

BAB I

PENDAHULUAN

Pada saat ini dunia telah memasuki fase pasca pandemi. Siswa-siswi yang sebelumnya melakukan pembelajaran secara daring dari rumah, mereka sudah masuk ke sekolah seperti sediakala. Hal ini berlaku untuk semua tingkatan pendidikan, termasuk siswa SMA. Secara umum, siswa SMA ialah sekelompok siswa yang berusia 15 sampai 18 tahun yang sudah memasuki tahapan masa remaja pertengahan (Soetjiningsih, 2010). Dengan adanya perubahan pembelajaran dari pembelajaran daring ke pembelajaran tatap muka, siswa SMA terpaksa harus melakukan adaptasi dengan lingkungan, baik dari aspek pembelajaran maupun aspek sosial di sekolah. Masa adaptasi ini tentu saja tidak mudah dan tak jarang akan muncul berbagai permasalahan. Faktanya, tidak semua siswa SMA bisa langsung kembali beradaptasi dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik. Sebagian besar siswa SMA masih saja mengalami kesulitan dalam mengatasi beberapa dampak dari pembelajaran daring selama masa pandemi. Hal ini menyebabkan kualitas belajar siswa-siswi SMA pun menurun.

Ada beberapa kasus yang dilaporkan dari media massa *online* seperti dari www.tvonenews.com melaporkan ada 7 siswa SMA sekolah X di Pamekasan, Madura diamankan petugas Satpol PP karena bolos sekolah dengan pergi nongkrong bermain game di salah satu kafe setempat pada tahun 2023. Ditambah lagi kasus yang dilansir dari media massa *online* www.antaranews.com yang melaporkan bahwa ada 7 siswa SMA di Kepulauan Riau tidak lulus Ujian Nasional tahun ajaran 2021/2022, yang menurut pengakuan orang tua, siswa-siswa tersebut malas belajar apalagi saat berada di rumah.

Fenomena tersebut juga terjadi pada siswa SMA di Sekolah SMA Wiyata Dharma Medan. Pada bulan Mei 2023 yang lalu dilaksanakan observasi dan wawancara terhadap beberapa siswa SMA, ditemukan siswa A mengalami kesulitan dalam mengatur jam tidur dan jam bangun yang baik serta semakin malas dalam mengerjakan PR, siswa B yang sulit mengatur waktu belajarnya; belajar hanya saat akan dilaksanakan ujian atau sistem kebut semalam, dan siswa C merasa kurang termotivasi untuk mengulang materi pembelajaran sehabis pulang sekolah dan lebih memilih untuk bergaul atau menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Dari hasil wawancara

ditemukan beberapa permasalahan yang dihadapi sebagian besar siswa, antara lain: (a) sulit mengatur jam tidur dan jam bangun serta malas mengerjakan PR; (b) sulit mengatur waktu belajar dan (c) kurang termotivasi untuk belajar serta lebih memilih untuk bergaul dengan temannya.

Fenomena terkait dengan perilaku-perilaku dalam belajar pada siswa yang telah dijelaskan dari berita kasus dan hasil observasi serta wawancara di atas, memperlihatkan bahwa perilaku-perilaku belajar siswa tersebut tidak mencerminkan *self regulated learning*, yang berarti siswa tidak memenuhi beberapa indikator *self regulated learning* seperti kesadaran terhadap tujuan belajar, kesadaran terhadap tanggung jawab belajar, kesinambungan belajar, keaktifan belajar dan efisiensi belajar (Hidayah dkk., 2017). Perilaku belajar siswa yang tidak mencerminkan *self regulated learning* menyebabkan siswa tidak berusaha menunjukkan inisiatif dalam proses belajarnya serta tidak melakukan perencanaan, pemantauan dan evaluasi diri dalam proses belajar sehingga hasil belajar menjadi tidak maksimal.

Kristiyani (2016) menjelaskan bahwa ketidaksiapan siswa dalam menghadapi evaluasi belajar juga menjadi salah satu indikasi masalah belajar pada siswa. Hal ini mengacu pada pemberian arti yang salah terhadap konsep belajar hanya sebagai aktivitas menyelesaikan tugas sekolah ataupun Pekerjaan Rumah (PR) serta mempersiapkan ulangan atau ujian sekolah. Dengan demikian, perlu mempraktikkan suatu konsep belajar yang mampu mengarahkan kemampuan mental siswa ke dalam keterampilan belajar. Konsep belajar itu disebut *self regulated learning*.

Zimmerman (1989) mengartikan *self regulated learning* sebagai keterampilan siswa terlibat aktif dalam proses belajar dari aspek metakognitif, motivasi maupun tingkah laku. Corno dan Mandinach (dalam Hidayah dkk., 2017) juga mengartikan *self regulated learning* sebagai rangkaian kegiatan belajar yang direncanakan dan diawasi siswa sendiri untuk menghadapi berbagai tugas akademik. Zimmerman (2008) berpendapat bahwa *self regulated learning* mengacu pada proses pengarahan dan kepercayaan diri yang memungkinkan terjadinya perubahan kemampuan mental siswa menjadi lebih baik guna meningkatkan pencapaian akademik. *Self regulated learning* memegang peranan esensial dalam belajar yaitu membantu siswa untuk mencapai kemandirian belajar. *Self regulated learning* akan tercapai jika siswa memulai untuk meregulasi diri melalui hal-hal sederhana, misalnya mengatur waktu tidur, belajar, dan

bermain sehingga dapat tercipta suatu kebiasaan yang terus berulang (Hidayah dkk., 2017).

Berdasarkan Zimmerman (1989), aspek-aspek *self regulated learning* meliputi: (1) aspek kognisi berarti keterampilan merencanakan, menginstruksikan diri, mengawasi dan melakukan evaluasi dalam kegiatan belajar; (2) aspek motivasi berarti pendorong yang berasal dari dalam diri seperti persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi otonomi yang dimiliki dalam kegiatan belajar; dan (3) aspek perilaku berarti keterampilan mengatur diri, memilih, memanfaatkan sekaligus menciptakan lingkungan yang mendukung kegiatan belajar.

Berdasarkan Zimmerman dan Moylan (dalam Hacker dkk, 2009), satu di antara faktor pendorong *self regulated learning* ialah efikasi diri. Suatu keyakinan mengenai kemampuan seseorang dalam belajar atau tampil pada tingkat yang ditentukan, dengan maksud memprediksi tujuan dan pilihan strategis siswa disebut sebagai efikasi diri. Selain itu, penggunaan strategi belajar di berbagai bidang seperti menulis, manajemen waktu, resistensi terhadap tekanan teman sebaya yang merugikan, dan pengawasan diri juga dapat mempengaruhi persepsi efikasi diri siswa. Menurut Bandura (1997), aspek-aspek efikasi diri meliputi: (1) generalisasi (*generality*); (2) kekuatan (*strength*); dan (3) tingkatan (*level*).

Hasil penelitian dari Yudha dan Nugroho (2019) menunjukkan bahwa efikasi diri yang semakin tinggi akan mempengaruhi semakin tingginya *self regulated learning* siswa. Hal itu pun berlaku sebaliknya. Kristiyani (2016) menegaskan bahwa tingginya efikasi diri dapat meningkatkan pencapaian akademik siswa dengan membuat siswa termotivasi untuk belajar dan menuntut dirinya sendiri untuk menyelesaikan tugas. Dengan kata lain, siswa akan termotivasi untuk memahami pelajaran, memiliki keyakinan yang kuat terhadap pentingnya suatu pelajaran dan juga kemampuan dirinya untuk mempelajari pelajaran, serta berpikir kritis terhadap pelajaran tersebut.

Faktor pendorong *self regulated learning* bukan hanya efikasi diri, melainkan juga dukungan sosial (Zimmerman, 1989). Sarafino (dalam Smet, 1994) menjelaskan bahwa segala kesenangan, penghargaan terhadap kepedulian, ataupun pertolongan yang diberikan pihak lain baik perseorangan atau kelompok kepada individu disebut sebagai dukungan sosial. Uchino (dalam Sarafino, 2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk rasa nyaman, pengertian, penghargaan ataupun pertolongan yang

diberikan kepada individu. Dukungan sosial dapat bersumber dari anggota keluarga, guru, teman dan lingkungan masyarakat (Dianto, 2017). Menurut Cutrono dan Gardner (dalam Sarafino, 2011), aspek-aspek dukungan sosial meliputi: (1) dukungan emosional/penghargaan; (2) instrumental/nyata; (3) informasi; dan (4) persahabatan.

Penelitian yang dilakukan Aziz (2016) menunjukkan bahwa dukungan sosial yang semakin tinggi akan mempengaruhi semakin tingginya *self regulated learning* siswa, dan begitu juga sebaliknya. Dalam penelitian Jamaluddin (2017) terhadap 150 siswa di SMP Negeri 2 Peusangan, menunjukkan adanya hubungan positif efikasi diri dan dukungan sosial dengan *self regulated learning* ($r = 0,934$, $p < 0,01$). Artinya, efikasi diri dan dukungan sosial yang semakin tinggi akan mempengaruhi semakin tingginya *self regulated learning* siswa, dan begitu juga sebaliknya.

Hipotesis penelitian ada dua antara lain: 1) Hipotesis Mayor yaitu ada hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan *self regulated learning*; 2) Hipotesis Minor yaitu: (a) ada hubungan positif efikasi diri dengan *self regulated learning*, artinya tingkat efikasi diri yang tinggi, akan diikuti dengan tingkat *self regulated learning* yang tinggi, begitu juga sebaliknya dan (b) ada hubungan positif dukungan sosial dengan *self regulated learning*, artinya tingkat dukungan sosial yang tinggi, akan diikuti dengan tingkat *self regulated learning* yang tinggi, begitu juga sebaliknya.

Menurut penjelasan di atas, peneliti terdorong melaksanakan penelitian yang berjudul “*Self Regulated Learning Ditinjau dari Efikasi Diri dan Dukungan Sosial pada Siswa SMA Wiyata Dharma Medan*”.

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian, peneliti menemukan permasalahan yang hendak diselidiki melalui penelitian ini yakni “apakah ada hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan *self regulated learning* pada siswa SMA Wiyata Dharma Medan?” Penelitian ini bermaksud menyelidiki hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan *self regulated learning* pada siswa SMA Wiyata Dharma Medan.

Manfaat penelitian ada dua antara lain: (1) manfaat teoretis yaitu mampu memperkaya pustaka acuan dalam bidang ilmu psikologi, terutama Psikologi Pendidikan yang membahas *self regulated learning*, efikasi diri dan dukungan sosial pada siswa serta (2) manfaat praktis yaitu mampu mendukung proses regulasi diri dalam

belajar serta memperbanyak wawasan dan pandangan mahasiswa untuk bisa meregulasi diri dalam belajar.