

Self regulated learning Terhadap Prestasi Belajar untuk Siswa SMK Negeri 1 Kota Ternate

Siti Umairah¹, Syam Ardy Dabi²

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Khairun
umairahira7@gmail.com

ABSTRAK

Self regulated learning (Pembelajaran mandiri) yang diatur sendiri telah muncul sebagai konstruk baru yang penting dalam pendidikan. Pemahaman kita tentang belajar mandiri telah diinformasikan oleh tiga aliran pemikiran: (1) Penelitian tentang gaya metakognitif dan pengaturan, (2) Penelitian tentang gaya belajar, dan (3) teori tentang diri, termasuk perilaku yang diarahkan pada tujuan. Berdasarkan aliran pemikiran ini, model tiga lapis disajikan. Seperti lapisan terdalam menangani pengaturan mode pemrosesan, Lapisan tengah mewakili pengaturan proses pembelajaran dan lapisan terluar menyangkut pengaturan diri. Pendidik dan peneliti akan mendapatkan keuntungan dari integrasi ketiga kerangka acuan ini ke dalam model belajar mandiri yang komprehensif. Psikoedukasi ini secara khusus berupaya untuk memberikan pengetahuan kepada siswa-siswi perkantoran SMK, dengan populasi peserta sebanyak 43 siswa. Siswa dengan kemampuan belajar mandiri yang lebih baik dapat mengoptimalkan lingkungan belajar dan menjadi lebih progresif dalam hal pencapaian akademik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa SRL dapat mempengaruhi pengoptimalan lingkungan belajar dan prestasi belajar.

Kata kunci:

Self regulated learning
Prestasi Belajar
Psikoedukasi

Keywords:

Self regulated learning
Learning Achievement
Psychoeducation

Self-regulated learning has emerged as an important new construct in education. Our understanding of self-regulated learning has been informed by three schools of thought: (1) research on metacognitive and regulatory styles, (2) research on learning styles, and (3) theories about the self, including goal-directed behavior. Based on these schools of thought, a three-layer model is presented. As the innermost layer addresses the regulation of processing modes, the middle layer represents the regulation of learning processes and the outermost layer concerns self-regulation. Educators and researchers will benefit from the integration of these three frames of reference into a comprehensive self-learning model. This psychoeducation specifically seeks to provide knowledge to vocational office students, with a participant population of 43 students. Students with better self-learning abilities can optimize the learning environment and be more progressive in terms of academic achievement. The results suggest that SRL can influence the optimization of learning environment and learning achievement.

Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

PENDAHULUAN

Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa *self-regulated learning* memiliki tiga aspek, yaitu pertama penggunaan berbagai strategi self-regulation, kedua tanggung terhadap umpan balik tentang keefektifan proses pembelajaran dan ketiga proses motivasi. Siswa yang memiliki self-regulation akan dapat menemukan cara untuk menjadi sukses, misalnya ketika menghadapi berbagai kendala, misalnya kondisi pembelajaran yang tidak efisien, guru yang kebingungan dalam menjelaskan, atau kesulitan memahami buku pelajaran (Zimmerman, 1989). Regulasi belajar digambarkan sebagai strategi yang digunakan siswa untuk mengelola kognisi mereka (menggunakan strategi kognitif dan metakognitif) dan juga penggunaan strategi untuk mengelola sumber daya pengetahuan (Pintrich & De Groot, 1990). *Self-regulated learning* merupakan suatu proses dimana siswa mengaktifkan kognisi, perilaku dan perasaannya secara berurutan dan mampu mengorientasikan dirinya untuk mencapai tujuan (Sari, 2018). Siswa yang belajar dalam *self-regulated*

learning akan mentransformasikan kemampuan mentalnya menjadi keterampilan dalam bentuk strategi akademik (Zimmerman, 1990). Berdasarkan hasil observasi ditemukan bahwa kebiasaan siswa yang kurang baik antara lain mengerjakan pekerjaan rumah di kelas sebelum pelajaran dimulai.

Secara umum, siswa yang memiliki kemandirian dalam kehidupannya akan cenderung memilih dan bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri (Nurfadilah, 2019). Kemandirian ini juga berlaku pada kemampuan siswa dalam mengatur dirinya sendiri dalam proses belajar (Fatimah, 2016). Siswa yang mandiri dalam belajar atau siswa yang memiliki *self-regulated learning* hendaknya dapat mengatur sendiri jam belajarnya, memilih kegiatan mana yang mendukung prestasi akademiknya dan mana yang tidak mendukung prestasi akademiknya, mengembangkan strategi belajar dan perilaku lain yang mencerminkan siswa tersebut. bertanggung jawab terhadap pembelajarannya sehingga dapat berprestasi dan mampu menghadapi tantangan dunia kerja (Aritonang & Juhana, 2020). Keterampilan *self regulated learning* sangat diperlukan oleh siswa untuk dapat mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, menyesuaikan diri dan mengendalikan dirinya dalam menghadapi tugas belajar (Alfina, 2014). Secara motivasi, siswa yang memiliki *self-regulated learning* merasa dirinya mampu, memiliki *self-efficacy* dan *self-reliance* (Pintrich et al., 1994). Siswa yang memiliki *self-regulated learning* akan mampu membudayakan perilaku untuk memenuhi tujuan yang diinginkan dalam belajar (Hidayat et al., 2020). Salah satu tujuan yang ingin dicapai oleh siswa adalah berhasil dalam belajar dan mendapatkan prestasi akademik yang baik. Siswa akan berhasil dalam belajar dan mendapatkan prestasi akademik jika ada dorongan atau keinginan untuk belajar dalam diri siswa (Kusaeri & Mulhamah, 2016).

Sedangkan secara *behavioral*, siswa yang memiliki *self-regulated learning* akan memahami bagaimana mereka harus memilih, mengatur dan mengorganisasikan lingkungannya agar lebih baik dalam belajar dan mencapai prestasi melalui interaksi dan kebiasaan (Kristiyani, 2016). Melalui pembiasaan, siswa akan terbiasa berperilaku sesuai dengan yang diharapkan sehingga terbentuk perilaku yang baik. Dwi Kencana Wulan (2016) mendefinisikan pengaturan diri dalam belajar sebagai sejauh mana peserta secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar. (Asri, 2016), berpendapat bahwa siswa yang menerapkan self-regulation dalam pembelajarannya akan mengalami beberapa kemajuan dan perubahan dari berbagai aspek. Menurut Zimmerman, tahapan pelaksanaan kegiatan pembelajaran a) Tahap pertama (perencanaan), yaitu dimana kegiatan-kegiatan penting di dalamnya seperti rangkaian tujuan yang diinginkan atau tujuan tertentu yang diminta setelah tugas (penetapan tujuan, perencanaan waktu/usaha dan observasi diri terhadap perilaku, b) fase kedua (*self-monitoring*), yaitu membantu siswa menyadari keadaan kognisinya, misalnya memahami bacaannya sendiri untuk melihat apakah sudah memahaminya, apakah sesuai rencana, hambatan apa ditemui, sumber daya apa yang digunakan, c) Tahap ketiga (aktivitas kontrol) yaitu strategi pengendalian diri, menjaga fokus, menghindari gangguan, melaksanakan tugas akademik pada suasana di kelas, d) tahap keempat (refleksi atau evaluasi) yaitu evaluasi terhadap tugas-tugas yang dilakukan.

Menurut Sumadi (2018), "Prestasi Belajar sebagai nilai yang merupakan bentuk perumusan akhir yang diberikan oleh guru terkait dengan kemajuan atau Prestasi Belajar siswa selama waktu tertentu". Bukti keberhasilan dari seseorang setelah memperoleh pengalaman belajar atau mempelajari sesuatu merupakan Prestasi Belajar yang dicapai oleh siswa dalam waktu tertentu.

METODE

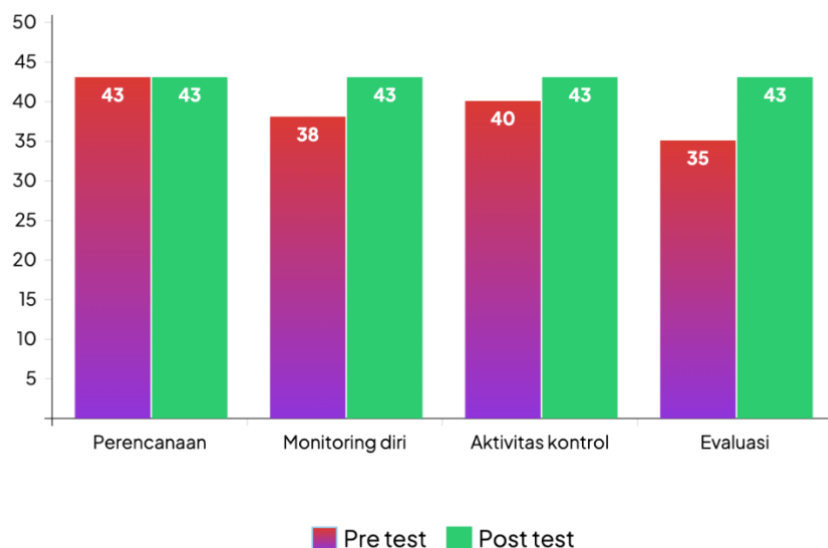
Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dalam pelaksanaannya melalui beberapa tahapan yang diawali dengan proses identifikasi, persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Lokasi pelaksanaan kegiatan bertempat di SMK Negeri 1 Ternate. Waktu pelaksanaan kegiatan berlangsung selama 2 hari pada tanggal dan 21 dan 26 Juli 2023. Untuk proses tahapan identifikasi dilakukan sebelum tanggal pelaksanaan dengan tujuan mengenal sekolah sasaran dan menemukan kesulitan yang dihadapi oleh sekolah sasaran. Tahap pelaksanaan pada hari kedua di isi dengan beberapa kegiatan meliputi; 1). Edukasi tentang *self regulated learning* seperti tahapan pelaksanaan kegiatan belajar yang terdiri dari pelaksanaan yang terdiri dari perencanaan, monitoring diri, aktivitas control dan evaluasi untuk pencapaian prestasi akademik yang optimal 2). *Self regulated learning* yang meliputi gaya belajar siswa yang sesuai seperti gaya auditori, gaya visual, gaya taktil dan gaya kinestik yang tepat 3). Pengukuran melalui kuesioner. Tahap evaluasi dan tindak lanjut, dengan memberikan kuisisioner (*Reaction sheet*) dan instrument yang diberikan menggunakan skala likert kepada siswa untuk mengukur tingkat kebermanfaatan kegiatan dan upaya tindak lanjut di waktu berikutnya. Pada sesi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menekankan pada setiap tema edukasi yang diberikan, adapun penekanan materi bertujuan siswa sebagai target sasaran memperoleh pengetahuan, pemahaman dan mampu mempraktekan dari materi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Siswa SMK N 1 Ternate yang dahulunya bernama SMEA Negeri Ternate berkedudukan di tengah Kota Ternate Jln. Ki Hajar Dewantoro Takoma Ternate dengan Luas keseluruhan lahan 4.693 meter persegi dan berlantai 3, kemudian memiliki beberapa program keahlian yaitu desain komunikasi visual, usaha layanan

pariwisata, akuntansi dan keuangan Lembaga, Manajemen perkantoran dan layanan bisnis, dan pemasaran. Tahapan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di sekolah kepada manajemen perkantoran berupa a) Tahapan persiapan : Untuk melaksanakan kegiatan dibuat group whatsapp yang berisi mahasiswa sebagai panitia dan tim dosen sebagai pelaksana acara, b) Tahap pelaksanaan : kegiatan yang dijalankan yaitu *ice breaking* oleh panitia untuk siswa sebelum memulai pembelajaran seperti bernyanyi dll, pembagian kuesioner pre test untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa tentang pengaturan diri untuk prestasi akademik sebelum diberikan pengajaran, penyampaian materi oleh tim dosen, pertanyaan dari siswa, games untuk doorprize, pembagian kuesioner post test setelah diberikan pengajaran, dan penutupan pelaksanaan psikoedukasi.

Beberapa penjelasan terkait strategi belajar yang diberikan saat psikoedukasi antara lain: Pengajaran yang baik adalah pengajaran yang meliputi mengajar siswa tentang bagaimana belajar, bagaimana mengingat, bagaimana berpikir dan bagaimana memotivasi diri mereka sendiri. Pembelajaran strategi lebih menekankan pada kognitif, sehingga pembelajaran ini dapat disebut dengan strategi kognitif. Strategi belajar dapat dibedakan menjadi empat macam, yaitu : a) Perencanaan : dimana aktivitas-aktivitas penting didalamnya seperti serangkaian tujuan yang diinginkan atau tujuan khusus yang diminta setelah tugas (menetapkan sasaran tujuan, merencanakan waktu/usaha dan observasi diri terhadap perilaku b) Monitoring diri : Membantu siswa menjadi sadar atas keadaan kognisi misalnya mereka memahami bacaan mereka sendiri untuk melihat, apakah sudah sesuai rencana, kendala apa yang ditemui, sumber daya apa yang digunakan c) aktivitas kontrol : strategi untuk mengendalikan diri, mempertahankan fokus, menghindari distraksi, menjalankan rencana tugas-tugas akademik, d) evaluasi : evaluasi terhadap tugas yang dikerjakan (apa perkembangan yang berhasil dicapai, apakah ada peningkatan dari hasil belajar, apakah strategi sudah tepat.



Berdasarkan dari hasil psikoedukasi oleh 43 siswa dilihat dari aspek perencanaan jumlah siswa yang sudah sangat baik dalam mengetahui dengan jelas tujuan belajar dan sasaran belajar. Pada aspek monitoring terlihat dalam pretest mencapai 88,4% sebanyak 38 siswa kemudian sudah sangat baik sadar akan kognisinya 100%, siswa yang memiliki aktivitas kontrol yang baik sebanyak 40 siswa (93%) kemudian menjadi 43 siswa (100%), dan evaluasi terjadi peningkatan perbedaan antara sebelum sebanyak 35 siswa (81,4%) dan sesudah sebanyak 43 siswa (100%) pemberian pembelajaran oleh tim yang mana mereka dapat menggambarkan strategi belajar yang tepat, mempertahankan fokus.

Kemudian dari hasil observasi dan wawancara bahwa siswa lebih mengutamakan gaya kinestetik dan visual yaitu dapat mampu merencanakan pembelajaran penggunaan waktu belajarnya pada gaya belajar kinestetik lebih mudah paham materi dengan gerakan, sehingga belajar melalui gerakan langsung atau praktik langsung, dilihat dari mereka begitu menyukai pembelajaran dengan aktivitas seperti gerakan tubuh pada *ice breaking* yang diberikan panitia untuk pembelajaran lebih menyenangkan dan siswa pada gaya visual lebih suka melihat atau membaca teks yang berisi gambar, diagram, bagan, grafik, foto, dan sejenisnya lalu mereka sering mencatat dengan menggunakan pensil, pulpen setelah memberikan pembelajaran, siswa percaya diri untuk mengajukan pertanyaan yang ditandai dengan siswa mengangkat tangan.

Melatih siswa menjadi pembelajar mandiri atau *self regulated learning* yang mengacu pada pembelajar yang dapat melakukan empat hal penting. Empat hal penting yang diberikan penjelasan sebagai pembelajar mandiri atau *self regulated learning* adalah sebagai berikut: Secara cermat siswa dapat mendiagnosa suatu situasi dalam pembelajaran tertentu baik untuk menghadapi ujian tahap akhir di SMK N 1 Ternate adalah a)

memilih suatu strategi tertentu untuk menyelesaikan masalah belajar, Memonitor keefektifan strategi yang telah digunakan menghadapi ujian untuk memperoleh nilai yang bagus, b) cukup termotivasi untuk terlibat dalam situasi belajar tersebut sampai masalah kegiatan belajar terselesaikan.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan psikoedukasi terhadap strategi belajar *self regulated learning* untuk pencapaian belajar siswa yaitu Siswa yang mengikuti psikoedukasi bertambah pengetahuan tentang pembelajaran diri sendiri untuk menggunakan strategi-strategi belajar tertentu dengan gaya belajar mereka masing-masing, Siswa yang mengikuti psikoedukasi dapat mengerjakan tugas atau soal ujian yang sulit dengan hasil kerja keras dalam belajar dan Siswa yang mengikuti psikoedukasi lebih mengutamakan gaya belajar kinestetik dan visual.

Gambar 1. Psikoedukasi kepada siswa SMK N 1 ternate (perkantoran)



Gambar 2. *Ice breaking* dan *permainan* pada siswa oleh tim panitia



Gambar 3. *Ice breaking* dan *permainan* pada siswa oleh tim panitia



Gambar 4. kuesioner dibagikan ke siswa dibantu panitia



Gambar 5. Selesai psikoedukasi dengan siswa



Gambar 6. Bersama panitia dan tim dosen



REFERENSI

- Alfina, I. (2014). Hubungan *Self-regulated learning* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(1). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i1.3575>
- Aritonang, S., & Juhana, R. (2020). Strategi Pembelajaran dalam Menghadapi Tantangan Era Revolusi Industri 4.0. *Seminar Pasca Sarjana 2019 UNNES*.
- Asri, D. N. (2016). PERANAN *SELF-REGULATED LEARNING* DALAM PENDEKATAN KONSTRUKTIVISME DALAM KERANGKA IMPLEMENTASI KURIKULUM TAHUN 2013. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1). <https://doi.org/10.25273/counsellia.v4i1.259>
- Dwi Kencana Wulan, P. R. A. A. (2016). PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 30(2). <https://doi.org/10.21009/pip.302.1>
- Fatihah, M. Al. (2016). Hubungan Antara Kemandirian Belajar dengan Prestasi Belajar PAI Siswa Kelas III SDN Panularan Surakarta. *At-Tarbawi: Jurnal Kajian Kependidikan Islam*, 1(2). <https://doi.org/10.22515/attarbawi.v1i2.200>
- Hidayat, M. N. A., Sumarwati, M., & Mulyono, W. A. (2020). Integritas Akademik Mahasiswa berhubungan dengan Kemampuan dalam Mengatur Belajar Secara Mandiri. *Journal of Bionursing*, 2(2). <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.2.31>
- Kristiyani, T. (2016). *Self regulated learning* konsep, implikasi, dan tantangannya bagi siswa di Indonesia. In *Sanata Dharma University Press, Yogyakarta*.
- Kusaeri, K., & Mulhamah, U. N. (2016). Kemampuan Regulasi Diri Siswa dan Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Review Pembelajaran Matematika*, 1(1). <https://doi.org/10.15642/jrpm.2016.1.1.31-42>
- Nurfadilah. (2019). Kemandirian Belajar Siswa dalam Pembelajaran Matematika. *Prosiding Sesiomadika 2019*, 2(1).
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and *Self-regulated learning* Components of Classroom Academic Performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1). <https://doi.org/10.1037/0022-0663.82.1.33>
- Pintrich, P. R., Roeser, R. W., & de Groot, E. A. M. (1994). Classroom and Individual Differences in Early Adolescents' Motivation and *Self-regulated learning*. *The Journal of Early Adolescence*, 14(2). <https://doi.org/10.1177/027243169401400204>
- Sari, E. R. (2018). Hubungan Antara *Self-regulated learning* dengan Prestasi Akademik Siswa di SMK Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2).
- Sumadi, S. Ph. D. (2018). Psikologi Pendidikan. In *Rjawali Press* (Vol. 1, Issue 1).
- Zimmerman, B. J. (1989). *Models of Self-regulated learning and Academic Achievement*. https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4_1
- Zimmerman, B. J. (1990). *Self-regulated learning and Academic Achievement: An Overview*. *Educational Psychologist*, 25(1). https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501_2