

BAB I

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam menunjang pembangunan suatu bangsa. Melalui pendidikan, individu dibentuk untuk mengembangkan potensi dirinya secara optimal melalui proses yang diselenggarakan secara sadar, sistematis, dan terencana. Proses pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian kemampuan akademik, tetapi juga diarahkan pada pengembangan kemampuan pengendalian diri, kecerdasan intelektual, serta keterampilan yang diperlukan dalam kehidupan pribadi, sosial, kebangsaan, dan kenegaraan (Sagala, dalam Permana, 2016). Dengan demikian, pendidikan menjadi sarana utama dalam membentuk individu yang mampu beradaptasi dan berkontribusi secara aktif dalam berbagai aspek kehidupan.

Pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), tuntutan dalam proses pembelajaran mengalami peningkatan. Pembelajaran tidak lagi hanya berpusat pada guru sebagai penyampai materi, melainkan menuntut keterlibatan aktif siswa dalam mengelola proses belajarnya secara mandiri. Siswa diharapkan mampu merencanakan strategi belajar yang sesuai, mengatur waktu belajar secara efektif, serta menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan akademik dan sosial yang dihadapi. Kemampuan tersebut diperlukan agar siswa dapat memahami materi pelajaran secara optimal dan mencapai hasil belajar yang maksimal. Oleh karena itu, kesadaran dan kemauan siswa untuk mengelola serta mengarahkan proses belajarnya secara mandiri menjadi faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran (Maulana dkk., 2020).

Namun demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak seluruh siswa mampu mengelola proses pembelajaran dengan baik. Masih terdapat siswa yang kurang mampu mengatur waktu dan prioritas belajar, sehingga aktivitas belajar sering kali dikalahkan oleh kegiatan lain yang bersifat hiburan. Salah satu fenomena yang mencerminkan kondisi tersebut terjadi di Aceh Barat, ketika sejumlah siswa SMK diketahui membolos sekolah dan berada di warung kopi pada saat jam pelajaran berlangsung berdasarkan hasil razia yang dilakukan oleh Satuan PP. Fenomena ini menunjukkan lemahnya kemampuan siswa dalam mengelola waktu belajar, menentukan skala prioritas, serta rendahnya motivasi dalam mengikuti proses pembelajaran

(www.rri.com). Fenomena serupa juga dilaporkan terjadi di Provinsi Kepulauan Riau pada tahun 2022. Sejumlah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dinyatakan tidak lulus akibat berbagai permasalahan dalam pengelolaan belajar, seperti rendahnya kemampuan mengatur waktu, kurangnya perencanaan belajar, minimnya evaluasi terhadap proses pembelajaran, serta lemahnya dorongan untuk menyelesaikan pendidikan. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan pengelolaan belajar masih menjadi isu yang relevan dan memerlukan perhatian serius dalam dunia pendidikan (www.antaraneews.com).

Permasalahan terkait pengelolaan belajar juga ditemukan pada siswa SMA Gajah Mada. Berdasarkan hasil wawancara awal dengan beberapa siswa, diperoleh gambaran bahwa sebagian siswa mengalami kesulitan dalam mengatur proses belajarnya. Siswa A mengungkapkan bahwa meskipun memiliki semangat ketika pertama kali menerima tugas, ia sering mengalami penundaan dalam memulai pengerjaan karena lebih tertarik menggunakan gawai. Sementara itu, siswa B jarang mengulang materi pelajaran di rumah serta tidak melakukan evaluasi terhadap hasil belajarnya, sehingga tetap mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas maupun menghadapi ujian. Selain itu, siswa C menyatakan bahwa ia jarang mengatur waktu belajar, sehingga menjelang ujian seluruh materi dipelajari dalam waktu yang singkat, yang berdampak pada kelelahan fisik dan menurunnya konsentrasi belajar. Berdasarkan paparan fenomena tersebut, dapat diidentifikasi sejumlah permasalahan yang dihadapi siswa, antara lain: (a) kesulitan dalam menentukan prioritas dan mengatur waktu belajar, (b) rendahnya kebiasaan mengulang materi serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajar, serta (c) belum optimalnya kemampuan siswa dalam mengelola proses pembelajaran secara mandiri. Kondisi ini menunjukkan pentingnya perhatian terhadap kemampuan regulasi diri dalam belajar sebagai salah satu faktor penunjang keberhasilan akademik siswa.

Fenomena yang telah diuraikan menunjukkan bahwa sebagian siswa belum mampu mengelola proses belajarnya secara mandiri. Hal tersebut tampak dari keterbatasan siswa dalam merencanakan kegiatan belajar, memantau perkembangan belajar, serta melakukan evaluasi terhadap hasil yang diperoleh. Kristiyani (2016) menjelaskan bahwa kurangnya kesiapan siswa dalam menghadapi evaluasi pembelajaran merupakan salah satu indikator adanya permasalahan dalam proses belajar. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu konsep pembelajaran yang mampu membantu

siswa mengembangkan kemampuan mental serta keterampilan belajar yang efektif dan terarah. Konsep pembelajaran yang relevan dengan permasalahan tersebut adalah *Self Regulated Learning*. Zimmerman (dalam Kristiyani, 2016) mendefinisikan *Self Regulated Learning* sebagai keterlibatan aktif siswa dalam proses belajar, di mana siswa secara sistematis mengelola pikiran, perasaan, dan perilakunya untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Dengan demikian, siswa tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai pengendali utama dalam proses belajarnya.

Ormrod (dalam Utari dkk., 2018) menyatakan bahwa *Self Regulated Learning* merupakan kemampuan penting yang perlu dimiliki individu dalam proses pembelajaran. Kemampuan ini dapat berkembang melalui pembiasaan regulasi diri dalam aktivitas sehari-hari, seperti mengatur waktu belajar, waktu istirahat, dan waktu bermain, sehingga terbentuk kebiasaan belajar yang positif (Hidayah dkk., 2017). *Self Regulated Learning* mencakup tiga aspek utama, yaitu: (1) Aspek kognisi yang berkaitan dengan perencanaan dan evaluasi tugas; (2) Aspek motivasi yang berhubungan dengan keyakinan serta dorongan dalam belajar; dan (3) Aspek perilaku yang mencerminkan usaha siswa dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung (Zimmerman, 2015).

Salah satu faktor yang memengaruhi *Self Regulated Learning* adalah *Self Efficacy* (Cobb, dalam Wijaya dkk., 2020). Bandura (dalam Qudsyi & Irma, 2016) mendefinisikan *Self Efficacy* sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau tindakan tertentu untuk mencapai tujuan. *Self Efficacy* memengaruhi cara siswa menghadapi tantangan akademik, menentukan strategi belajar, serta mempertahankan usaha ketika mengalami kesulitan (Usher dan Schunk, 2018). Siswa dengan *Self Efficacy* tinggi cenderung lebih percaya diri dan gigih dalam belajar, sedangkan siswa dengan *Self Efficacy* rendah sering kali meragukan kemampuannya sendiri (Monika & Adman, 2017).

Self Efficacy terdiri atas tiga aspek, yaitu: (1) *Level*, yang menunjukkan tingkat kesulitan tugas yang diyakini mampu diselesaikan; (2) *Strength*, yang mengacu pada kekuatan keyakinan terhadap kemampuan diri; serta (3) *Generality*, yang berkaitan dengan penerapan keyakinan tersebut pada berbagai situasi (Brown dan Lent, 2023). Penelitian Dillah dkk. (2023) menunjukkan adanya hubungan positif antara *Self Efficacy*

dan *Self Regulated Learning*, di mana semakin tinggi *Self Efficacy* siswa, semakin baik pula kemampuan regulasi diri dalam belajar.

Selain *Self Efficacy*, faktor lain yang turut memengaruhi *Self Regulated Learning* adalah Dukungan Sosial (Perry dkk., 2015). Sarafino dan Smith (2017) menjelaskan bahwa Dukungan Sosial mencakup ketersediaan bantuan, kenyamanan emosional, kepedulian, serta dorongan dan semangat yang diberikan kepada individu. Sejalan dengan pandangan tersebut, Orford (dalam Mahmuda & Jalal, 2021) mengemukakan bahwa Dukungan Sosial merupakan bentuk perilaku yang mampu menumbuhkan perasaan nyaman, dihargai, dicintai, serta memberikan rasa aman. Dukungan Sosial dapat bersumber dari lingkungan terdekat individu, seperti, keluarga, teman sebaya, maupun guru (Myers & Twenge, 2018).

Sarafino dan Smith (dalam Angelika & Gunawan, 2019) mengelompokkan Dukungan Sosial ke dalam empat aspek, yaitu: (1) Dukungan emosional yang berupa empati, perhatian, dan rasa percaya; (2) Dukungan instrumental yang diberikan dalam bentuk bantuan langsung, baik materi maupun jasa; (3) Dukungan informasi yang diwujudkan melalui pemberian saran, arahan, atau umpan balik; serta (4) Dukungan persahabatan yang tercermin dari kebersamaan dan keterlibatan individu dalam kelompok sosial yang memiliki minat atau aktivitas serupa.

Penelitian yang dilakukan oleh Khairunnisa dkk. (2022) mengenai pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Self Regulated Learning* siswa dalam pembelajaran daring di Kota Makassar menunjukkan bahwa Dukungan Sosial memiliki pengaruh positif terhadap *Self Regulated Learning*. Artinya, semakin besar Dukungan Sosial yang diterima siswa, semakin baik pula kemampuan regulasi diri dalam belajar. Temuan serupa juga diperoleh oleh Hemasti dkk. (2024) yang menyatakan bahwa *Self Efficacy* serta Dukungan Sosial memiliki hubungan positif dengan *Self Regulated Learning*. Berdasarkan nilai koefisien determinasi, diketahui bahwa *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial memberikan kontribusi sebesar 29% terhadap *Self Regulated Learning*, sementara 71% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Berdasarkan landasan teori dan hasil penelitian terdahulu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini meliputi: (1) Hipotesis mayor, yaitu terdapat pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *Self Regulated Learning*; serta (2) Hipotesis minor yang terdiri dari: (a) terdapat hubungan positif antara *Self Efficacy* dan *Self Regulated*

Learning, di mana semakin tinggi *Self Efficacy* maka semakin tinggi pula *Self Regulated Learning*, dan sebaliknya; serta (b) terdapat hubungan positif antara Dukungan Sosial dan *Self Regulated Learning*, di mana semakin tinggi Dukungan Sosial yang diterima siswa, maka semakin baik kemampuan regulasi diri dalam belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *Self Regulated Learning* pada siswa SMA Gajah Mada. Permasalahan penelitian dirumuskan dalam pertanyaan: “apakah terdapat pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *Self Regulated Learning* pada siswa SMA Gajah Mada?”.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial terhadap *Self Regulated Learning* pada siswa SMA Gajah Mada. Adapun manfaat penelitian ini meliputi: (1) Manfaat Teoritis, yaitu diharapkan dapat memperluas kajian dan literatur dalam bidang Psikologi Pendidikan, khususnya terkait *Self Regulated Learning*, *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial; (2) Manfaat Praktis, penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa memahami pentingnya *Self Regulated Learning* sehingga mampu merencanakan, menetapkan tujuan, serta mengevaluasi proses belajarnya. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam merancang strategi pembelajaran yang mendukung pengembangan *Self Regulated Learning*, serta mendorong pemberian Dukungan Sosial yang lebih efektif untuk meningkatkan *Self Efficacy* siswa.