambarkan bahwasannya perempuan lebih memiliki *Self Regulated Learning* yang lebih baik.

Dilihat dari sisi tingkatan kelasnya, ternyata juga terlihat gambaran besar kecilnya SRL antara kelas X, XI dan XII yang nampak dari hasil prosentase. Kelas XII memiliki *Self Regulated Learning* yang lebih tinggi yaitu sebesar 64.5%. Menurut Hurlock (1990) faktor yang mempengaruhi kemandirian seseorang salah satunya adalah usia. Rentang usia siswa kelas XII adalah sekitar 18 tahun, yang mana pada usia tersebut, anak sudah mulai dapat untuk mengelola dirinya secara mandiri. Hal tersebut dikarenakan, anak sudah banyak mengeksplorasi dan belajar dari lingkungannya (keluarga, sekolah dan masyarakat). Apabila ditinjau dari jurusanannya, terlihat bahwa jurusan IPA lebih

memiliki *Self Regulated Learning* tinggi yaitu sebesar 58.7%. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Mahayasih, dkk (2020) yang menyatakan bahwasannya jurusan IPA cenderung memiliki tugas dan aktivitas yang lebih banyak. Selain itu, jurusan IPA memiliki jam belajar yang jauh lebih padat dibandingkan dengan jurusan IPS. Oleh sebab itu, jurusan IPA memiliki *Self Regulated Learning* yang baik untuk dapat memaksimalkan proses belajarnya terutama selama masa belajar *online* seperti ini.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data, diperoleh gambaran bahwa *Self Regulated Learning* yang dimiliki oleh siswa SMA “X” di Jember berada pada kategori tinggi dengan prosentase sebesar 50,6% atau setara dengan jumlah sebanyak 84 siswa. Berdasarkan aspeknya bahwa tingkatan tertinggi adalah metakognisi, aspek selanjutnya strategi perilaku dan terendah aspek motivasi. Sedangkan bila dilihat dari jenis kelaminnya, siswa perempuan lebih memiliki *Self Regulated Learning* dan siswa laki-laki cenderung rendah. Di sisi lain, bila dilihat dari tingkatan kelas dan jurusan, bahwa siswa kelas XII dan jurusan IPA lah yang memiliki *Self Regulated Learning* paling tinggi.

Saran

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, oleh sebab itu peneliti selanjutnya dapat menambahkan jumlah sampel dalam penelitian. Selain itu, peneliti juga dapat menambahkan pertanyaan terbuka pada kuesioner atau menggunakan metode kualitatif agar dapat mengeksplorasi dan terdapat gambaran yang detail terkait *Self Regulated Learning* yang dimiliki oleh siswa. Selain itu, variabel lain yang dapat mempengaruhi kemampuan *Self Regulated Learning* siswa juga dapat ditambahkan di penelitian selanjutnya sehingga dapat mengetahui *Self Regulated Learning* secara lebih luas dan gambaran yang lebih variasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, Said.dkk. (2018). *Self-Regulated Learning: Is It Different Between Men And Women Students?.* Jurnal Bimbingan dan Konseling. Vol 7, No.2 Desember 2018.
- Cobb, R.J (2003). *The Relationship Between Self-Regulated Learning Behaviors and Academic Performance in web-based Course Disertation.* Virginia: Blackburg.
- DiBenedetto, M, Zimmerman, B. (2013). *Construct and Predictive Validity of Microanalytic measures of Student Self Regulation Learning of Science Learning.* Journal Learning and Individual Differences.
- El-Anzi, F.O. (2005). *Academic achievement and its relationship with anxiety, self esteem, optimism, and pessimissm in kuwaiti students.* Social Behavior and Personality. 33 (1), 95-104.
- Hariani, I.O dan Wulandari, S.S. (2020). *Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19.* Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP). Volume 8, Nomor 3, 2020
- Hurlock, Elizabeth. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan dalam Suatu Rentang Kehidupan.* Jakarta: Erlangga.
- Kristiyani, T. (2016). *Self Regulated Learning Konsep, Implikasi, dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia.* Sanata Dharma University Press.
- Latipah, Eva. (2010). *Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar : Kajian Meta Analisa.* Jurnal Psikologi. Volume 37, No.1 Juni 2010.
- Mahayasih, Anakaka dan Amseke. (2020). *Subjective Well-Being Siswa SMA Jurusan IPA dan IPS.* Journal of Health and Behavioral Science Vol.2, No.2, June 2020, pp. 80~87
- Mukhid, Abd. (2008). *Strategi self-regulated learning.* Tadrîs. 3(2).
- Pintrich, P & De Groot, E. (1990). *Motivational and Self Regulated Learning Components of Classroom Academic Performance.* Journal of Educational Psychology.
- Rahayu, Oktaviani. D. (2014). *Hubungan Antara Self Regulated Learning dengan Prestasi Belajar Siswa Akselerasi.* Skripsi.
- Sari dan Sarwita. (2018). *Hubungan Antara Self Regulated Learning dengan Preastasi Akademik Siswa di SMK Muhammadiyah I Taman Sidoarjo.* Volume 05. Nomor 02. (2018). Character : Jurnal Penelitian Psikologi.
- Savira, Fitria dan Suharsono, Yudi. (2013). *Self-Regulated Learning (SRL) Dengan Prokrastnasi Akademik Pada Siswa Akselerasi.* Jurna Ilmiah Psikologi Terapan.Vol. 01, No.01, Januari 2013
- Wardatul, P.Z dan Pudsstuti, E. (2015). *Hubungan Self Regulated Learning dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI di SMK Informatika Bandung.* Vol 1,No 1, Prosiding Psikologi (Februari 2015).
- Zimmerman, B. (2010). *Self Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview.*Journal Educational Psychologist