

HUBUNGAN *SELF REGULATION* DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS UNGGULAN SMA PASUNDAN-8 BANDUNG

Lisa Widawati dan Anggun Nindita

Fakultas Psikologi
Universitas Islam Bandung
Jl. Taman Sari 1 – Bandung Indonesia - 40116

l_wido@yahoo.co.id

Abstrak. Diadakannya kelas unggulan merupakan upaya sekolah dalam memberikan peluang bagi siswa dengan potensi menonjol untuk mendapatkan metode dan materi yang tepat agar menghasilkan prestasi yang maksimal. Akan tetapi, hasil di SMA kelas unggulan XI Pasundan-8 Bandung ternyata belum menunjukkan hasil sesuai harapan. Gage & Berliner menyatakan faktor internal lain dalam diri siswa dapat memberi warna terhadap prestasi belajar salah satunya *self regulation*. Tujuan penelitian ini melihat hubungan antara *self regulation* dengan prestasi belajar siswa unggulan di SMA Pasundan-8 Bandung. Hipotesis penelitian ini adalah semakin baik kemampuan *self regulation*, maka semakin baik prestasi belajar pada siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung. Penelitian ini bersifat korelasional dengan menggunakan alat ukur *self regulation* mengacu pada Zimmerman yang disebarkan kepada seluruh populasi 49 siswa unggulan kelas XI serta data prestasi belajarnya. Pengolahan data menggunakan teknik korelasi Product Moment Pearson dan hasil korelasi yang diperoleh antara *self regulation* dengan prestasi belajar siswa adalah $r = 0,645$. Artinya *self regulation* merupakan salah satu prediktor signifikan yang dapat meningkatkan atau menurunkan prestasi belajar siswa.

Kata kunci: *self regulation; prestasi belajar; kelas unggulan*

PENDAHULUAN

Keberhasilan belajar seorang siswa akan sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik eksternal maupun internal. Berbagai sistem dan metoda pembelajaran yang diterapkan diupayakan untuk dapat menghasilkan capaian hasil belajar yang maksimal. Salah satu tujuan diselenggarakannya kelas unggulan adalah agar siswa dengan potensi yang menonjol memperoleh peluang untuk mendapatkan perlakuan yang berbeda dibanding siswa lain pada umumnya. Perlakuan ini tercermin dalam metoda, cara penugasan, cakupan materi disertai fasilitas sarana yang agak lain yang diberikan kepada siswa sehingga dengan potensinya yang menonjol mampu mengaktualisasikannya secara optimal. Secara konseptual umumnya, prestasi belajar yang tinggi akan dikaitkan dengan taraf intelektual (IQ) yang dimiliki oleh siswa. Semakin tinggi taraf intelektualnya, maka diharapkan akan semakin tinggi pula prestasi belajarnya. Begitu pula sebaliknya, jika taraf intelektualnya rendah maka prestasi belajar yang ditampilkannya pun rendah. Namun pada

fenomena yang terjadi pada dunia pendidikan saat ini, banyak ditemukan siswa-siswa yang memiliki taraf intelektual (IQ) yang tinggi namun tidak mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya, dan seringkali mendapatkan hasil prestasi belajar yang rendah. Metoda pembelajaran yang sama kerap digunakan oleh guru tanpa mempertimbangkan kondisi siswa yang ada sehingga siswa yang memiliki potensi lebih menonjol belum tentu dapat dengan optimal mengikuti proses pembelajaran. Oleh karenanya keberadaan kelas unggulan diasumsikan dapat menjadi salah satu solusi terhadap permasalahan-permasalahan tersebut. SMA Pasundan 8 Bandung, termasuk salah satu sekolah menengah atas dengan akreditasi A yang memiliki kelas unggulan, sesuai dengan tujuannya maka pemilihan siswa yang masuk kelas ini menggunakan kriteria yang telah ditetapkan, yakni IQ di atas rata-rata, minat yang kuat dan disertai dukungan orang tua. Proses pembelajaran diberikan dengan melihat kondisi siswa yang tergolong menonjol dan aktif sehingga diarahkan pada pemberian stimulasi yang mendorong siswa mampu mengerahkan seluruh kemampuan berpikir yang dimilikinya. Berbagai komponen tugas diberikan dengan cara yang bervariasi dengan beban belajar yang lebih menantang dibanding tugas-tugas yang diberikan di kelas reguler. Sarana fisik ruang kelas pun lebih baik dengan dilengkapi sarana internet, AC dengan jumlah siswa terbatas sekitar 20 – 25 orang dengan metoda pengajaran yang lebih aktif. Metoda pembelajaran tidak hanya bersifat ceramah di kelas namun juga melalui diskusi dan memberikan tugas-tugas yang membangun minat penelusuran materi melalui sumber lain selain guru. Diharapkan dengan kondisi tersebut situasi pembelajaran yang terbangun lebih kondusif, mandiri, kritis dan mengembangkan wawasan yang lebih luas. Namun demikian, fenomena yang didapatkan melalui wawancara terhadap guru diperoleh gambaran, bahwa prestasi belajar kelas unggulan kelas XI, secara menyeluruh capaiannya belum menunjukkan hasil yang maksimal. Sebagian mampu mencapai hasil yang diharapkan namun masih banyak pula yang hasilnya baru sebatas mencapai standart kriteria ketuntasan minimum (KKM) saja.

Lebih lanjut Gage & Berliner (1979) mendefinisikan prestasi belajar sebagai berikut : *“Achievment is something acquired of learned, result from process, helped by instruction and education efectivity.”* Prestasi merupakan sesuatu yang dicapai atau hasil dari sesuatu yang dipelajari, dengan kata lain, prestasi adalah hasil dari suatu proses belajar yang dibantu oleh instruksi dan kegiatan pendidikan. Untuk mencapai prestasi belajar yang optimal, berbagai faktor dapat diprediksi sebagai faktor yang memberikan pengaruh signifikan, yakni faktor internal dan eksternal. Bila melihat pada fenomena yang ada, maka variabel-variabel internal, diantaranya taraf kecerdasan, minat, motivasi serta dukungan keluarga tampaknya bukanlah menjadi suatu kendala yang menjadikan masih banyak siswa nilai KKMnya baru sebatas mencapai standart minimum. Dari penelusuran melalui wawancara kepada guru wali kelas ataupun sebagian siswa diperoleh gambaran bahwa sekalipun cerdas, namun masih banyak siswa yang kurang memiliki target pembelajaran yang terarah, dan strategi belajar yang digunakan masih mengandalkan peluang remedial yang tersedia. Pengaturan serta perencanaan yang terarah dan disiplin dalam hal pemanfaatan waktu tampak belum maksimal sehingga masih terlihat adanya inkonsistensi dalam hal penyelesaian tugas-tugas sekolah. Kondisi ini terjadi khususnya saat siswa harus menyelesaikan berbagai jenis tugas mata pelajaran secara bersamaan ataupun saat dihadapkan pada pilihan kegiatan ekstrakurikuler yang diminatinya. Dengan target yang kurang terarah menjadikan siswa kurang mampu mengarahkan dorongan serta motivasinya secara fokus pada apa yang harus menjadi

prioritasnya. Bila dikaitkan dengan konsep yang dikemukakan oleh Zimmerman (2000), maka apa yang tergambar dalam fenomena tersebut dapat diindikasikan sebagai permasalahan yang terkait dengan variabel *self regulation*. Kondisi ini dapat dipahami, mengingat usia siswa masih berada pada tahap remaja sehingga kerap diwarnai oleh gejala pilihan tindakan yang masih bersifat emosional. Meski demikian, terdapat sebagian siswa yang telah mampu membuat target pribadi secara terarah sehingga hal tersebut membantu dalam menata kegiatannya untuk mencapai proses pembelajaran yang lebih maksimal. Dengan melihat fenomena-fenomena yang terjadi maka peneliti tertarik untuk mengkaji “Hubungan antara *self regulation* dengan prestasi belajar siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung”.

Sebagai landasan konseptual yang mendasari penelitian ini, Schunk dkk menjelaskan bahwa *self regulation* adalah proses individu mengaktifkan pikiran, perasaan dan tingkah laku yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan individu untuk mempengaruhi belajar dan motivasinya (Schunk, 1994: Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996: Boekaerts, 2000 : 631). Schunk dan Zimmerman (1998) mengatakan bahwa teori *self-regulation* memandang belajar sebagai *open-ended process* yang membutuhkan aktivitas berkesinambungan dalam proses belajar dan terdiri atas tiga fase, yaitu fase *forethought*, fase *performance* atau *volitional control*, dan fase *self-reflection*. Siswa dapat mengarahkan kognisi, motivasi, dan perilakunya untuk menetapkan tujuan dan mencapai *personal goal* yang dimilikinya. *Goal* utama yang biasanya ditetapkan siswa adalah bagaimana untuk mencapai prestasi yang tinggi. Hal ini diwujudkan dengan memperoleh nilai tinggi pada saat pembagian raport di akhir semester. Siswa pada kelas unggulan adalah siswa yang memiliki tingkat kecerdasan di atas rata-rata atau bahkan superior. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan di atas rata-rata seharusnya sudah memiliki strategi belajar yang dapat mengarahkannya dalam keberhasilan akademik. Namun tidak semua siswa yang memiliki tingkat kecerdasan yang tinggi dapat memaksimalkan potensinya.

Berdasarkan hal di atas, maka penelitian ini diarahkan untuk mengetahui : “Seberapa erat hubungan antara *self regulation* dengan prestasi belajar pada siswa kelas XI unggulan di SMA PASUNDAN-8 Bandung. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah mendapat gambaran bagaimana keeratn hubungan antara *self regulation* dengan prestasi belajar siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung, sehingga hasilnya dapat digunakan untuk menyusun teknik meningkatkan atau mengembangkan kemampuan *self regulation* siswa dalam upaya mengoptimalkan prestasi belajarnya.

Untuk mengkaji dan memahami lebih lanjut mengenai konsep *self regulation*, Bandura (1986) dalam Pervin (1996) menyatakannya sebagai kemampuan individu untuk mempertahankan komitmennya terhadap suatu tujuan dalam periode waktu tertentu, khususnya pada saat tidak ada insentif yang berasal dari luar diri (*external reward*). Papalia et al (2004) menyatakan bahwa *self regulation* adalah kemampuan individu untuk menahan dorongan dan mengendalikan tingkah laku pada saat tidak adanya kontrol dari lingkungan (Gunarsa, 2004: 251). Mengacu pada uraian-uraian sebelumnya, *self regulation* meliputi proses penetapan tujuan untuk belajar, mengikuti dan berkonsentrasi pada pelajaran, penggunaan strategi yang efektif untuk mengorganisir, melakukan pengkodean, dan berlatih mengingat informasi, menetapkan suatu lingkungan kerja yang produktif, menggunakan sumber daya yang efektif, meminta bantuan ketika diperlukan, memiliki kepercayaan yang positif tentang kemampuan yang dimiliki,

mengantisipasi hasil yang dicapai, serta merasakan kebanggaan dan kepuasan atas usaha yang telah dilakukan (Boekaerts, 2000 : 631). Dijelaskan lebih lanjut bahwa pikiran, perasaan dan tindakan yang dimaksud muncul karena hasil dibangkitkan oleh diri sendiri yang sifatnya terencana dan siklikus sehingga digunakan untuk beradaptasi dalam pencapaian tujuan (goal) individu. Konteks siklikal yang dimaksud menggambarkan bahwa tampilan yang dihasilkan dari proses tindakan mencapai tujuan terdahulu akan dijadikan sebagai umpan balik terhadap proses-proses penyesuaian pada situasi yang sedang dihadapi atau sedang dilakukan baik dalam konteks yang sama ataupun yang berbeda. Lebih lanjut Markus & Wurf (1987) mengemukakan beberapa komponen penting dalam *self regulation* a.l meliputi : penetapan tujuan (*goal*), persiapan-persiapan kognisi yang akan mengarahkan tindakan, mengaktifkan motorik untuk bertindak, serta melakukan monitoring dan evaluasi terhadap tindakan.

Berkaitan dengan apa yang dikemukakan oleh Markus & Wurf tersebut di atas, Zimmermanpun menjelaskan bahwa berdasarkan pendekatan kognitif sosial, *self regulation* dibangun melalui sistem struktur yang meliputi 3 (tiga) fase utama yaitu : 1) fase *forethought* atau yang dikenal dengan fase perencanaan, 2) fase *performance* atau fase pelaksanaan dan 3) fase *self reflection* atau fase evaluasi diri. Fase *forethought* merupakan proses yang terjadi sebelum adanya usaha usaha untuk bertindak dan berpengaruh terhadap usaha-usaha tersebut dengan melakukan persiapan pelaksanaan tindakan tersebut. Fase *performance* atau *volitional control* melibatkan proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung dan pengaruhnya terhadap persiapan yang telah dibuat dan tindakan yang dilakukan. Sedangkan fase *self reflection* melibatkan proses yang terjadi setelah adanya usaha-usaha yang dilakukan pada fase *performance* dan mempengaruhi reaksi individu terhadap pengalaman tersebut. *Self reflection* ini mempengaruhi *forethought* terhadap usaha-usaha berikutnya sehingga dengan demikian melengkapi siklus sebuah *self regulatory*. Masing masing fase memiliki sub proses, seperti yang dijelaskan pada tabel di bawah ini :

Tabel 1
Struktur fase dan sub fase dalam proses *self regulation*

<i>Forethought</i>	<i>Performance / Volitional Control</i>	<i>Self Reflection</i>
<i>Task analysis</i> <i>Goal setting</i> <i>Strategic planning</i>	<i>Self-control</i> <i>Self instruction</i> <i>Imagery</i> <i>Attention focusing</i> <i>Task strategic</i>	<i>Self-judgment</i> <i>Self-evaluation</i> <i>Causal attribution</i>
<i>Self-motivation beliefs</i> <i>Self-efficacy</i> <i>Outcome expectation</i> <i>Intrinsic interest/ value</i> <i>Goal orientation</i>	<i>Self-observation</i> <i>Self-recording</i> <i>Self-experimentation</i>	<i>Self-reaction</i> <i>Self satisfaction/ affect</i> <i>Adaptive-defensive</i>

Bila mengacu pada proses yang berjalan secara siklikal tersebut, maka individu yang memiliki *self regulation* yang baik akan mampu mengarahkan dirinya sedemikian rupa untuk mencapai target-target yang telah ditetapkan serta mampu melakukan evaluasi diri dalam upaya memperbaiki target ataupun cara tindakan yang dilakukan jika menghadapi masalah dalam pencapaian target pribadinya. Pemanfaatan kemampuan tersebut dalam konteks belajar akan tercermin dalam upaya-upaya siswa dalam menetapkan target

pribadinya yang terkait dengan capaian nilai yang diinginkan disertai implementasi tindakan belajar yang tepat sehingga hasilnya sejalan. Artinya siswa yang memiliki *self regulation* baik sepanjang didukung oleh potensi serta minat yang kuat terhadap apa yang dipelajari akan menghasilkan prestasi belajar yang baik. Namun demikian, persoalan yang terkait dengan belajar merupakan proses yang kompleks, karena itu suksesnya belajar tergantung pada banyak faktor. Moh Surya (1979) mengelompokkan faktor-faktor tersebut menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang diprediksi sebagai faktor yang signifikan akan lebih mempengaruhi dibanding faktor eksternal. Oleh karenanya pembahasan mengenai faktor internal akan lebih penting untuk diungkapkan dalam kajian penelitian ini. Yang termasuk faktor internal, diantaranya adalah faktor yang berasal dari diri individu, dalam hal ini siswa yakni yang bersifat fisiologis dan psikologis. Faktor fisiologis meliputi kondisi umum jasmaniah dan (tonus) tegangan otot yang menandai tingkat kebugaran organ tubuh dan sendi-sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas siswa dalam mengikuti pelajaran. Sedangkan faktor psikologis meliputi taraf intelegensi, minat, sikap, motivasi dan bakat. Lavin (1968) menyatakan bahwa secara empiris telah dibuktikan prestasi belajar dipengaruhi oleh komponen-komponen kepribadian tertentu baik secara tunggal maupun multiple. Lavin mengelompokkan kepribadian yang mempengaruhi proses belajar, sebagai berikut :

1. Variabel motivasional, termasuk di dalamnya kecemasan, motif berprestasi dan minat
2. Variabel *personality style* seperti independensi, control impuls, introversi
3. Variabel tingkat kognitif, seperti konsep diri
4. Variabel kebiasaan (habbit)
5. Variabel yang memusatkan pada manifestasi patologis

Lebih lanjut, bila mengacu pada konsep *self regulation*, maka persoalan yang terkait dengan motivasi, tingkat kognitif serta kebiasaan yang disebutkan menurut Lavin dapat ditelusuri dalam proses siklikal yang terjadi pada *self regulation*.

Seperti yang telah diuraikan sebelumnya terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memiliki prestasi yang optimal. Faktor tersebut di antaranya adalah intelegensi, kepribadian, lingkungan sekolah, dan lingkungan rumah. Namun selain faktor-faktor lingkungan sekolah yang mendukungnya, tersebut ternyata *self regulation* turut mempengaruhi keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi yang optimal. Meskipun seorang siswa memiliki tingkat intelegensi yang baik, kepribadian, lingkungan rumah, dan lingkungan sekolah yang mendukungnya, namun tanpa ditunjang kemampuan *self regulation* maka siswa tersebut tetap tidak akan mampu mencapai prestasi yang optimal (dalam Boekaerts, 2005).

Fenomena yang terjadi pada siswa kelas XI unggulan SMA PASUNDAN 8 Bandung, dapat diuraikan melalui penjelasan sumber-sumber penyebab mengapa dengan IQ yang cukup tinggi namun prestasinya kurang maksimal. Penyebab siswa mendapatkan prestasi yang rendah antara lain karena *goal setting* yang telah dibuat pada fase *forethought* tidak disertai dengan strategi belajar yang efektif. Siswapun kesulitan dalam mengatur jadwal belajar. *Self motivation belief* yang kurang kuat menjadikan siswa kurang memiliki keyakinan yang kuat untuk belajar dan bertindak secara efektif. Hal tersebut menjadikan siswa ragu bahwa ia mampu bertindak secara efektif saat menjalani proses belajar di sekolah dan keyakinan untuk mendapatkan hasil nilai yang maksimal pun menjadi melemah.

Dengan kondisi demikian maka tahap *performance* akan ditampilkan dengan cara yang kurang optimal atau mengumpulkan tugas yang belum selesai atau dikerjakan dengan cara asal-asalan. Siswa kesulitan dalam mengatur waktu belajar ketika mereka dihadapkan pada tuntutan-tuntutan akademis yang cukup berat. Kegiatan belajar mengajar di kelas, dan tugas-tugas yang diberikan menuntut mereka untuk dapat mengatur waktu dengan baik. Menurunnya keyakinan diri untuk dapat mencapai nilai baik menjadikan motivasinya melemah sehingga menghambat mereka untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Situasi ini tercermin diantaranya melalui perilaku-perilaku yang ditampilkan yakni menunda mengerjakan tugas atau belajar hanya saat akan menghadapi ujian.

Saat melakukan evaluasi siswa sering merasa bahwa hasil yang mereka peroleh tidak sesuai dengan harapan. Jika mereka mendapatkan nilai yang buruk mereka menganggap hal itu disebabkan cara belajar yang kurang maksimal, dan masih bisa diperbaiki dengan cara remedial. Tingkat *self satisfaction* para siswa juga tergantung dari nilai ekstrinsik, dalam artian jika mereka mendapatkan nilai yang baik maka mereka akan mendapat pujian dan akan dipandang baik oleh teman-temannya. Reaksi siswa pun mengarah pada *defensive inferences*, yaitu siswa merasa bahwa kegagalan dirinya dalam memperoleh nilai maksimal disebabkan guru pengajar yang sulit memberikan nilai yang baik dan tuntutan akademis yang terlalu tinggi. Siswa akan lebih memandang kegagalan disebabkan karena sumbernya berasal dari faktor di luar dirinya.

Selain itu, para peneliti memandang bahwa lingkungan fisik dan sosial merupakan sumber untuk meningkatkan perencanaan diri (*self enhancing forethought*), *performance or volitional control*, dan *self reflection* (Boekaerts, 2000). Dikaitkan dengan fenomena yang ada, seperti dukungan orang tua, guru, serta teman-teman memiliki peranan yang besar dalam membantu mereka dalam proses pembelajaran. Selama proses *self regulatory* masih belum dapat digunakan secara efektif untuk memenuhi tuntutan akademis, maka selama itu pula para siswa belum mampu mencapai prestasi belajar yang maksimal, sehingga menghambat perkembangan intelektual dan pencapaian tujuan di masa yang akan datang. Padahal indikator utama keberhasilan para siswa untuk nantinya melanjutkan pendidikan ke jenjang yang selanjutnya, dilihat dari hasil prestasi belajarnya. Dari uraian-uraian yang telah peneliti paparkan maka dapat diasumsikan bahwa jika seorang siswa telah memiliki kemampuan *self regulation* yang baik akan memudahkannya dalam menjalani proses pembelajaran sehingga capaian prestasi belajarnya pun baik. Oleh karenanya hipotesis penelitian ini diturunkan : “Semakin baik *self regulation* siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung, semakin baik pula prestasi belajarnya”

METODE

Partisipan

Pada penelitian ini, subyek penelitian adalah seluruh siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung yang berjumlah 49 orang, sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi.

Desain

Rancangan penelitian yang digunakan adalah korelasional yaitu metode yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana keeratan hubungan antara dua atau beberapa variabel,

sehingga diketahui bahwa perubahan yang terjadi pada suatu variabel akan berhubungan dengan variabel lainnya (Suharsimi Arikunto, 2000 : 326).

Variabel

Adapun variabel penelitian yang diteliti adalah *self regulation* dan prestasi belajar. Operasionalisasi variabel *self regulation* yang dimaksud yakni kemampuan yang dimiliki oleh siswa kelas XI unggulan SMA PASUNDAN-8 BANDUNG untuk merencanakan kegiatan belajarnya, melaksanakan apa yang telah direncanakan, dan melakukan evaluasi terhadap apa yang telah dilaksanakan untuk menghadapi tuntutan akademis di sekolah, sedangkan prestasi belajar adalah hasil dari kegiatan belajar siswa selama di sekolah. Hasil kegiatan belajar ini merupakan akumulasi dari nilai akhir siswa yang merupakan ukuran keberhasilan siswa dalam mengikuti proses kegiatan belajar mengajar.

Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan berupa angket skala psikologis (Saifudin Azwar, 2000) mengukur *self regulation* mengacu pada teori *self regulation* Zimmerman (2000) dengan terlebih dahulu dilakukan perhitungan validitas dan reliabilitasnya. Sedangkan prestasi belajar diukur dengan menggunakan data sekunder melalui nilai raport yang diperoleh siswa. Teknik pengolahan yang digunakan rumus statistik korelasi Product Moment Pearson. Prosedur penelitian dilakukan dengan langkah-langkah persiapan yang mencakup eksplorasi awal lapangan, pemahaman teori, penyusunan alat ukur, pengambilan data, pengolahan serta penyusunan laporan.

ANALISIS & HASIL

Hasil korelasi antara *self regulation* dengan prestasi belajar :

Tabel 2
Korelasi antara *Self Regulation* beserta fase-fasenya dengan Prestasi Belajar pada siswa kelas XI unggulan SMA PASUNDAN-8 BANDUNG.

<i>Self Regulation</i> beserta fase-fasenya	r
<i>Self Regulation</i>	0,645
Fase <i>Forethought</i>	0,687
Fase <i>Performance / Volitional Control</i>	0,669
Fase <i>Self Reflection</i>	0,552

Dari tabel tersebut dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang cukup signifikan antara variabel *self regulation* dengan variabel prestasi belajar siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung dengan korelasi $r = 0,645$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin baik *self regulation* siswa, semakin baik pula prestasi belajarnya. Hasil tersebut tercermin pula dalam data perhitungan korelasi antara fase-fase *self regulation* dengan prestasi belajar siswa. Artinya baik ditinjau dari variabel *self regulation* secara keseluruhan ataupun dari masing-masing fasenya memiliki hubungan yang cukup signifikan dengan prestasi belajar siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8

Bandung. Lebih lanjut kesimpulannya adalah bahwa variabel *self regulation* beserta fase-fasenya merupakan salah satu prediktor yang cukup berarti yang dapat menaikkan prestasi belajar siswa.

Hasil frekuensi katagorisasi variabel *self regulation* dan variabel prestasi belajar disertai tabulasi silang :

Tabel 3
Frekuensi katagorisasi variabel

No.	Variabel	Baik	Buruk
1.	<i>Self Regulation</i>	21 (42,86%)	28 (57,14%)
2.	Prestasi Belajar	23 (46,93%)	26 (53,06%)

Tabel 4
Frekuensi katagorisasi *Self Regulation* berdasarkan fase-fase

Katagori	Fase <i>Forethought</i>	Fase <i>Performance / Volitional Control</i>	Fase <i>Self Reflection</i>
Baik	15 (30,61%)	16 (32,65%)	23 (46,93%)
Buruk	34 (69,38%)	33 (67,34%)	26 (53,06%)

Tabel 5
Tabulasi silang ke dua variabel

<i>Self Regulation</i> Prestasi Belajar	Baik		Buruk		Total	
	F	%	F	%	F	%
Baik	14	29,01	9	19,89	23	48,9
Buruk	7	13,75	19	37,25	26	51,1
Total	21	42,86	28	57,14	49	100

Yang dimaksud katagori baik untuk prestasi belajar adalah katagori nilai yang melebihi nilai kriteria ketuntasan, sedangkan katagori buruk untuk prestasi belajar adalah katagori nilai sebatas memenuhi nilai minimal kriteria ketuntasan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari tabel 3 dan 4 dapat disimpulkan bahwa baik pada kemampuan *self regulation* maupun prestasi belajar siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung, masih lebih banyak yang berada pada taraf buruk. Dalam arti, masih terdapat 57% siswa yang memiliki kemampuan *self regulation*nya buruk dan 51,1% siswa yang memiliki prestasi belajarnya hanya pada nilai kriteria ketuntasan minimal. Kondisi inipun terlihat dari gambaran penyebarannya pada setiap fase yang ada. Fase *forethought* merupakan fase yang prosentase katagori buruknya paling tinggi dibanding fase-fase lainnya. Artinya, meski siswa masuk kelas unggulan dengan tujuan mendapatkan nilai yang baik namun dalam proses pencapaiannya kurang diimbangi dengan strategi belajar yang tepat. Bila mengacu pada tabel 5 data tabulasi silang yang ada, maka hanya 29,01% siswa yang telah memiliki *self regulation* baik disertai dengan prestasi belajar

berada di atas KKM, sementara 37,25% siswa yang memiliki *self regulation* buruk diikuti dengan prestasi belajar yang hanya mencapai nilai minimal KKM. Lebih lanjut dari hasil tersebut dapat disimpulkan 66,26% subyek penelitian menggambarkan hipotesis penelitian ini, sementara 13,75% subyek penelitian menggambarkan meski *self regulation*nya baik, namun prestasi belajar yang dihasilkannya hanya mencapai kriteria minimal saja, demikian pula terdapat 19,89% siswa meski memiliki *self regulation* yang buruk namun prestasi belajarnya berada di atas KKM.

DISKUSI

Self regulation adalah suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, tingkah laku yang telah direncanakan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1998,1999,2000,Zimmerman&Kitsantas,1996; dalam Boekarts, 2000:63). Dengan demikian dapat diartikan bahwa jika individu memiliki *self regulation* yang tinggi maka individu tersebut akan memiliki cara belajar dan motivasi yang baik, sehingga hasil yang diperoleh akan optimal, begitu juga sebaliknya pada individu yang memiliki *self regulation* yang rendah maka individu tersebut akan memiliki cara belajar yang buruk, sehingga hasil yang diperolehnya tidak optimal. Hal ini terjadi pada siswa kelas XI unggulan di SMA Pasundan-8 Bandung, dimana para siswa tersebut kurang mampu mengatur dirinya dalam memenuhi tuntutan akademis dari sekolah.

Self regulation merupakan sebuah siklus, didalamnya terdapat proses internal tanpa henti yang dilakukan oleh individu. Siswa yang kurang mampu dalam mengatur dirinya akan mengalami kegagalan dalam membuat perencanaan untuk memenuhi tuntutan akademis pada fase *forethought*, pada fase ini siswa sebenarnya telah memiliki target dalam hal capaian nilai, namun masih belum diimbangi dengan strategi belajar yang terarah. Dengan strategi belajar yang kurang terarah dan masih diwarnai oleh aspek emosi, hal tersebut berdampak terhadap fase berikutnya. Pada *performance/volitional control* siswa akan sulit mengarahkan tindakannya secara konsisten sehingga cara belajar yang ditampilkannyapun kurang fokus. Pada akhirnya pada fase *self reaction* siswa akan sulit menilai atau mengevaluasi tindakan-tindakan yang telah dilakukan.

Jika sebagian besar siswa mengalami kegagalan pada fase-fase dalam *self regulation* sebelumnya, pada akhirnya dapat membuat siswa akan lebih banyak mengeluh terhadap tuntutan akademis yang diberikan oleh sekolah. Hasil *feedback* dari proses *self regulation* yang dilakukan tidak berjalan dengan efektif karena lebih banyak melihat sumber masalah yang bersumber dari luar, yakni diantaranya melihat tuntutan akademis dari sekolah yang berat sebagai hal yang menyebabkan mengapa prestasi akademik siswa tidak optimal.

Derajat korelasi tinggi dapat diartikan bahwa kemampuan *self regulation* memiliki peran yang signifikan dalam peningkatan ataupun penurunan pencapaian hasil prestasi belajar siswa. Berdasarkan tabel tabulasi silang meski terdapat 14 orang atau 29,01% siswa dengan kemampuan *self regulation* tinggi diimbangi dengan prestasi belajar tinggi namun tampak sebagian besar yakni 19 orang atau 37,25% siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung, masih memiliki kemampuan *self regulation* yang buruk dengan prestasi belajar yang hanya memenuhi minimal KKM saja. Sejalan dengan hasil tersebut, Gage & Berliner menjelaskan bahwa untuk mencapai prestasi belajar yang optimal,

berbagai faktor dapat diprediksi sebagai faktor yang memberikan pengaruh signifikan, yakni faktor internal dan eksternal. Kemampuan *self regulation* yang dimiliki siswa dapat dikategorikan sebagai salah satu faktor internal yang terdapat dalam diri siswa, selain faktor taraf kecerdasan, minat serta motivasi. Dengan hasil yang diperoleh melalui penelitian ini, maka meski siswa memiliki taraf kecerdasan yang memadai dengan minat dan dorongan yang cukup kuat untuk memasuki kelas unggulan, belum menjamin prestasi belajar yang dihasilkannya baik pula. Artinya pada umumnya *self regulation* yang dimiliki siswa merupakan salah satu faktor yang menjadi prediktor untuk menaikkan atau menurunkan prestasi belajar yang dihasilkannya. Sejalan dengan penelitian-penelitian terkait dengan *self regulation* menunjukkan bahwa peran faktor ini memberikan banyak pengaruh terhadap variabel-variabel yang berhubungan dengan berbagai aspek kehidupan dalam individu. Penelitian tentang hubungan otonomi dengan regulasi diri siswa SMUT Krida Nusantara (Lisa, 2006) menghasilkan adanya korelasi sebesar 0,647. Regulasi diri siswa dari penelitian tersebut terbentuk melalui salah satu prediktor dalam diri siswa yakni faktor otonomi.

SIMPULAN & SARAN

Berdasarkan hasil serta diskusi yang telah dipaparkan pada sub bab sebelumnya maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara *self regulation* siswa baik secara total keseluruhan ataupun dimensi fase-fasenya dengan prestasi belajar pada siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung.
2. Bila melihat komposisi presentase setiap fase *self regulation*, maka fase *forethought* merupakan fase yang katagori buruknya paling tinggi dibanding ke dua fase lainnya.
3. Terdapat 57,14% siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung masih memiliki kemampuan *self regulation* yang berada pada taraf buruk dalam hal ini kurang memadai.
4. Terdapat 51,1% siswa kelas XI unggulan SMA Pasundan-8 Bandung masih menunjukkan prestasi belajarnya hanya mencapai batas minimal KKM.

Mengacu pada simpulan tersebut maka saran yang diajukan sebagai berikut :

1. Memberikan informasi ataupun penyuluhan kepada siswa maupun guru mengenai pentingnya pembentukan kemampuan *self regulation* dalam meningkatkan prestasi belajar.
2. Memberikan pelatihan *self regulation* kepada siswa sehingga dengan peningkatan tersebut akan menaikkan capaian hasil belajarnya.
3. Memberikan edukasi kepada masyarakat kalangan orang tua mengenai pentingnya membangun pola asuh yang dapat membentuk kemampuan *self regulation* anak sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, D. (1989). *Teknik Penyusunan Skala Pengukuran*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Arikunto, S. (2009). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (1999). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Berliner, G. (1979). *Educational Psychology : Third Edition*. New York : Prentice Hall.
- Boekaerts, M., Pintrich, P.R., dan Zeidner, M. (2000). *Handbook of Self Regulation*. USA: Academic Press.
- Chaplin, J.P. (1993). *Kamus Lengkap Psikologi* (terjemahan). Jakarta : PT Praja Grafindo Persada.
- Noor Hasanuddin. (2009). *Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Papalia, D.E., Olds, S. W., dan Feldman, R. D. (2001). *Human Development*. Eight Edition. New York: McGraw-Hill Company.
- Pratiwi, A.P. (2009). *Hubungan Antara Kecemasan Akademis dengan Self-Regulated Learning pada Siswa Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional di SMA Negeri 3 Surakarta*. Diunduh pada tanggal 15 Maret 2013 dari http://eprints.undip.ac.id/10519/1/PDF_M2A005001.pdf.
- Surya, M. (1979). "Pengaruh Faktor Non Intelektual Terhadap Gejala Berprestasi Kurang." Disertasi
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Syah, M. (2002). "Psikologi Pendidikan." Bandung: PT Remaja Rosdakarya