

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self regulated learning*

1. Pengertian *Self regulated learning*

Self regulated learning terdiri dari tiga kata, *self* yang artinya diri, *regulated* berarti pengaturan dan *learning* ialah belajar. Jadi, *self regulated learning* merupakan pengaturan diri dalam belajar. Dalam pengertian lain, *self regulated learning* adalah individu yang mampu menentukan tujuan dan menggunakan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan belajar.¹⁰

Self regulated learning juga diartikan sebagai kemampuan dan keterampilan dalam mengatur kegiatan belajar secara mandiri.¹¹ Sebagaimana yang dikutip oleh Zimmerman, Bandura mendefinisikan *self regulated learning* sebagai suatu keadaan di mana siswa yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar.¹²

¹⁰ Naela Rifatil Muna, "Efektifitas Teknik Self Regulated Learning Dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon", *Holistik*, 02 (2013), 62.

¹¹ Ilvy Nur Dina and Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia, "Hubungan Determinasi Diri Dan Ekspektasi Guru Dengan Self Regulated Learning (SRL)", *Jurnal Psikologi*, 1 (September, 2015), 12.

¹² Barry J Zimmerman, "Theoris of Self Regulated Learning and Academic Achievment: An Overview and Analysis", (2001), 2.

Menurut Ormrod, *self regulated learning* merupakan suatu kondisi dimana individu mengembangkan suatu pemahaman mengenai respon-respon mana yang sesuai dan mana yang tidak sesuai, serta mengontrol dan memonitor perilaku individu sendiri.¹³ Sedangkan menurut Friedman dkk *self regulated learning* diartikan sebagai pengawasan atas perilaku dalam proses belajar sebagai hasil dari proses internal dari tujuan, perencanaan, dan penghargaan diri sendiri atas prestasi yang telah diraih.¹⁴ Kemudian Santrock mengemukakan bahwa *self regulated learning* adalah memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan. Tujuan ini bisa jadi berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya).¹⁵

Dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* yakni pengaturan diri dalam belajar secara mandiri dimana masing-masing individu berperan sebagai pengendali kegiatan belajarnya untuk mencapai tujuan.

¹³ J. Ellis Ormrod, *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh Dan Berkembang* (Jakarta: Erlangga, 2008), 38.

¹⁴ Howard S Friedman, Shustack, and Miriam W, *Kepribadian Teori Klasik Dan Riset Modern* (Jakarta: Erlangga, 2006), 23.

¹⁵ Santrock, *Psikologi Pendidikan.*, 510.

2. Aspek-Aspek *Self regulated learning*

Menurut Zimmerman pengelolaan diri mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yakni sebagai berikut:¹⁶

a. Metakognitif

Metakognitif merupakan usaha memperoleh pengetahuan, kesadaran dan kontrol terhadap proses kognitif yang terjadi pada diri sendiri. Metakognitif merupakan suatu proses yang penting, sebab pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan.

Zimmerman menambahkan bahwa komponen metakognitif dalam *self regulated learning* yaitu proses memahami pendekatan pembelajaran dalam proses berfikir dengan merencanakan, menetapkan tujuan, memonitor, mengorganisasikan dan mengevaluasi kegiatan belajar. Komponen yang dimaksud ialah kemampuan siswa dalam melakukan pengaturan terhadap kognisi yang dimiliki siswa agar aktivitas yang dilakukan berjalan dengan efektif.

Metakognitif masing-masing individu mempunyai strategi berbeda-beda dalam meregulasi kognisi merek. Strategi yang dimaksud meliputi:¹⁷

¹⁶ Barry J Zimmerman and Dale H Schunk, *Self Regulated Learning and Academic Achievement (Theory, Research, and Practice* (New York: Springer-Verlag, 1989), 329.

1) Strategi pengulangan (*rehearsal*)

Yakni usaha untuk mengingat materi dengan cara mengulang terus-menerus sehingga lebih mudah dipahami.

2) Strategi elaborasi (*elaboration*)

Merefleksikan “*deep learning*” yakni dengan mencoba untuk meringkas materi menggunakan kalimatnya sendiri. Jadi hal yang dilakukan setelah belajar yakni meringkas apa yang telah dipelajarinya dengan menggunakan bahasanya sendiri sehingga mudah untuk dimengeti.

3) Strategi organisasi (*organization*)

Penggunaan taktik bervariasi seperti mencatat, menggambar diagram atau bagan untuk mengorganisasi materi pelajaran dalam beberapa cara.

4) Strategi meregulasi metakognitif (*metacognitive regulation*)

Yang termasuk dalam strategi ini yakni perencanaan, monitoring dan strategi meregulasi diri seperti menentukan tujuan dari kegiatan membaca, memonitoring suatu pemahaman atau membuat perubahan atau penyesuaian supaya ada kemajuan dalam tugasnya.

b. Motivasi

¹⁷ C. A. Woltres, “Understanding Procastination From a Self-Regulated Learning Prespective”, *Journal of Educational Psychology*, (2003), 5.

Setiap yang dilakukan oleh seseorang tidak mungkin berdiri sendiri, selalu ada hal yang mendorongnya untuk menuju suatu yang ingin dilakukannya demi mencapai tujuan. Tujuan dan faktor pendorong ini kadang disadari dan kadang juga tidak disadari oleh setiap orang. Hal tersebut adalah motivasi, yakni sebuah dorongan yang menggerakkan individu melakukan kegiatan untuk mencapai suatu tujuan.¹⁸

Motivasi merupakan salah satu aspek penting dalam proses pembelajaran yang terdapat pada diri siswa. Motivasi adalah proses yang memberi semangat, arah dan kegigihan perilaku. Artinya perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah dan bertahan lama.

Motivasi menciptakan kondisi yang menimbulkan perilaku tertentu, dan memberi arah serta ketahanan. Selain itu, Zimmerman menyatakan bahwa keuntungan motivasi ialah individu memiliki ketertarikan terhadap tugas yang diberikan dan berusaha tekun dalam belajar dengan memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan yang disukai untuk belajar.

Strategi untuk meregulasi motivasi meliputi beberapa pemikiran, tindakan atau perilaku dimana siswa berusaha untuk mempengaruhi pilihan, usaha, dan ketekunan mereka untuk tugas akademisnya. Strategi regulasi motivasi meliputi:

¹⁸ Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Belajar* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2003), 61.

- 1) *Mastery self-talk* adalah tindakan memberikan motivasi pada diri sendiri untuk meningkatkan kinerja diri dalam proses belajar.
- 2) *Extrinsic self-talk* adalah ketika siswa dihadapkan pada suatu keinginan untuk menyudahi proses belajar, siswa akan berpikir untuk memperoleh prestasi yang lebih tinggi atau berusaha dengan baik sebagai cara meyakinkan diri mereka untuk terus melanjutkan kegiatan belajarnya.
- 3) *Relative ability self-talk* adalah saat siswa berpikir tentang performa khusus untuk mencapai tujuan belajar dengan cara melakukan usaha yang lebih baik daripada orang lain supaya tetap berusaha keras.
- 4) *Relevance enhancement* atau strategi peningkatan yang relevan yakni usaha individu untuk menghubungkan suatu materi dengan segala hal yang berkaitan dengan dirinya.
- 5) *Situational interest enhancement* atau strategi peningkatan minat situasional dengan cara merubah situasi belajar agar menjadi suatu hal yang menyenangkan.
- 6) *Self-consequating* adalah siswa menetapkan dan menyiapkan diri mereka dengan segala konsekuensinya supaya konsisten dalam aktivitas belajar. Siswa dapat menggunakan *reward* dan *punishment* yang sebagai apresiasinya terhadap kesuksesan atau kegagalan yang dicapai. Hal ini selaras

dengan J. Fiest yang menyatakan bahwa Manusia memiliki standar performa untuk menilai dirinya. Reaksi diri merupakan respon negative maupun positif terhadap hasil pencapaian. Manusia menciptakan inisiatif tindakannya melalui penguatan diri (*reward*) dan hukuman diri (*punishment*)¹⁹

7) *Environment structuring* yakni strategi penyusunan lingkungan, menjelaskan usaha siswa untuk konsentrasi penuh untuk mengurangi gangguan di lingkungan belajar mereka atau lebih umumnya untuk mengatur sekitar mereka dan mengatur kesiapan fisik dan mental untuk menyelesaikan tugas akademis.

c. Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman mengatakan bahwa individu memilih , menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan. ²⁰ Stretegi untuk meregulasi perilaku meliputi:

¹⁹ Jess Feist and Gregory J Feist, *Teori Kepribadian*, 7th ed. (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 220-22.

²⁰ Zimmerman, *Self Regulated Learning.*, 330.

- 1) *Effort regulation* yakni usaha individu untuk mempertahankan semangat belajar yang dimiliki.
- 2) *Time/study environment* dimana siswa mengatur waktu dan tempat dengan membuat jadwal belajar untuk mempermudah proses belajar.
- 3) *Help-seeking* merupakan usaha masing-masing individu untuk mencoba mendapatkan bantuan dari teman sebaya, guru, dan orang dewasa.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Self regulated learning*

Self regulated learning yakni kegiatan dimana individu yang belajar secara aktif sebagai pengatur proses belajarnya sendiri, mulai dari merencanakan, memantau, mengontrol dan mengevaluasi dirinya secara sistematis untuk mencapai tujuan dalam belajar, dengan menggunakan berbagai strategi baik kognitif, motivasional maupun behavioral.²¹

Terdapat tiga faktor yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*, yakni sebagai berikut:²²

a. Individu

Yang dimaksud adalah faktor yang berasal dari diri individu sendiri. Individu yang mampu meregulasi diri dengan baik, berarti mempunyai kesadaran diri yang baik pula. Selanjutnya, individu yang sadar diri akan lebih banyak

²¹ Suminarti, *Self Regulated Learning (SRL)*., 147.

²² Zimmerman, *Self Regulated Learning*., 332-336.

memperhatikan dan memproses informasi tentang dirinya. Individu menjadi sadar akan ideal diri dengan kenyataan dirinya dan menjadi lebih kritis terhadap dirinya.

Individu yang regulasi dirinya tinggi akan mengetahui dirinya secara lebih baik, memahami emosinya, dan mampu mengetahui moodnya pada situasi tertentu. Sebaliknya individu yang memiliki regulasi diri rendah cenderung tidak konsisten dalam berperilaku dari waktu ke waktu, karena tidak ada usaha untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapinya.²³

Menurut Zimmerman dan Pons yang telah dikutip oleh Ghufron, faktor individu meliputi hal-hal di bawah ini:²⁴

1) Pengetahuan individu

Ketika individu memiliki pengetahuan yang banyak dan beragam maka akan semakin membantu dalam meregulasi dirinya sendiri.

2) Tingkat kemampuan metakognisi

Tingkat kemampuan metakognisi ini juga berpengaruh terhadap pengelolaan diri tiap individu, karena semakin tinggi kemampuan metakognitif yang dimiliki maka akan sangat membantu pelaksanaan pengelolaan diri dalam dirinya.

²³ Faturochman, *Pengantar Psikologi Sosial* (Yogyakarta: Pinus, 2006), 27-28.

²⁴ M. Nur Ghufron and Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 63.

3) Tujuan yang ingin dicapai

Ketika seseorang memiliki tujuan yang ingin dicapai maka dengan sendirinya mereka akan berusaha untuk mencapai tujuan tersebut. Maka semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin dicapai, akan semakin besar kemungkinan individu untuk berusaha melakukan pengelolaan terhadap dirinya demi mencapai tujuannya.

b. Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Pons mengacu kepada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan pengelolaan atau regulation pada diri individu. Bandura menyatakan dalam perilaku ini, ada tiga tahap yang berkaitan dengan pengelolaan diri atau *self regulation*, diantaranya:²⁵

1) *Self observation*

Self observation berkaitan dengan respons individu, yaitu tahap individu melihat ke dalam dirinya dan perilaku (performansinya). Dilakukan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinalitas tingkah laku diri, dan seterusnya. Orang harus mampu memonitoring

²⁵ Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2009), 286.

performansinya, walaupun tidak sempurna karena orang cenderung memilih beberapa aspek dari tingkah lakunya dan mengabaikan tingkah laku lainnya. Apa yang diobservasi seseorang tergantung kepada minat dan konsep dirinya

2) *Self judgement*

Self judgment merupakan tahap individu membandingkan performansi dan standar yang telah dilakukannya dengan standar atau tujuan yang sudah dibuat dan ditetapkan individu. Melalui upaya membandingkan performansi dengan standar atau tujuan yang telah dibuat dan ditetapkan, individu dapat melakukan evaluasi atas performansi yang telah dilakukan dengan mengetahui letak kelemahan atau kekurangan performasinya. Standar pribadi bersumber dari pengalaman mengamati model misalnya orang tua atau guru, dan menginterpretasi balikan/penguatan dari performansi diri. Berdasarkan sumber model dan performansi yang mendapat penguatan, proses kognitif menyusun ukuran-ukuran atau norma yang sifatnya sangat pribadi, karena ukuran itu tidak selalu sinkron dengan kenyataan. Standar pribadi ini jumlahnya terbatas. Sebagian besar aktivitas harus dinilai dengan membandingkannya dengan ukuran eksternal, bisa berupa norma standar perbandingan sosial, perbandingan dengan orang lain, atau perbandingan kolektif. Orang juga

menilai suatu aktivitas berdasarkan arti penting dari aktivitas itu bagi dirinya.

3) *Self reaction*

Self reaction merupakan tahap yang mencakup proses individu dalam menyesuaikan diri dan rencana untuk mencapai tujuan atau standar yang telah dibuat dan ditetapkan. Hal ini dilakukan berdasarkan pengamatan dan judgement, orang mengevaluasi diri sendiri positif atau negatif, dan kemudian menghadahi atau menghukum diri sendiri. Bisa terjadi tidak muncul reaksi afektif, karena fungsi kognitif membuat keseimbangan yang mempengaruhi evaluasi positif atau negatif menjadi kurang bermakna secara individual

4) Lingkungan

Menurut Zimmerman dan Pons teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia.²⁶ Lingkungan dalam hal ini mencakup:

a) Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga adalah tempat yang utama dan pertama seorang anak mendapatkan pendidikan sebelum mengenal pendidikan dari yang lainnya, bahkan pendidikan

²⁶ Ghufron, *Teori-Teori Psikologi.*, 63.

lingkungan keluarga diambil dari sejak dalam kandungan. Nana Syaodih menyebutkan bahwa lingkungan keluarga mencakup keadaan rumah dan ruangan tempat belajar, sarana dan prasarana belajar yang ada, suasana dalam rumah, dan suasana lingkungan di sekitar rumah, keutuhan keluarga, iklim psikologis, iklim belajar, dan hubungan antar anggota keluarga.²⁷

b) Lingkungan Sekolah

Menurut Imam Supardi lingkungan sekolah merupakan jumlah semua benda hidup dan mati serta seluruh kondisi yang ada didalam lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program pendidikan dan membantu siswa mengembangkan potensinya.²⁸

Suasana lingkungan sekolah yang bagus sangat mendukung tumbuh kembang kepribadian yang bagus bagi siswa dan suasana belajar yang nyaman yang membentuk kedisiplinan belajar dan kedisiplinan sekolah. Menurut Nana Syaodih lingkungan sekolah meliputi:²⁹

(1) Lingkungan Fisik Sekolah, meliputi suasana, sarana dan prasarana belajar, sumber-sumber belajar dan sarana media belajar.

²⁷ Sukmadinata, *Landasan Psikologi.*, 162.

²⁸ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2001), 54.

²⁹ Sukmadinata, *Landasan Psikologi.*, 164.

(2) Lingkungan Sosial, menyangkut hubungan siswa dengan temantemannya, guru-gurunya dan staf sekolah yang lain.

(3) Lingkungan Akademis yaitu suasana sekolah dan pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dan berbagai kegiatan ekstrakurikuler.

c) Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat adalah lingkungan dimana anggota masyarakat tinggal di lingkungan sekitar. Lingkungan masyarakat yang warganya memiliki latar belakang pendidikan yang cukup, terdapat lembaga-lembaga pendidikan dan sumber-sumber belajar di dalamnya akan memberikan pengaruh positif terhadap semangat dan perkembangan belajar siswa.³⁰

4. Fase-Fase *Self regulated learning*

Pada *self regulated learning* terdapat fase atau proses yang terdapat didalamnya, yakni sebagai berikut.³¹

a. *Goal setting* yakni penentuan tujuan, siswa yang mengatur diri tahu apa yang ingin dicapai ketika membaca atau belajar. Siswa mengaitkan tujuan-tujuan dalam mengerjakan sesuatu dengan tujuan dan cita-cita jangka panjangnya.

³⁰ Sukmadinata, *Landasan Psikologi.*, 165.

³¹ Ormrod, *Psikologi Pendidikan.*, 39.

- b. *Planning* atau perencanaan, yaitu siswa yang mengatur diri sebelumnya sudah menentukan bagaimana baiknya menggunakan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk tugas-tugas belajarnya.
- c. *Self-motivation* yakni motivasi diri dimana siswa mengatur diri biasanya memiliki motivasi dari diri sendiri yang tinggi sehingga dengan kemampuannya ia akan menyelesaikan tugas-tugasnya dengan sukses.
- d. *Attention control* atau kontrol atensi yang mana siswa mengatur diri berusaha memfokuskan perhatian pada pelajaran yang sedang berlangsung dan mengosongkan pikiran dari hal-hal lain yang mengganggu.
- e. *Flexible use of learning strategies* yang artinya penggunaan strategi belajar yang fleksibel, yakni dimana siswa mengatur diri dengan memiliki berbagai strategi belajar yang berbeda tergantung tujuan-tujuan spesifik yang ingin dicapai.
- f. *Self monitoring* atau monitor diri yakni mengatur diri dengan cara memonitori kemajuan dirinya dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- g. *Appropriate help seeking* ialah mencari bantuan yang tepat, yang artinya tidak selalu siswa memaksakan dirinya agar tahu tentang segalanya. Akan tetapi siswa juga membutuhkan orang lain untuk membantunya ketika mereka dalam kesusahan.

- h. *Self evaluation* (evaluasi diri), siswa yang mampu mengatur diri akan selalu melakukan evaluasi diri terhadap apa yang telah dilakukannya. Apakah yang dipelajari telah memenuhi tujuan awal atau belum, apakah penggunaan berbagai strategi dalam belajar sudah sesuai atau belum, dan lain-lain.

5. *Self Regulated Learning* Dalam Prespektif Islam

Islam memberikan perhatian terhadap unsur-unsur proses pendidikan yang tercermin dalam pendidik, siswa, metodologi pendidikan, pembelajaran, unsur-unsur materi pendukung pada proses pendidikan tersebut. Untuk kemudian menentukan beberapa acuan dasar bagi hal tersebut dan menyerahkan prosedur dan strategi keseharian kepada ijtihad masing-masing sesuai dengan tuntutan zaman dan tempat.³² Dalam merancang jalan kesuksesan dalam bidang pendidikan tentunya memerlukan perencanaan yang matang untuk meraihnya. Tidak hanya pendidik yang memerlukan strategi dalam pembelajaran, akan tetapi siswa juga butuh mengimbangnya dengan cara mengatur waktu dengan sebaik-baiknya agar tujuan dapat berjalan secara efektif dan efisien.

Dalam Islam diajarkan mengenai pentingnya mengatur segala aktivitas dengan cara dapat memanfaatkan dan mengatur waktu dengan baik, tidak menyia-nyiakannya untuk hal-hal yang tidak bermanfaat dan juga tidak menunda-nunda dalam melakukan sesuatu,

³² Lailatul Farichah, "Hubungan Antara Tingkat Self-Regulated Learning dengan Tingkat Prestasi Belajar Mata Pelajaran Khusus Siswa Kelas IX Unggulan MTs Mambaus Sholihin Gresik" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, 2012), 32.

seperti halnya belajar atau yang sudah banyak dibahas sebelumnya yakni *self regulated learning*. Dijelaskan dalam Q.S. Al-Ashr 1-3.³³

وَالْعَصْرِ (١) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (٢) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وَتَوَّاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّاصَوْا بِالصَّبْرِ (٣)

Artinya : “Demi masa (1) Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian (2) Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasehati untuk kesabaran.

Dalam surat ini Allah bersumpah dengan media waktu atau masa. Disini kita bisa menyimpulkan bahwa waktu begitu berharga, karena tidak mungkin Tuhan menggunakannya sebagai sarana sumpah jika tidak bernilai atau tidak penting. Dalam surat tersebut Allah mengingatkan kita akan waktu yang telah berlalu tidak akan pernah bisa dikembalikan lagi. Orang-orang banyak tidak sadar akan waktu yang terus berjalan, mereka terlena dibawa oleh waktu. Kini potret dirinya sekarang terukir oleh masa lalu yang tak akan pernah kembali. Bagi orang-orang yang menggunakan masa lalunya dengan baik dan digunakan untuk kebaikan tidak akan merasa rugi atas berjalannya waktu. Akan tetapi jika waktu disia-siakan begitu saja dengan melakukan kegiatan yang tidak bermanfaat, maka akan begitu terasa penyesalannya.

³³ Q.S. Al-Ashr (103): 1-3.

Oleh karena itu, seseorang sudah seharusnya dapat mengatur dirinya dengan baik agar tidak terjadi penyesalan dikemudian hari. Dalam hal ini jika dihubungkan dengan *self regulated learning*, salah satu yang harus dilakukan seorang anak adalah menentukan tujuan atau target dalam belajarnya, mengatur waktu belajarnya, karena ini akan mempersiapkan siswa untuk belajar secara produktif. Sehingga waktu yang dilewati dapat bermanfaat dan berjalan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai.

Manusia diperintahkan untuk selalu berusaha dengan cara berikhtiyar dan berdoa, begitu juga bagi para siswa diharuskan untuk dapat mengontrol, mengatur waktu dan aktivitasnya sesuai dengan kemampuannya dan tujuan hidupnya, dalam konteks ini adalah *self regulated learning*. Untuk semua hasilnya diserahkan kepada Allah, sehingga apapun hasilnya siswa akan dapat menerima dengan ikhlas dan tawakal. Dijelaskan dalam firman Allah Q.S. Ar-Ra'd ayat 11 sebagai berikut:³⁴

إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوهُمَا بِمَا كَانُوا فِيهَا يَسْتَفْتِحُونَ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِن وَّالٍ .

Artinya : “Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka

³⁴ Q.S. Ar-Ra'du (13): 11.

tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

Sesuai dengan firman Allah diatas yang menjelaskan bahwa Allah tidak akan merubah Keadaan suatu kaum kecuali mereka sendiri yang berkehendak untuk merubahnya. Dalam hal ini jika dihubungkan dengan *self regulated learning*, maka tujuan atau cita-cita akan tercapai ketika seseorang berusaha untuk mencapainya yakni dengan cara mengatur dirinya dalam belajar sebaik mungkin demi mencapai tujuan yang di inginkan.

Sebagaimana ditegaskan juga dalam hadis Rasulullah SAW yang berbunyi:

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ

Artinya: “Barangsiapa yang mengenal dirinya maka ia mengenal Rabbnya.”

Hadis diatas menjelaskan bahwa jika seorang mengenal dirinya maka ia akan mengenal Tuhannya. Dalam konteks ini seorang siswa harus berusaha dalam meningkatkan *self regulated learning* nya untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan. Dengan kata lain siswa harus pandai mengontrol diri mereka untuk mendukung usahanya dalam meraih hasil belajar yang maksimal.

B. Unit Kegiatan Belajar Mandiri (UKBM)

1. Pengertian UKBM

Unit Kegiatan Belajar Mandiri atau UKBM merupakan satuan pelajaran kecil yang disusun secara berurutan dari yang mudah sampai yang sukar. Satuan pelajaran tersebut merupakan pelabelan penguasaan belajar siswa terhadap pengetahuan dan keterampilan yang disusun menjadi unit-unit kegiatan belajar berdasarkan pemetaan Kompetensi Dasar. UKBM juga merupakan komponen kurikulum yang dirakit menjadi alat belajar siswa.³⁵

Isi UKBM mengutamakan pemberian stimulus belajar yang memungkinkan tumbuhnya kemandirian dan pengalaman siswa untuk terlibat secara aktif dalam penguasaan kompetensi secara utuh melalui pembelajaran yang berpusat pada siswa (*student active*) yang mendorong kemampuan berpikir tingkat tinggi (*Higher Order Thinking Skills/HOTS*), kecakapan hidup Abad 21 seperti berpikir kritis, bertindak kreatif, bekerja sama, dan berkomunikasi, serta pembudayaan literasi, dan PPK.

Adanya UKBM diharapkan dapat memfasilitasi peserta didik dalam mengembangkan potensinya berdasarkan kemampuan dan minat bakatnya sesuai dengan fungsi pendidikan yaitu dimana pendidikan merupakan proses sistematis untuk meningkatkan martabat

³⁵ Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Atas, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Dan Menengah, *Panduan Pengembangan Unit Kegiatan Belajar Mandiri (UKBM)* (Jakarta, 2017), 3.

manusia serasa holistik yang memungkinkan potensi diri (afektif, kognitif dan psikomotor) berkembang secara optimal.

2. Komponen Pengembangan UKBM

Komponen pengembangan UKBM yakni meliputi berikut ini:³⁶

- a. Buku Teks Pelajaran (BTP) sebagai sumber belajar utama yang dapat diperkaya dengan sumber-sumber yang lebih aktual dan relevan lainnya.
- b. Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD).
- c. Tugas dan pengalaman belajar sesuai dengan kompetensi yang akan dicapai.
- d. Alat evaluasi diri.

3. Prinsip UKBM

Prinsip-prinsip dalam UKBM ialah sebagai berikut:³⁷

- a. *Mastery learning* (pembelajaran tuntas).

UKBM harus mengutamakan prinsip ketuntasan belajar secara individual yang mempersyaratkan peserta didik menguasai secara tuntas seluruh KI dan KD mata pelajaran sesuai dengan tingkat kecepatan belajar siswa, yaitu pembelajar cepat, normal, maupun lambat.

- b. Proses belajar dan pembelajaran berlangsung secara interaktif

Yakni pembelajaran yang mengorganisasikan pengalaman belajar untuk membangun sikap, pengetahuan, dan keterampilan, serta

³⁶ Ibid., 3.

³⁷ Ibid., 4.

karakter melalui transformasi pengalaman belajar melalui pembelajaran tatap muka, terstruktur, dan mandiri.

c. Berbasis KD

Yang digunakan untuk memfasilitasi peserta didik secara bertahap berkelanjutan dalam mempelajari dan menguasai unit-unit pembelajaran dalam suatu mata pelajaran. Dengan demikian, setiap siswa dapat belajar untuk menguasai kompetensi sesuai dengan gaya dan kecepatan belajarnya.

d. Dirancang untuk dapat digunakan dalam beberapa model pembelajaran.

Ada beberapa model pembelajaran yang digunakan dalam UKBM yakni pembelajaran klasikal, pembelajaran kelompok, pembelajaran individual dan/atau pembelajaran dalam jaringan (*daring/online*) atau luar jaringan (*luring/offline*) sesuai dengan kebutuhan belajar peserta didik yang bervariasi.

e. Memuat tujuan pembelajaran untuk mencapai KD.

Untuk mencapai KD yang menjadi sarannya, maka didalam UKBM memuat tujuan pembelajaran guna untuk mencapai KD tersebut.

f. Mampu mengevaluasi ketercapaian KD.

UKBM dikembangkan berbasis KD oleh karena itu UKBM harus merepresentasikan pencapaian KD.

g. Setiap UKBM diakhiri dengan adanya penilaian formatif

Penilaian formatif ini digunakan untuk mengukur kemampuan siswa sehingga dapat digunakan sebagai tanda berlanjutnya ke UKBM berikutnya.

h. Bersifat Komunikatif

UKBM harus bersifat komunikatif sehingga peserta didik dapat berinteraksi dengan UKBM baik secara individu maupun kelompok.

i. Berbasis kegiatan

Pengembangan UKBM pada prinsipnya memberikan layanan utuh pembelajaran kepada peserta didik secara individu dan dapat dipelajari secara mandiri.

j. Bersifat hangat, cerdas, dan ramah.

Hangat karena UKBM harus menarik minat peserta didik untuk belajar, membangun rasa penasaran, dan terbuka. Cerdas karena UKBM harus mencerdaskan peserta didik, fokus pembelajarannya jelas, aktivitasnya jelas dan tujuan belajarnya jelas. Ramah karena UKBM bahasanya harus mudah dipahami, selalu menyisakan pertanyaan untuk ditindaklanjuti peserta didik.

4. Karakteristik UKBM

UKBM memiliki karakteristik sebagai berikut:³⁸

a. Berbasis KD.

³⁸ Ibid., 3.

Kompetensi menurut Hall dan Jones sebagaimana telah dikutip oleh Muchlis adalah pernyataan yang menggambarkan penampilan suatu kemampuan tertentu secara bulat yang merupakan perpaduan antara pengetahuan dan kemampuan yang dapat diamati dan diukur.³⁹

Kompetensi Dasar adalah pengetahuan, keterampilan dan sikap minimal yang harus dicapai oleh siswa untuk menunjukkan bahwa siswa telah menguasai standar kompetensi yang telah ditetapkan, oleh karena itu maka kompetensi dasar merupakan penjabaran dari standar kompetensi.⁴⁰

Konsep pembelajaran berbasis kompetensi harus dipaparkan secara jelas kompetensi dasar yang harus dimiliki atau dikuasai oleh peserta didik setelah mengikuti kegiatan pembelajaran. Ketika kompetensi dasar dijadikan sebagai tolak ukur, maka dalam kegiatan pembelajaran peserta didik akan lebih terarah dalam mempelajari materi. Peserta didik akan terhindar dari mempelajari materi yang tidak perlu dipelajari oleh peserta didik yang tidak menunjang tercapainya penguasaan kompetensi dasar.

b. Kelanjutan/pengembangan terhadap penguasaan BTP.

Buku Teks Pelajaran atau BTP merupakan sumber belajar bagi peserta didik dalam belajar. Selain itu, BTP juga merupakan

³⁹ Mansur Muslich, *Pendidikan Karakter Menjawab Tantangan Menjawab Kritis Multidimensional* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), 15.

⁴⁰ Ella Yulaewati, *Kurikulum Dan Pembelajaran Filosofi Teori Dan Aplikasi* (Bandung: Pakar Raya Pustaka, 2004), 19.

komponen dari UKBM. Dimana dalam pembuatan UKBM harus mengacu pada BTP, jadi kegiatan belajar di dalam UKBM harus sesuai dengan yang ada di dalam BTP.

- c. Dapat mengukur ketuntasan/pencapaian kompetensi setiap mata pelajaran.

Ketuntasan/pencapaian kompetensi setiap mata pelajaran berpacu pada KKM yakni Kriteria Ketuntasan Minimal yang telah ditetapkan oleh masing-masing satuan pendidikan. KKM berfungsi sebagai acuan pendidik untuk menilai kompetensi dari masing-masing peserta didik sesuai dengan kompetensi dasar (KD). Jadi, UKBM harus dapat mengukur ketuntasan/pencapaian kompetensi setiap mata pelajaran.

- d. Bentuk kegiatan pembelajarannya berpusat pada siswa (*student active*) dengan menggunakan berbagai model dan/atau metode pembelajaran dengan pendekatan saintifik (berbasis proses keilmuan) maupun pendekatan lain yang relevan.

Peran peserta didik dalam konteks belajar aktif menjadi sangat penting pada kurikulum 2013 ini. Dimana kegiatan pembelajarannya berpusat pada siswa atau *student center* dan pendidik hanya berperan sebagai fasilitator yang tugasnya adalah membantu memudahkan siswa dalam kegiatan pembelajarannya. Dalam proses belajar mengajar peserta didik dilatih untuk mencari, mempertanyakan sesuatu, menyelidiki jawaban atas suatu

pertanyaan, mengelola dan menyampaikan hasil perolehannya secara komunikatif. Sehingga di dalam UKBM kegiatan belajarnya harus bersifat *student center* atau berpusat pada siswa.

- e. Memanfaatkan teknologi pembelajaran sesuai dengan konsep dan prinsip *Techno Pedagogical Content Knowledge (TPACK)*.

Sesuai dengan perkembangan zaman, maka pembelajaran juga harus mengikuti zaman. Yakni dengan memanfaatkan teknologi pembelajaran yang sesuai.

- f. Kegiatan pembelajarannya yang mendidik dan dialogis yang bermuara pada berkembangnya kecakapan hidup abad 21.

Kegiatan pembelajarannya yang mendidik dan dialogis yang bermuara pada berkembangnya kecakapan hidup abad 21 atau dikenal dengan 4C (*critical thinking, creativity, collaboration, communication*) atau berpikir kritis, bertindak kreatif, bekerjasama, dan berkomunikasi, tumbuhnya *Higher Order Thinking Skills (HOTS)* atau Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi (KeBiTT), serta berkarakter. Pengembangan *Higher Order Thinking Skills (HOTS)* atau Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi (KeBiTT) tersebut tidak boleh dilepaskan dari pengembangan *Lower Order Thinking Skills (LOTS)* atau Keterampilan Berpikir Tingkat Rendah (KeBiTR). Untuk itu, seluruh proses berpikir harus dikembangkan dalam satu kesatuan proses psikologis-pedagogis secara utuh.

- g. Bersifat terapan pada tingkat berpikir analisis (C4), evaluasi (C5), dan kreasi (C6).

Taksonomi Bloom yang dikembangkan pada tahun 1956 oleh Benjamin S. Bloom menjadi acuan dalam hal ini. Taksonomi merupakan suatu tipe sistem klasifikasi yang berdasarkan data penelitian ilmiah mengenai hal-hal yang digolong-golongkan dalam sistematika itu. Taksonomi Bloom diklasifikasikan menjadi 3 domain yaitu kognitif, afektif dan psikomotorik. Dalam UKBM mengacu pada domain kognitif yang terdapat 3 tingkatan berpikir yaitu:

1) Analisis (C4)

Pada tingkat analisis seseorang mampu memecahkan informasi yang kompleks menjadi bagian-bagian kecil dan mengaitkan informasi dengan informasi lain.⁴¹

2) Evaluasi (C6)

Evaluasi yakni kemampuan untuk memberikan penilaian terhadap suatu materi pembelajaran, argumen yang berkenaan dengan sesuatu yang diketahui, dipahami, dilakukan dianalisis dan dihasilkan.⁴²

3) Kreativitas

⁴¹ Santrock, *Psikologi Pendidikan.*, 468.

⁴² Muhammad Yaumi, *Prinsip-Prinsip Desain Pembelajaran* (Jakarta: Kencana, 2013), 92.

Yakni kemampuan untuk melahirkan pola gerakan baru atas prakarsa atau inisiatif sendiri.⁴³

- h. Dapat mengembangkan siswa untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya sebagai pembelajar cepat, normal, dan lambat.
- i. Suasana dan proses kegiatan pembelajaran merupakan kondisi yang menentukan keberhasilan UKBM, untuk itu pembelajarannya harus dirancang secara menarik, dinamis, merangsang, menginspirasi, sekaligus meyakinkan siswa bahwa kompetensi yang sedang dipelajari dapat dikuasai dengan mudah, sederhana dan bermakna untuk kehidupannya.
- j. Penampilan UKB menarik minat siswa, karena di dalam UKBM tidak hanya terdapat materi yang berupa tulisan saja akan tetapi UKBM dibuat lebih menarik dengan berbagai inovasi yang berupa gambar-gambar, peta konsep, tidak hanya berwarna hitam, dll.

5. Kelebihan dan Kekurangan UKBM

UKBM dalam sistem SKS tentunya memiliki kelebihan dan kekurangan dalam penggunaannya, berikut kelebihan dan kekurangan UKBM:⁴⁴

- a. Kelebihan UKBM

⁴³ W. S Winkel, *Psikologi Pengajaran* (Jakarta: Gramedia, 1987), 154.

⁴⁴ Untari Lisyia Kurniawati, "Efektivitas Pelaksanaan UKBM (Unit Kegiatan Belajar Mandiri) Pada Pembelajaran Matematika Di Kabupaten Sidoarjo" (Skripsi, UIN Sunan Ampel, Surabaya, 2019), 26-27.

Kelebihan yang diperoleh dari pembelajaran yang menggunakan UKBM adalah sebagai berikut:

1) Bagi Guru

- a) Guru sebagai fasilitator
- b) Guru tidak banyak menjelaskan karena siswa dianjurkan untuk mengerjakan UKBM
- c) Guru bertugas mengawasi dan mengkondisikan kelas
- d) Kelas lebih nyaman dan kondusif karena siswa belajar secara mandiri.

2) Bagi Siswa

- a) Siswa menjadi lebih mandiri
- b) Tidak ada celah antar siswa karena pembelajaran dilakukan secara mandiri tanpa memilih kelompok
- c) Siswa terdorong untuk menemukan konsep dan menyelesaikan masalah sendiri
- d) Siswa dapat lulus dengan cepat.

b. Kekurangan UKBM

Selain memiliki kelebihan, UKBM juga memiliki kekurangan, diantaranya ialah:

- 1) Tidak semua guru mengerti dan memahami UKBM, sehingga perlu diadakan sosialisasi lebih lanjut terkait UKBM
- 2) Guru kesulitan untuk menyiapkan UKBM
- 3) Guru harus menyiapkan UKBM 6 semester sekaligus

- 4) Guru harus berlatih mempelajari sistem baru
- 5) Masih banyak siswa yang mengalami kesulitan ketika dituntut untuk belajar mandiri
- 6) Siswa menjadi lebih individual.

C. Efektivitas Penggunaan UKBM Dalam Meningkatkan *Self Regulated Learning*

Efektivitas merupakan unsur pokok untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Dikatakan efektif apabila tujuan atau sasaran tercapai dengan yang telah ditentukan. Mahmudi menyatakan bahwa efektivitas merupakan hubungan antara output dengan tujuan, semakin besar kontribusi output terhadap pencapaian tujuan, maka semakin efektif program atau kegiatan tersebut.⁴⁵

Menurut Supriyono efektivitas merupakan hubungan antara keluaran suatu pusat tanggung jawab dengan sasaran yang mesti dicapai, semakin besar kontribusi daripada keluaran yang dihasilkan terhadap nilai pencapaian sasaran tersebut, maka dapat dikatakan efektif pula unit tersebut.⁴⁶

Dapat disimpulkan bahwa efektivitas merupakan suatu ukuran yang menyatakan seberapa jauh target yang telah dicapai, tujuan yang telah ditentukan telah tercapai sebagaimana mestinya.

Selama ini mayoritas sekolah di Indonesia hanya menyelenggarakan program akademik melalui pendekatan program paket

⁴⁵ Mahmudi, *Manajemen Kinerja Sektor Publik* (Yogyakarta: Unit Penerbit dan Percetakan Sekolah Tinggi Ilmu Manajemen YKPN, 2015), 86.

⁴⁶ Supriyono, *Sistem Pengendalian Manajemen* (Semarang: Universitas Diponegoro, 2000), 29.

semester, dengan program seperti ini seolah-olah peserta didik mempunyai kapasitas kemampuan yang sama dalam akademiknya dengan peserta didik lainnya. Sehingga peserta didik yang memiliki potensi lebih tidak dapat mempercepat penyelesaian studinya. Penyelenggaraan Sistem Kredit Semester (SKS) pada jenjang pendidikan dasar dan menengah di Indonesia saat ini merupakan suatu upaya inovatif untuk meningkatkan mutu pendidikan. Melalui inovasi pendidikan dengan SKS untuk jenjang menengah, bertujuan untuk mengakomodir berbagai perbedaan individual siswa, sehingga siswa secara individu yang mempunyai kelebihan dalam bidang akademik bisa mempercepat masa studi di sekolahnya.

Usaha pemerintah dalam mengakomodir berbagai perbedaan individual siswa tertera dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, khususnya Pasal 12 Ayat (1) pada poin b dan f yang menyatakan bahwa setiap peserta didik pada setiap satuan pendidikan berhak mendapatkan pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat dan kemampuannya; dan menyelesaikan program pendidikan sesuai dengan kecepatan belajar masing-masing dan tidak menyimpang dari ketentuan batas waktu yang ditentukan.⁴⁷

Dari pasal tersebut menerangkan bahwa setiap peserta didik berhak untuk menyelesaikan beban studinya sesuai dengan kecepatannya masing-masing. Maka dengan adanya SKS tidak menyimpang dari peraturan pendidikan yang telah diselenggarakan. Penyelenggaraan sistem paket

⁴⁷ “Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.”

dengan sistem SKS memang sangat berbeda, hal ini dinyatakan pada BSNP tentang penyelenggaraan sistem SKS pada sekolah menengah yang berbeda dengan Sistem Paket. Beban belajar dengan SKS memberi kemungkinan untuk menggunakan cara yang lebih variatif dan fleksibel sesuai dengan kemampuan, bakat, dan minat peserta didik. Oleh karena itu, penerapan SKS diharapkan bisa mengakomodasi kemajemukan potensi peserta didik. Melalui SKS, peserta didik juga dimungkinkan untuk menyelesaikan program pendidikannya lebih cepat dari periode belajar yang ditentukan dalam setiap satuan pendidikan.⁴⁸

Dapat dilihat bahwa terdapat hubungan antara penerapan sistem SKS dengan *self regulated learning* siswa, hal tersebut dapat terlihat pada prinsip penyelenggaraan SKS di sekolah menengah dari BNSP yaitu peserta didik menentukan sendiri beban belajar dan mata pelajaran yang diikuti pada setiap semester sesuai dengan kemampuan, bakat, dan minatnya; peserta didik yang berkemampuan dan berkemauan tinggi dapat mempersingkat waktu penyelesaian studinya dari periode belajar yang ditentukan dengan tetap memperhatikan ketuntasan belajar, peserta didik didorong untuk memberdayakan dirinya sendiri dalam belajar secara mandiri, peserta didik dapat menentukan dan mengatur strategi belajar dengan lebih fleksibel, peserta didik memiliki kesempatan untuk memilih program studi dan mata pelajaran sesuai dengan potensinya.

⁴⁸ Anis Zaqiyatun Nisak dan Suharningsih, "Pengaruh Penerapan Sistem Kredit Semester (SKS) Terhadap Manajemen Diri Siswa Di SMPN 1 Sedati Sidoarjo", *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 03 (2016), 1424.

Prinsip penyelenggaraan SKS dari BSNP tersebut mempunyai hubungan yang sangat erat terhadap *self regulated learning*, dimana peserta didik dituntut untuk mengatur dirinya sendiri dalam hal menggali pengetahuannya dimana masing-masing individu berperan sebagai pengendali kegiatan belajarnya untuk mencapai tujuan. Dengan program SKS, maka *self regulated learning* peserta didik terlihat pada saat mereka mengerjakan UKBM. Karena ketika UKBM terselesaikan dengan cepat, maka akan menunjang percepatan kelulusan mereka.

UKBM merupakan satuan pelajaran kecil yang disusun secara berurutan dari yang mudah sampai yang sukar. Isi UKBM mengutamakan pemberian stimulus belajar yang memungkinkan tumbuhnya kemandirian dan pengalaman siswa untuk terlibat secara aktif dalam penguasaan kompetensi secara utuh melalui pembelajaran yang berpusat pada siswa yang mendorong kemampuan berpikir tingkat tinggi. Dengan demikian, kemampuan untuk mengatur diri siswa dalam belajar diperlukan untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Sehingga diperlukan *self regulated learning* yang baik.

Selain itu, peserta didik yang memiliki *self regulated learning* akan mengenal dirinya sendiri dengan baik. Mereka akan berusaha belajar dengan sebaik-baiknya, mereka juga mengetahui gaya pembelajaran yang disukainya, apa yang mudah dan sulit bagi dirinya, bagaimana cara mengatasi bagian-bagian yang sulit, mengetahui apa minat bakatnya, serta selalu mengerti bagaimana cara memanfaatkannya. Kemudian

mereka juga tahu materi yang sedang dipelajarinya dan seringkali mengalami kesulitan.⁴⁹

Seorang *self regulated learner* mengambil tanggung jawab terhadap kegiatan belajar mereka. Mereka mengambil alih otonomi untuk mengatur dirinya. Mereka juga mendefinisikan tujuan dan masalah-masalah yang mungkin akan dihadapinya dalam mencapai tujuan-tujuannya, mengembangkan standar tingkat kesempurnaan dalam pencapaian tujuan, dan mengevaluasi cara paling baik untuk mencapai tujuannya. Peserta didik yang mampu melaksanakan *self regulated learning* juga mampu untuk membentuk dan mengelola perubahan.

Kemudian Montalvo mengemukakan ciri-ciri perilaku peserta didik yang memiliki keterampilan *self regulated learning* ialah mereka yang mengerti bagaimana menggunakan strategi kognitifnya, mengetahui bagaimana cara untuk mencapai tujuan, menunjukkan keyakinan motivasional dan emosi yang adaptif seperti antusias terhadap tugas tinggi, mampu merencanakan, mengontrol waktu, dan memiliki usaha penyelesaian tugas dan tahu bagaimana menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, serta dmampu melakukan strategi disiplin.⁵⁰

Penerapan UKBM dalam sistem SKS mengharuskan siswa untuk mengerjakan UKBM tersebut secara tuntas, sebab UKBM merupakan tolak ukur siswa untuk bisa melangkah pada semester selanjutnya. Maka

⁴⁹ Eva Latipah, "Strategi Self Regulated Learning Dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis", *Jurnal Psikologi*, 01 (Juni, 2010), 113.

⁵⁰ F. T. Montalvo dan M. Torres, "Self Regulated Learning: Current and Future Directions", *Journal Educational Psychology*, 2 (1) (2004), 3-4.

dari itu semakin efektif penggunaan UKBM, semakin tinggi pula *self regulated learning* siswa. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan UKBM dalam sistem SKS secara tidak langsung dapat meningkatkan *self regulated learning* siswa.