

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self Regulated Learning*

1. Pengertian

Secara etimologi *self regulated learning* berasal dari dua kata yaitu *selfregulated* yang berarti terkelola dan *learning* yang berarti belajar. Jadi dapat disimpulkan secara keseluruhan bahwa pengertian *self regulated learning* secara etimologi adalah pengelolaan atau pengaturan diri dalam belajar.

Secara terminologi pengertian *self regulated learning* menurut Zimmerman adalah suatu strategi yang mempunyai pengaruh bagi performansi siswa dalam mencapai prestasi belajar di bidang akademik yang lebih baik atau mengalami peningkatan. Sedangkan menurut Corno dan Mandinach, *self regulated learning* adalah sebagai usaha individu atau siswa dalam melaksanakan aktivitas belajar dengan melibatkan proses metakognisi yang mencakup perencanaan dan pemantauan dan afeksi yang dimilikinya.⁸ Bandura menyatakan bahwa *self regulated learning* yaitu proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri dengan menentukan target, mengevaluasi kesuksesan seseorang

⁸Haryu, *Hubungan Antara Pengasuhan Islami Dengan Self Regulated Learning, Motivasi Berprestasi Dan Prestasi Belajar* (Tesis: Universitas Gajah Mada, Yogyakarta, 2004), 13.

saat mencapai target dan memberikan penghargaan karena sudah mencapai tujuan tertentu.⁹

Berdasarkan pengertian diatas, peneliti menyimpulkan pengertian *self regulated learning* adalah suatu strategi yang mempunyai pengaruh bagi performansi siswa dengan melibatkan proses metakognisi yang mencakup perencanaan dan pemantauan dan afeksi yang dimilikinya dalam mencapai prestasi belajar di bidang akademik yang lebih baik.

2. Aspek-aspek self regulated learning

Self regulated learning di dalam proses belajar di dalam bahasa Inggris disebut *self regulated learning*. Menurut Sleight, *self regulated learning* memiliki beberapa aspek, yaitu:

1) Motivasi

Motivasi merupakan faktor yang dimiliki individu yang dapat mengarahkan dan membantu individu di dalam mengorganisasi aktivitas belajarnya.

2) Metakognisi

Komponen ini merupakan kemampuan individu untuk memahami apa yang dibutuhkan dalam menghadapi suatu situasi di dalam belajar.

3) Efistemic beliefs

Aspek ini merupakan prinsip atau kepercayaan yang dimiliki individu dalam belajar.

⁹Dyah Maya A, *Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Prestasi Akademik*(Skripsi: Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, 2010), 18.

4) Strategi belajar

Strategi belajar ini merupakan aktivitas mental dalam usaha mengelola dan mengorganisir aktivitas belajar siswa secara efisien.

5) Pengetahuan yang dimiliki

Aspek ini mengindikasikan bahwa pengetahuan individu mengenai materi atau lingkungan belajar yang dapat membantu pemahaman pengetahuan baru dalam kelancaran aktivitas belajar.¹⁰

Menurut Schunkz dan Zimmerman, mengemukakan tentang aspek-aspek self regulated learning ada tiga aspek, yaitu:

1) Metakognisi

Zimmerman menyatakan bahwa metakognisi adalah kemampuan individu untuk merencanakan, mengorganisasi atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi diri dalam aktivitas belajar.

2) Motivasi

Motivasi menurut Zimmerman dan Schunkz, motivasi dalam self regulated learning merupakan suatu pendorong yang ada di dalam diri individu yang meliputi persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi dan otonomi yang dimiliki dalam melaksanakan kegiatan belajar.

¹⁰Haryu, *Hubungan Antara Pengasuhan Islami Dengan Self Regulated Learning, Motivasi Berprestasi Dan Prestasi Belajar* (Tesis: Universitas Gajah Mada, Yogyakarta, 2004), 14-15.

3) Perilaku

Menurut Zimmerman dan Schunkz, Perilaku merupakan uapaya individu untuk mengatur dirinya, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar.¹¹

3. Karakteristik self regulated learning

Rochesterinstitutoftechnology, mengemukakan *self regulated learning* adalah sebagai berikut:

- 1) Memiliki kemandirian dalam melaksanakan tugas yang diberikan kepada mereka dan membuat perencanaan untuk mengatur penggunaan waktu serta sumber-sumber yang dimiliki baik yang bersumber dari dalam dirinya maupun dari luar pada saat mengerjakan tugas.
- 2) Memiliki need of challenge, artinya siswa memiliki kecenderungan untuk menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dihadapinya pada saat mengerjakan tugas dan mengubahnya menjadi sebuah tantangan pada suatu hal yang menarik dan menyenangkan.
- 3) Mengetahui bagaimana cara menggunakan sumber-sumber yang ada, baik yang berasal dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya serta melakukan pemantauan terhadap proses belajar. Di samping itu mereka juga melakukan evaluasi terhadap performansi dalam belajar.
- 4) Memiliki kegigihan dalam belajar dan mempunyai strategi tertentu yang membantunya dalam belajar.

¹¹Ibid., 15-16.

- 5) Siswa yang melakukan self regulated learning pada saat melakukan aktivitas membaca, menulis maupun berdiskusi dengan orang lain, mempunyai kecenderungan untuk membuat suatu pengertian atau makna dari apa yang dibaca, ditulis, maupun yang didiskusikannya.
- 6) Menyadari bahwa kemampuan yang dimiliki bukanlah satu-satunya faktor yang mendukung kesuksesan dalam meraih prestasi belajar, melainkan juga dibutuhkan strategi dan upaya gigih dalam belajar.¹²

B. Prestasi belajar

1. Pengertian prestasi belajar

Prestasi belajar adalah penilaian terhadap hasil belajar siswa untuk mengetahui sejauh mana ia telah mencapai masalah belajar. Winkel mengatakan bahwa proses belajar yang dialami oleh siswa menghasilkan perubahan-perubahan dalam bidang pengetahuan dan pemahaman, dalam bidang nilai, sikap dan keterampilan.¹³

Menurut Poerwodarminto Mila Ratnawati, prestasi adalah prestasi yang telah dicapai, dilakukan atau dikerjakan oleh seseorang, sedangkan prestasi belajar adalah prestasi yang telah dicapai oleh seorang siswa dalam jangka waktu tertentu dan dicatat dalam buku rapor sekolah.¹⁴

Gagne, Arikunto, Sudjana, dan Hadiyanto, mengemukakan bahwa prestasi belajar adalah kemampuan yang dimiliki anak didik sebagai hasil belajar dengan cara melakukan tes atau penilaian. Penilaian atau evaluasi

¹²Ibid., 18-19.

¹³U. Saefullah, *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*(Bandung: CV Pustaka Setia, 2012), 171.

¹⁴Ibid.

dalam dunia pendidikan sangat penting sebab hal itu dapat memberikan gambaran sejauh mana anak didik menguasai materi yang telah diajarkan, disamping itu penilaian atau evaluasi dapat digunakan dalam pengambilan keputusan dan kebijaksanaan.¹⁵

Dari beberapa definisi di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa prestasi belajar merupakan hasil usaha belajar yang dicapai seorang siswa, berupa kecakapan dari kegiatan belajar bidang akademik di sekolah pada jangka waktu tertentu yang dicatat pada setiap akhir semester di dalam buku laporan yang disebut rapor.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar

Menurut Sumadi Suryabrata, secara garis besar, faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan faktor belajara digolongkan menjadi dua bagian, yaitu:

1) Faktor internal

a) Faktor fisiologis

1. Kesehatan badan

Untuk menempuh prestasi yang baik, siswa harus memperhatikan dan memelihara kesehatan tubuhnya. Keadaan fisisk yang lemah dapat menjadi penghalang bagi siswa dalam menyelesaikan program studinya.

¹⁵Haryu, *Hubungan antara*, 34.

2. Panca indera

Dalam sistem pendidikan saat ini, panca indera yang paling memegang peranan dalam belajar adalah mata dan telinga. Hal ini penting, karena sebagian besar hal yang dipelajari manusia dipelajari melalui penglihatan dan pendengaran.

b) Faktor psikologis

1. Intelegensi

Taraf intelegensi sangat mempengaruhi prestasi belajar seorang siswa, yaitu siswa yang mempunyai taraf intelegensi tinggi mempunyai peluang yang lebih besar untuk mencapai prestasi belajar yang lebih tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki taraf intelegensi yang rendah diperkirakan akan memiliki prestasi belajar yang rendah.

2. Sikap

Sikap yang pasif, rendah diri, dan kurang percaya diri dapat menghambat siswa dalam menampilkan prestasi belajarnya. Sikap siswa yang positif terhadap mata pelajaran di sekolah merupakan langkah awal yang baik dalam proses belajar mengajar di sekolah.

3. Motivasi

Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat nonintelektual. Peranannya yang khas adalah dalam hal gairah

atau semangat belajar. Siswa yang termotivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

2) Faktor eksternal

a) Faktor lingkungan keluarga

1. Sosial ekonomi keluarga

Dengan sosial ekonomi yang memadai, seseorang lebih berkesempatan mendapatkan fasilitas belajar yang lebih baik, mulai buku, alat tulis hingga pemilihan sekolah.

2. Pendidikan orang tua

Orang tua yang telah menempuh jenjang pendidikan tinggi cenderung lebih memperhatikan dan memahami pentingnya pendidikan bagi anak-anaknya dibandingkan dengan yang mempunyai jenjang pendidikan yang lebih rendah.

3. Perhatian orang tua dan suasana hubungan antara anggota keluarga

Dukungan dari keluarga merupakan suatu pemacu semangat berprestasi bagi seseorang. Dukungan bisa secara langsung berupa pujian atau nasihat; ataupun secara tidak langsung, seperti hubungan keluarga yang harmonis.

b) Faktor lingkungan sekolah

1. Sarana dan prasarana

Kelengkapan fasilitas sekolah, seperti papan tulis, OHP, dan sebagainya akan membantu kelancaran proses belajar mengajar

di sekolah. Bentuk ruangan, sirkulasi udara, dan lingkungan sekitar sekolah juga dapat mempengaruhi proses belajar mengajar.

2. Kompetensi guru dan siswa

Kualitas guru dan siswa sangat penting dalam meraih prestasi. Apabila seorang siswa merasa keputusannya untuk berprestasi dengan baik di sekolah terpenuhi, misalnya dengan tersedianya fasilitas dan tenaga pendidik yang berkualitas, yang dapat memenuhi rasa keinginannya, hubungan dengan guru dan teman-temannya berlangsung harmonis, siswa akan memperoleh iklim belajar yang menyenangkan. Dengan demikian ia akan terdorong untuk terus-menerus meningkatkan prestasi belajarnya.

3. Kurikulum dan metode mengajar

Hal ini meliputi materi dan cara memberikan materi tersebut kepada siswa. Metode pembelajaran yang lebih interaktif sangat diperlukan untuk menumbuhkan minat dan peran serta siswa dalam kegiatan pembelajaran.

c) Faktor lingkungan masyarakat

1. Sosial budaya

Pandangan masyarakat tentang pentingnya pendidikan akan mempengaruhi kesungguhan pendidik dan peserta didik. Masyarakat yang masih memandang rendah pendidikan akan

enggan mengirimkan anaknya ke sekolah dan akan memandang rendah pekerjaan guru.

2. Partisipasi terhadap pendidikan

Apabila semua pihak telah berpartisipasi dan mendukung kegiatan pendidikan, mulai dari pemerintah (berupa kebijakan dan anggaran) sampai pada masyarakat bawah, setiap orang akan lebih menghargai dan berusaha memajukan pendidikan dan ilmu pengetahuan.¹⁶

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar

1) Kemampuan

Setiap manusia memiliki kemampuan yang berbeda. Ada orang yang dikaruniai kemampuan yang tinggi ia mudah mempelajari sesuatu. Sebaliknya, ada orang yang kemampuannya terletak pada taraf yang kurang, sehingga mengalami kesulitan untuk mempelajari sesuatu.

2) Kehendak atau kemauan

Kehendak sangat mempengaruhi corak perbuatan yang akan diperlihatkan seseorang sekalipun seseorang itu mampu mempelajari sesuatu, tetapi apabila ia tidak mau dan tidak ada kehendak untuk mempelajari, proses belajar tidak akan terjadi.

3) Umur

Pada umumnya diakui bahwa semakin tua umur seseorang, semakin bertambah baik proses perkembangan mentalnya. Akan tetapi, proses

¹⁶Saefullah, *Psikologi*, 172-176.

perkembangan mental tidak secepat ketika berumur belasan dan berusia lanjut.¹⁷

C. Hubungan antara self regulated learning dengan prestasi belajar siswa.

Kemampuan siswa di dalam proses belajarnya dapat dilihat dari prestasi belajar siswa. Prestasi belajar ini dapat diukur dengan melakukan evaluasi dari masing-masing mata pelajaran yang diberikan. Gagne, Arikunto, Sudjana, dan Hadiyanto, mengemukakan bahwa prestasi belajar adalah kemampuan yang dimiliki anak didik sebagai hasil belajar dengan cara melakukan tes atau penilaian. Penilaian atau evaluasi dalam dunia pendidikan sangat penting sebab hal itu dapat memberikan gambaran sejauh mana anak didik menguasai materi yang telah diajarkan, disamping itu penilaian atau evaluasi dapat digunakan dalam pengambilan keputusan dan kebijaksanaan.¹⁸

Menurut Skinner belajar merupakan suatu proses adaptasi perilaku yang bersifat progresif.¹⁹ Ini berarti bahwa sebagai akibat dari belajar adanya sifat progresifitas adanya tendensi ke arah yang lebih sempurna atau lebih baik daripada keadaan sebelumnya. Dalam hal ini, jika siswa mampu melakukan adaptasi dengan lingkungan belajarnya maka ia akan memperoleh indeks prestasi yang lebih baik. Untuk itu, siswa harus mengontrol perilakunya agar dapat beradaptasi dengan lingkungan belajarnya, yang dalam bahasa psikologi kontrol perilaku ini disebut sebagai self regulated learning. Menurut Zimmerman *self regulated learning* adalah suatu strategi yang mempunyai

¹⁷Ibid., 202.

¹⁸Haryu, *Hubungan antara*, 34.

¹⁹Walgito, *Pengantar Psikolog*, 166.

pengaruh bagi performansi siswa dalam mencapai prestasi belajar di bidang akademik yang lebih baik atau mengalami peningkatan.

Peneliti menduga, bahwa kemampuan self regulated learning siswa terhadap proses belajar akan mempengaruhi prestasi belajarnya. Dengan adanya kontrol diri terhadap kegiatan belajarnya baik di sekolah maupun di rumah akan memiliki dampak terhadap prestasi belajar siswa tersebut. Secara umum anak yang mampu mengatur waktu belajar dengan kegiatan lainnya akan mampu memperoleh indeks prestasi yang baik, dan anak yang tidak mampu melakukan hal tersebut akan memperoleh indeks prestasi yang kurang baik. Dengan demikian akan terdapat hubungan antara self regulated learning dengan prestasi belajar siswa.