

BAB I

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk individu agar dapat berkembang secara optimal. Proses pendidikan menempatkan belajar sebagai aspek utama yang menentukan keberhasilan seseorang dalam memperoleh ilmu dan keterampilan. Gagné (dalam Tarihoran dkk., 2021) menjelaskan bahwa belajar merupakan proses perubahan kemampuan manusia yang terjadi akibat pengalaman, bukan sekadar hasil pertumbuhan biologis, dimana proses ini melibatkan interaksi antara stimulus dan ingatan yang kemudian mempengaruhi tindakan individu. Proses belajar juga berperan penting dalam membentuk kemampuan dan karakter individu. Belajar juga berkaitan erat dengan kemampuan seseorang dalam mengatur dan mengarahkan proses belajarnya secara mandiri. Siswa seharusnya memiliki kesadaran dan keinginan untuk mengelola dan mengarahkan proses pembelajaran secara mandiri agar dapat mencapai tujuan pembelajaran yang maksimal (Maulana dkk., 2020).

Pada kenyataannya, tidak semua peserta didik dapat mengatur dan mengelola diri mereka secara efektif, baik dalam lingkungan sekolah maupun luar sekolah. Faktanya, sering kita temui siswa sering kali mengalokasikan waktu lebih banyak bermain daripada belajar. Pada tahun 2022, sebanyak 14 pelajar di Kabupaten Blitar berada di kafe dan tempat biliar saat jam pelajaran berlangsung. Keberadaan mereka di luar lingkungan sekolah pada waktu tersebut mencerminkan kurangnya kemampuan dalam mengatur diri sendiri serta kesulitan dalam mengelola waktu dan menentukan prioritas dengan baik. (www.detik.com). Fakta lainnya juga ditemukan banyak siswa di Cimahi mengalami penurunan semangat belajar, yang berujung pada kegagalan mereka dalam ujian dan tidak lulus sekolah. Beberapa di antaranya memilih untuk tidak melanjutkan pendidikan dan memilih bekerja membantu ekonomi keluarga karena kurangnya motivasi untuk bersekolah. Para siswa juga menunjukkan kesulitan dalam mengatur waktu belajar serta rendahnya motivasi untuk menyelesaikan pendidikan (www.okezone.com). Dari beberapa kasus yang dipaparkan diatas, dapat dilihat bahwa masih banyak siswa yang belum menunjukkan kemampuan untuk mengatur diri sendiri dalam proses belajar.

Fenomena tersebut juga terjadi pada siswa SMA di sekolah Ahmad Yani Binjai. Dari wawancara yang dilakukan terhadap beberapa siswa, beberapa siswa mengalami

kesulitan untuk mengelola diri mereka dalam pembelajaran di sekolah, ditemukan bahwa siswa A sering merasa kesulitan untuk memulai belajar setelah pulang sekolah, karena lebih memilih untuk menonton televisi atau bermain media sosial; siswa B tidak ingin mengulang kembali pelajaran di rumah karena terbiasa bergantung pada penjelasan guru di kelas; siswa C kesulitan dalam merencanakan waktu belajar, sering menunda-nunda tugas, dan tidak memiliki tujuan belajar yang jelas. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan beberapa masalah utama yang dialami oleh mayoritas siswa, yaitu: a) kesulitan dalam mengelola waktu belajar serta menentukan prioritas; b) kurang memiliki kemandirian dalam belajar dan tidak terbiasa mengulang materi pelajaran di rumah; dan c) kesulitan dalam mengatur waktu belajar, sering menunda-nunda tugas dan tidak memiliki tujuan belajar.

Siswa perlu memiliki kemampuan mengelola diri dalam belajar dan memerlukan perilaku yang terarah agar hasil pembelajaran lebih optimal. Belajar tidak hanya berfokus pada penambahan pengetahuan materi pelajaran, tetapi juga mengembangkan keterampilan siswa dalam menemukan dan mengatur proses belajarnya secara mandiri (Sanjaya, 2005, dalam Hasbiah, 2017). Proses belajar tersebut dapat dicapai dengan mengendalikan diri, mengatur perilaku, dan menjaga motivasi belajar, yang dikenal sebagai *self-regulated learning*. Dalam pandangan Zimmerman (2015) *self-regulated learning* ialah kapasitas seseorang untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran secara kognisi, motivasi, dan perilaku. *Self-regulated learning* memiliki peranan krusial dalam proses pembelajaran, yaitu mendukung siswa agar lebih mandiri dalam belajar, seperti mengelola jadwal belajar, menentukan target belajar, dan mencari informasi secara independen (Mulyadi, 2016).

Pintrich (dalam Saraswati, 2019) juga mengungkapkan bahwa *self-regulated learning* berperan signifikan dalam mendorong motivasi siswa karena mereka dapat mengelola dan menilai kemajuan mereka sendiri. Siswa perlu mempunyai kemampuan *self-regulated*, sehingga mereka bisa lebih terlibat dalam pembelajaran dan mampu mengatasi hambatan atau tantangan yang dihadapi sehingga hasil belajar menjadi maksimal (Tarigan dkk., 2024). Pencapaian *self-regulated learning* dapat terwujud jika siswa mulai mengatur diri melalui tindakan-tindakan sederhana, seperti mengelola waktu tidur, belajar, dan bermain, kebiasaan tersebut akan terbentuk dan terus berulang (Hidayah dkk., 2017). Zimmerman (2015) mengemukakan bahwa aspek *self-regulated learning*,

yaitu: (1) Aspek kognisi, di mana individu mengembangkan kemampuan untuk merencanakan, menetapkan tujuan, serta mengevaluasi progres tugas yang dikerjakan; (2) Aspek motivasi, yang mencakup keyakinan diri serta semangat yang tinggi yang mendorong individu untuk terlibat secara aktif dalam menyelesaikan tugas-tugas tersebut; (3) Aspek perilaku, yang berfokus pada upaya individu dalam menciptakan kondisi dan lingkungan yang mendukung serta mengoptimalkan proses pembelajaran yang sedang dijalani.

Efisiensi diri adalah komponen yang mempengaruhi pembelajaran *self-regulated* (Cobb, 2021). Bandura mengemukakan bahwa efikasi diri ialah kepercayaan individu terhadap kapasitasnya dalam mengelola dan melakukan tindakan yang dibutuhkan untuk menghadapi berbagai situasi. Efikasi diri ialah bentuk pengetahuan tentang diri yang memiliki pengaruh besar dalam aktivitas sehari-hari, dikarenakan tingkat efikasi diri seseorang dapat memengaruhi pilihan maupun tindakan yang diambil untuk mencapai tujuan tertentu, termasuk dalam memperkirakan beraneka peristiwa yang mungkin terjadi (Sufirmansyah, 2015). Bandura (dalam Anggara dkk., 2016) mengemukakan bahwa efikasi diri mencakup tiga aspek, yaitu: (1) *Level*, berkaitan dengan tingkat kesulitan yang dihadapi dalam suatu ujian atau tugas; (2) *Strength*, menunjukkan kemampuan seseorang dalam menghadapi tugas tertentu, menunjukkan kepercayaan pada kemampuannya untuk tetap gigih, tidak mudah terguncang, dan mampu mempertahankan usahanya dalam mencapai tujuan; (3) *Generality*, mengacu pada evaluasi terhadap kemampuan individu dalam menyelesaikan beragam tantangan atau tugas yang bervariasi pada berbagai aktivitas dan kondisi. Riset terdahulu yang dilakukan oleh Salsabylla dkk. (2023) tentang “Pengaruh Efikasi diri terhadap *Self-regulated Learning*” menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi positif dengan *self-regulated learning*, peningkatan efikasi diri sejalan dengan meningkatnya kapasitas *self-regulated learning* individu.

Sari dkk. (2017) menjelaskan bahwa aspek lain yang berperan dalam *self-regulated learning* yaitu manajemen waktu. Manajemen waktu ialah kemampuan untuk mengendalikan diri dalam memanfaatkan waktu dengan efisien melalui perencanaan dan prioritas dalam menjalankan tanggung jawab (Fitriani, 2018). Santrock (dalam Widyastuti dkk., 2024) mengemukakan bahwa manajemen waktu adalah sesuatu yang dapat mendukung seseorang menjadi lebih efisien, mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan waktu luang. Manajemen waktu sebagai elemen penting dalam

pembelajaran yang diatur sendiri, yang membantu dalam menilai sejauh mana seseorang dapat mengatur tugas akademiknya (Wolters dkk., 2017). Santrock (dalam Nggie, 2016) mengemukakan bahwa aspek manajemen waktu yaitu: (1) Perencanaan dan penetapan prioritas, berkaitan dengan menyusun tugas sesuai tingkat kepentingan agar lebih teratur; (2) Pengaturan serta pemantauan penggunaan waktu, berkaitan dengan mengelola dan mengevaluasi waktu agar lebih efektif; (3) Bimbingan atau *mentoring*, untuk mendapatkan arahan dan dukungan berkembang lebih baik; dan (4) Menghindari kebiasaan menunda pekerjaan, dengan menyelesaikan tugas tepat waktu dengan disiplin. Riset terdahulu yang dilakukan Usroh dkk. (2022) dalam risetnya yang berjudul “Manajemen Waktu dan *Self Regulated Learning* pada siswa” menunjukkan adanya pengaruh manajemen waktu terhadap *self-regulated learning*, dimana siswa yang lebih baik dalam manajemen waktu lebih baik dalam belajar sendiri.

Hasil riset terdahulu yang dilakukan oleh Tarischa dkk. (2023) yang berjudul “*Self Regulated Learning* Mahasiswa Bekerja: Peran Kemampuan Manajemen Waktu dan Efikasi Diri” memperlihatkan bahwasanya manajemen waktu dan efikasi diri menunjukkan keterikatan yang positif dengan *self regulated learning*. Hasil riset tersebut memperlihatkan bahwasanya manajemen waktu dan efikasi diri berpengaruh terhadap *self regulated learning* diperoleh nilai signifikan $0.000 < 0.01$; nilai R-square sebesar 0.647; hal ini menunjukkan bahwasanya kemampuan manajemen waktu dan efikasi diri secara simultan berkontribusi terhadap *self-regulated learning* pada mahasiswa bekerja dengan pengaruh efektif sebesar 71%, sementara 29% sisanya berasal dari faktor lain di luar penelitian.

Hipotesa yang diajukan dalam riset ini ada dua yaitu: 1) Hipotesa Mayor dalam riset ini yaitu adanya keterikatan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap *self regulated learning*; 2) Hipotesa Minor dalam riset ini yaitu (a) adanya keterikatan positif efikasi diri dengan *self regulated learning*, dimana semakin meningkat efikasi diri maka semakin meningkat *self regulated learning*, sebaliknya semakin menurun efikasi diri maka semakin menurun *self regulated learning* dan (b) adanya keterikatan positif manajemen waktu dengan *self regulated learning*, dimana semakin meningkat manajemen waktu maka semakin meningkat *self regulated learning*, sebaliknya semakin menurun manajemen waktu maka semakin menurun *self regulated learning*.

Berdasarkan uraian tersebut, bertujuan untuk melihat apakah efikasi diri dan

manajemen waktu memiliki pengaruh terhadap *self regulated learning*. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu melaksanakan kajian dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri dan Manajemen Waktu terhadap *Self Regulated Learning* pada Siswa SMA Ahmad Yani Binjai”. Peneliti menyusun rumusan masalah yang menjadi fokus kajian riset berdasarkan kajian ini yakni “apakah ada pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap *self regulated learning* pada siswa SMA Ahmad Yani Binjai?”. Riset ini berfokus untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan manajemen waktu terhadap *self regulated learning* pada siswa SMA Ahmad Yani Binjai.

Adapun manfaat dari riset ini ialah: (1) Manfaat Teoritis, riset ini ditujukan agar berkontribusi pada literatur pada bidang psikologi, terkhusus dalam Psikologi Pendidikan yang berkaitan dengan *self regulated learning*, kepercayaan diri dan manajemen waktu; (2) Manfaat Praktis ada dua yaitu, (a) Diharapkan penelitian ini akan membantu siswa dalam meningkatkan manajemen waktu, belajar secara mandiri, dan menjadi lebih efektif, dan (b) bagi Sekolah, riset ini diharapkan dapat menjadi masukan dan merancang strategi pembelajaran yang mendukung pengembangan *self regulated learning*.