HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 SEPUTIH RAMAN LAMPUNG TENGAH TAHUN AJARAN 2016/2017

(SKRIPSI)

Oleh

RISA RAHAYU

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 SEPUTIH RAMAN LAMPUNG TENGAH TAHUN AJARAN 2016/2017

Oleh

RISA RAHAYU

Masalah penelitian ini adalah rendahnya prestasi belajar siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan anatara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa kelas X SMA Negeri I Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017. Metode penelitian adalah korelasi *product moment* dan Parsial. Populasi penelitian ini sebanyak 162 siswa dan sampel berjumlah 64 siswa yang ditentukan dengan teknik *simple random sampling.* Teknik pengumpulan data menggunakan skala regulasi diri dan dokumentasi prestasi belajar yaitu nilai raport. Hasil korelasi *product moment* menunjukkan terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar yang ditunjukkan dengan nilai korelasi r_{hitung} 0,843 > r_{tabel} 0,2423 pada taraf signifikan 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima. Hasil korelasi parsial menunjukkan hubungan antara regulasi diri yang memiliki motivasi belajar dengan prestasi belajar dengan nilai r_{hitung} 0,613 > r_{tabel} 0,2480 pada taraf signifikan 0,05. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prestasi belajar, artinya adalah dengan adanya regulasi diri siswa yang baik, siswa akan memiliki prestasi belajar yang baik pula pada siswa SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017

Kata kunci: regulasi diri, prestasi belajar siswa

HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 SEPUTIH RAMAN LAMPUNG TENGAH TAHUN AJARAN 2016/2017

Oleh

Risa Rahayu

Skripsi
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017

Judul Skripsi	:	**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 SEPUTIH RAMAN LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN 2016/2017**
Nama Mahasiswa	:	***RISA RAHAYU***
Nomor Pokok Mahasiswa	:	1313052047
Program Studi	:	Bimbingan dan Konseling
Jurusan	:	Ilmu Pendidikan
Fakultas	:	Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Drs. Yusmansyah, M.Si.	Diah Utaminingsih, S.Psi,M.Psi,Psi.
NIP. 19600112 198503 1 004	NIP. 19790714 200312 2 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswanti Rini, M.Si.
NIP. 19600328 198603 2 002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Yusmansyah, M.Si .....

Sekretaris : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A.,Psi .....

Penguji
Bukan Pembimbing : Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi .....

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum.
NIP 19600315 198503 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **3 Novermber 2017**

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Risa Rahayu
Nomor Pokok Mahasiswa	: 1313052047
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Jurusan	: Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul " HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN PRESTASI BELAJAR PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 SEPUTIH RAMAN LAMPUNG TENGAH TAHUN PELAJARAN 2016/2017" adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan APRIL 2017. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 3 November 2017
Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL
ADD45AEF787010661
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Risa Rahayu
NPM 1313052047

RIWAYAT HIDUP

Penulis, Risa Rahayu, lahir tanggal 23 Januari 1995 di Desa Warasakti, Kecamatan Gedung Surian, Kabupaten Lampung Barat, Lampung, anak tunggal dari Bapak Ending dan Ibu Cicih.

Penulis menempuh pendidikan formal: SD Negeri 1 Ciptawaras lulus tahun 2006; SMP Negeri 1 Gedung Surian, Lampung barat lulus tahun 2009; kemudian melanjutkan ke SMA Negeri 15 Bandar Lampung lulus tahun 2013.

Pada tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Selanjutnya, pada tahun 2016 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMP Negeri 1 Punggur, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Pekon Tanggulangin, Kecamatan Punggur, Kabupaten Lampung Tengah, Lampung.

MOTTO

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan lain)"
(QS. Al Insyiroh 5-7)

"Sabar bukanlah sikap yang pasif, sabar adalah berusaha dengan penuh kesungguhan dan segala upaya mengharap ridho Allah semata, apabila kegagalan yang datang, bukanlah Allah tempat segala kesalahan dilemparkan tapi segala koreksi diri dan mencari jalan lain dengan tetap di jalan Ilahi" (Ali Bin Abi Thalib)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini, kupersembahkan karya kecilku ini kepada :

Bapak dan Ibu yang selalu menyertaiku dalam do'anya.
Terimakasih atas kasih sayang dan cintanya yang telah banyak memberikan dukungan, semangat dan pengorbanan yang luar biasa untuk keberhasilan putrinya.

SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirrabbil'aalamin, segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan rintangan serta kesulitan yang dihadapi, namun berkat bantuan, dukungan dan motivasi serta bimbingan yang tidak ternilai dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017" ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yang telah memberikan ijin bagi penulis untuk mengadakan penelitian.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku ketua Program Studi Bimbingan

dan Konseling FKIP Universitas Lampung dan selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan masukan, membimbing dan mengarahkan dalam terselesaikannya skripsi.

4. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., selaku Penguji yang telah memberikan masukan, membimbing dan mengarahkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Diah Utaminingsih S.Psi., M.A., Psi. selaku pembimbing Kedua sekaligus pembimbing akademik yang telah memberikan masukan, membimbing dan mengarahkan dalam terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA terimakasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah diberikan selama perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu staf dan karyawan FKIP Unila, terimakasih atas bantuannya selama ini dalam menyelesaikan segala keperluan administrasi.
8. Ibu Yuliana Puspita Sari, S.Pd selaku guru bimbingan dan konseling dan seluruh dewan guru serta staf tata usaha SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah yang telah membantu penulis dalam mengadakan penelitian ini..
9. Bapak dan Mamah tercinta yang selalu memberikan dukungan, pengorbanan dan doa yang tiada terhenti untuk penulis. Orang tua yang selalu memberikan yang terbaik untuk keberhasilan anaknya.
10. Kakak-kakak dan adik tercinta Heli Puspita, Joko Mulyadi. Terima kasih untuk kesabarannya selama ini dalam menghadapi segala tingkah laku. Terima kasih atas segala doa, nafkah, dukungan, motivasi, dan semangat.

11. Jeguk (Catur, Fitri, Lisa, Sindi, Yayu) inda dan Delsen Mndela terimakasih untuk kebersamaannya, bantuannya, dan canda tawa kalian selama ini.
12. Teman-teman seperjuangan BK 2013, Alya yang telah menemani penelitian, Bella, Ay, Ade, Restu, Riska Nur, Sul, Anton, dan Ferry, Biner,Rian, Agusdin, Emma, Nisfhi, Yulia, Wulan, Icha, Sri, Khairum, Renny, Dedes, Ines, Risni, Bude Eka, Riska, Tita, Anggi, Mala, Puspita, Alien, Lia, Akmal, Dandy, Dani, Ella, Maya, Fitri F, Rina, Sintia, Hestina, Restu Novi, Pasisa, Siska, Syari, Tisna, Yeni, Yulisa, Adenin dan kakak tingkat serta adik tingkat Bimbingan dan Konseling yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas masukan, saran, motivasi, serta semangatnya, terimakasih untuk dukungannya
13. Sahabat-sahabat seperjuangan di Pekon Tanggulangin Dayu, Anggun, Weni, Eka, Tyas, Irul, Burhan dan Didik terima kasih atas canda tawa kalian, kebersamaan yang membuat KKN dan PLBK begitu menyenangkan.
14. Siswa-siswi SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung yang telah bersedia untuk melakukan kegiatan .
15. Almamater tercinta
16. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih.

Hanya harapan dan doa semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang telah berjasa dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya kepada Allah SWT jualah penulis serahkan segalanya dalam mengharapkan keridhaan, semoga skripsi ini bermanfaat bagi masyarakat umumnya dan bagi penulis khususnya. Aamiin.

Bandar Lampung, 3 November 2017

Penulis

Risa Rahayu

DAFTAR ISI

Halaman

I. PENDAHULUAN
A. Latar Belakang dan Masalah 1
1. Latar Belakang 1
2. Identifikasi Masalah 6
3. Pembatasan Masalah 6
4. Rumusan Masalah 7
B. Tujuan dan Manfaat Masalah 7
1. Tujuan Penelitian 7
2. Manfaat Penelitian 7
C. Ruang Lingkup Penelitian 8
D. Kerangka Pikir 9
E. Hipotesis 11
II. TINJAUAN PUSTAKA 12
A. Pengertian Regulasi Diri dalam Bidang Belajar 12
1. Bimbingan Belajar 12
2. Pengertian Regulasi Diri 13
3. Perkembangan Regulasi Diri 15
4. Faktor – faktor yang Mempengaruh Regulasi Diri 19
5. Aspek – aspek Regulasi Diri 23
6. Karakteristik Regulasi diri 24
B. Prestasi Belajar 26
1. Pengertian Belajar 26
2. Pengertian Prestasi Belajar 28
3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar 30
4. Aspek – aspek Prestasi Belajar 38
C. Hubungan Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar 38

III. METODOLOGI PENELITIAN 42
A. Tempat dan Waktu 42
B. Metode 42
C. Variable dan Definisi Operasional 43
D. Teknik Pengumpulan Data 44
1. Skala 44
2. Dokumentasi 49
E. Populasi dan Sampel 51
F. Uji Instrumen 51

1. Uji Validitas 52
2. Uji Reliabilitas 54
G. Teknik Analisis Data 55
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN 59
A. Prosedur Penelitian 59
1. Persiapan Penelitian 59
2. Pelaksanaan Penelitian 60
B. Analisis Hasil Penelitian 60
1. Uji Normalitas 60
2. Uji Linearitas 61
3. Uji Korelasi Parsial 62
4. Uji Hipotesis 63
C. Pembahasan 65
V. PENUTUP 70
A. Kesimpulan 70
B. Saran 70

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel

3.1 Kriteria Bobot Nilai Pada Skala Regulasi Diri …….. 46
3.2 *Blue Print* Skala Regulasi Diri …….…….. 48
3.3 Uji validitas isi *(judgment Expeert)*…….……... 53
4.1 Rangkuman Hasil Uji Normalitas …….……. 61
4.2 Rangkuman hasil Uji Linearitas……..... 61
4.3 Hasil Uji Korelasi Parsial…….……...……. 62
4.4 Hasil Uji Hipotesis …….……. 64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Skala Regulasi Diri 75
2. Laporan Hasil uji Ahli Instrumen 78
3. Perhitungan Uji Ahlu Aiken V 79
4. Laporan Hasil Uji Coba Instrumen 83
5. Hasil Skoring Skala Regulasi Diri 86
6. Nilai Rata-Rata Raport Siswa 88
7. Hasil Uji Normalitas 90
8. Hasil Uji Linearitas 91
9. Hasil Uji Korelasi *Product Moment Pearson* 92
10. Hasil Uji Korelasi Parsial 93
11. Daftar Tabel r 102
12. Dokumentasi 104

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Sekolah merupakan suatu lembaga pendidikan yang menjadi harapan untuk dapat di andalkan sebagai sarana pembentuk siswa Indonesia yang berkualitas dan profesional yang siap menghadapi tantangan-tantangan globalisasi di masa depan. Sekolah diharapkan mampu menghasilkan siswa yang memiliki prestasi yang baik.

Tujuan diselenggarakannya pendidikan sendiri adalah untuk mempersiapkan siswa menjadi seseorang yang memiliki kemampuan dalam berbagai bidang ilmu , sehingga para lulusan sekolah dapat menjadi sumber daya insani pembangunan yang berkualitas. Hal ini sangat penting mengingat siswa merupakan bagian dari generasi muda yang kelak menjadi tumpuan masyarakat, bangsa dan pembangunan masa datang. Oleh karena itu dalam menjalani pembelajalan siswa diharapkan untuk dapat memanfaatkan kesempatan dan kemampuannya secara optimal. Proses menempuh pendidikan di sekolah siswa dituntut untuk memiliki kemampuan mengatur diri dan perilakunya secara aktif dan mandiri dalam aktivitas belajarnya demi keberhasilan prestasi belajar. Siswa hendaknya

belajar dengan penuh semangat dan menggunakan kesempatan yang ada dengan sebaik- baiknya.

Dalam proses belajar baik tingkat dasar maupun tingkat lanjutan, regulasi diri merupakan suatu pendekatan yang penting. Menurut Djamrah & Syaiful (2008), penting bagi siswa untuk membangun keterampilan regulasi diri dalam proses belajar. Karena dengan memiliki kemampuan regulasi diri yang baik akan meningkatkan kemandirian siswa sehingga siswa dapat berusaha lebih mandiri tidak hanya mengikuti apa yang dikatakan oleh guru di sekolah.

Regulasi diri memandang belajar sebagai kegiatan yang dilakukan oleh siswa untuk diri mereka sendiri dengan cara aktif dalam mencari informasi mengenai pelajaran yang mereka dapat dan bukan sebagai akibat dari pengalaman pembelajaran (Zimmerman & Schunk, 2001). Teori metakognitif menjelaskan regulasi diri merupakan sebuah proses pembelajaran dalam hal memilih strategi yang tepat, menguji pemahaman dan pengetahuan seseorang, mengoreksi kekurangan seseorang, dan mengakui kegunaan strategi kognitif. Teori metakognitif mengkategorikan pendekatan regulasi diri menjadi pengetahuan deklaratif atau faktual dan pengetahuan prosedural. Kedua pendekatan tersebut merupakan langkah-langkah yang biasa digunakan dalam memecahkan suatu masalah (Bandura, 1997).

Schunk dan Zimmerman & Martinez-Pons, (2011) menyebutkan pembelajaran regulasi diri adalah proses pembelajaran yang berasal dari bagaimana siswa berfikir dan berperilaku untuk dapat mencapai tujuan

dari pembelajaran siswa. Dengan menggunakan strategi pembelajaran ini memungkinkan siswa untuk dapat mengendalikan tujuan belajar mereka sendiri dan mengembangkan strategi umum bagi diri mereka masing-masing untuk menentukan dan mencapai tujuan pribadi dan standar pribadi mereka.

Siswa yang memiliki regulasi diri dalam proses pembelajaran akademik maka siswa akan memperoleh pengetahuan dan mampu meningkatkan keterampilan kognitif mereka dengan menggunakan strategi metakognitif dalam menyelesaikan tugas yang diberikan kepada mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (2011) menyatakan bahwa regulasi diri merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya perbedaan prestasi belajar antar siswa. Regulasi diri dapat meningkatkan prestasi belajar siswa yang memiliki kemampuan yang beragam (Zimmerman & Schunk, 2001). Regulasi diri merupakan faktor internal yang penting dalam mengoptimalkan prestasi belajar siswa.

Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh dari kegiatan belajar, dengan demikian prestasi belajar dapat pula dikatakan sebagai tolak ukur berhasil atau tidaknya proses belajar. Bila prestasi belajar yang diperoleh siswa tinggi, maka diasumsikan bahwa kegiatan belajar yang telah dilaksanakan berhasil. Prestasi belajar siswa yang optimal selain sebagai tolak ukur berhasil atau tidaknya suatu proses belajar, prestasi yang optimal juga berperan dalam memberikan kepuasan status sosial, harga diri *(prestise)*, kepuasan ekonomi serta kepuasan-kepuasan yang lain, prestasi yang

optimal mencerminkan kualitas suatu bangsa (Djamrah & Syaiful B, 2008).

Seorang siswa yang memperoleh prestasi belajar yang tinggi diasumsikan memiliki kepercayaan diri yang tinggi, ia akan lebih mudah diterima dan diakui oleh lingkungannya sehingga dapat memberikan kepuasan sosial. Pada usia remaja prestasi yang baik dapat memberikan kepuasan pribadi dan ketenaran. Prestasi yang baik dapat menimbulkan harga diri dalam pandangan teman sebayanya (Hurlock, 2002). Prestasi yang tinggi dapat memberikan kepuasan ekonomi bagi siswa. Siswa yang memiliki prestasi belajar yang tinggi seringkali memperoleh bantuan dana beasiswa ketika menempuh pendidikan di perguruan tinggi.

Banyak faktor yang turut mempengaruhi keberhasilan maupun kegagalan siswa dalam menjalani pembelajaran di sekolah (Winkle, 1997 : 591). Secara umum, faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa adalah faktor internal, yakni faktor yang berasal dari dalam diri siswa yaitu regulasi diri dan faktor eksternal yang merupakan faktor dari luar diri siswa. Faktor eksternal siswa yakni terdiri dari; lingkungan keluarga, teman-teman dan lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat juga turut mempengaruhi proses belajar siswa.

Muhibbin (2012) individu yang belajar akan menerima pengaruh dari, lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, lingkungan akademik, dan lingkungan kelompok.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan peneliti di SMA Negeri 1 Seputih Raman banyak di antara siswa yang malas dalam belajar, terdapat siswa

yang mendapatkan nilai dibawah KKM, siswa tidak dapat menyelesaikam tugas dalam belajar, terdapat siswa yang tidak bertanggung jawab dalam kegiatan belajar. Hal ini disebabkan karena siswa khususnya yang berada pada semester-semester awal masih memiliki perilaku-perilaku belajar sebagaimana ketika berada di sekolah menengah pertama (SMP). Siswa pada umumnya belum memiliki kesiapan dan kemampuan untuk mengatur aktivitas belajarnya secara efektif dan mandiri. Kebanyakan siswa melakukan aktivitas belajar secara santai, hanya tampak sibuk menjelang waktu ujian dan belajar secara "SKS" (sistem kebut semalam). Pada waktu-waktu jam yang kosong umumnya mereka berkumpul dan mengobrol dengan teman-temannya dikelas dan tidak terlihat bersemangat untuk membaca buku sebanyak-banyaknya dan berusaha memperluas pengetahuan. Perilaku-perilaku diatas tentu tidak efektif dan menghambat keberhasilan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di sekolah dan menyebabkan rendahnya prestasi belajar siswa.

Kecenderungan hal-hal tersebut diatas justru mengarahkan siswa untuk melakukan apa saja untuk meningkatkan nilai prestasi belajarnya misalkan, mencontek. Hal ini terjadi karena tidak adanya pengaturan diri dalam belajar. Hal ini tentunya amat disayangkan karena mereka tidak memperoleh hasil yang seharusnya bisa mereka dapatkan. Bagaimanapun juga hasil yang optimal hanya akan didapat melalui usaha yang maksimal. Terkait dengan beberapa permasalahan tersebut, maka guru Bimbingan dan Konseling mempunyai tanggung jawab untuk membantu permasalahan siswa dalam hal belajar, agar mereka dapat berhasil dalam

belajarnya. Menurut Syamsu (2005: 37) bimbingan belajar sebagai salah satu usaha untuk membantu permasalahan siswa dalam hal belajar dilakukan dengan cara mengembangkan suasana belajar mengajar yang kondusif agar siswa terhindar dari kesulitan belajar. Para pembimbing membantu siswa dalam mengatasi kesulitan belajar, mengambangkan cara belajar yang efektif, membantu siswa agar sukses dalam belajar dan agar mampu menyesuaikan diri terhadap semua tuntutan program/ pendidikan. Dalam bimbingan belajar, para pembimbing berupaya memfasilitasi siswa dalam mencapai tujuan akademik yang diharapkan.

Berdasarkan pemaparan di atas, penulis merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait pengambilan judul "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017".

2. **Identifikasi Masalah**

Berdasakan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti mengidentifikasikan masalah sebagai berikut:

a. Terdapat siswa yang malas belajar
b. Terdapat siswa yang mendapatkan hasil belajar rendah atau dibawah KKM
c. Terdapat siswa yang tidak mengerjakan tugas belajar
d. Terdapat siswa yang tidak mempersiapkan diri untuk menghadapi ujian ata ulangan

3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah "Hubungan Antara Regulasi Diri Terhadap

Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Tahun Pelajaran 2016/2017".

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah adanya siswa yang mempunyai prestasi belajar rendah. Adapun rumusan masalah dalam penelitian kali ini adalah apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017".

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.

2. **Manfaat Penelitian**

Diharapkan penelitian ini dapat berguna secara teori maupun praktek, yaitu:

a. Teoritis

Hasil penelitian ini mampu mengembangkan konsep ilmu pendidikan khususnya pada bidang bimbingan dan konseling tentang kajian hubungan antara regulasi diri dan prestasi belajar siswa.

b. Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran kepada seluruh elemen yang mempunyai peran dalam meningkatkan pendidikan di SMA Negeri 1 Seputih Raman sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan kearah yang lebih baik.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Agar lebih jelas dan penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang telah di tetapkan maka penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini sebagai berikut:

1. **Ruang Lingkup Objek Penelitian**

   Ruang lingkup objek penelitian ini adalah "Hubungan antara Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017".

2. **Ruang Lingkup Subjek Penelitian**

   Subjek dalam penelitian ini adalah siswa Kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.

3. **Ruang Lingkup Tempat Dan Waktu**

   Tempat penelitian adalah SMA Negeri 1 Seputih Raman. Waktu penelitian tahun ajaran 2016/2017.

D. Kerangka Pikir

Adapun kerangka pemikiran yang digunakan penulis dalam merumuskan masalah ini seorang remaja memiliki tugas dan tanggung jawab untuk mempersiapkan masa depannya. Oleh karena itu, remaja harus meraih keberhasilan khususnya dalam bidang pendidikan atau memiliki prestasi belajar yang baik di sekolah.

Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa, dalam proses belajar seorang siswa akan mendapatkan pretasi belajar yang baik apabila siswa tersebut mampu menyadari, bertanggung jawab serta menegtahui cara atau strategi belajar yang efektif dan efisien. Penggunaan pendekatan belajar yang tepat akan turut meningkatkan prestasi belajar disekolah.

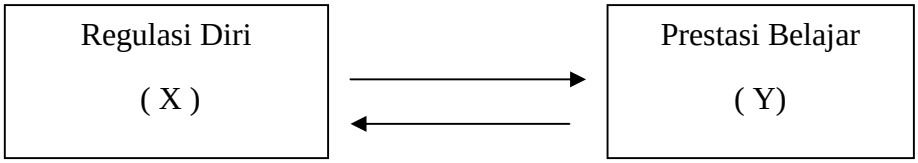
Regulasi diri menjadi komponen integral terhadap kegiatan belajar. Fungsi ini merupakan suatu budaya belajar yang mendorong siswa melatih strategi belajar pengaturan diri ketika ikut ambil bagian dalam suatu kegiatan atau ketika belajar dan pekerjaan rumah. Strategi regulasi diri adalah himpunan rencana yang dapat digunakan siswa agar mencapai tujuan. Penggunaan strategi regulasi diri mengurangi kecemasan dan meningkatkan *self-efficacy*, yang secara langsung berhubungan dengan pencapaian tujuan dan prestasi belajar.

Menurut Santrock (2009) siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri menunjukan karateristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi, dapat mengendalikan emosi sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran, memantau secara periodik

kemajuan target belajar, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi, oleh karena itu kemampuan regulasi diri sangat penting dimiliki oleh siswa, agar memiliki tanggung jawab yang besar terhadap diri dan perilaku demi tercapainya tujuan yang telah ditargetkan. Siswa sebagai agen dari perilakunya sendiri jika memiliki pengelolaan diri dalam belajar atau yang disebut dengan regulasi diri dan dapat mengoptimalkan ketiga aspek yaitu metakognitif, motivasi dan interaksi aktif / perilaku maka mahasiswa dapat meraih prestasi yang maksimal.

Zimmerman & Martinez-pons (1990) (1990) mengungkapkan bahwa dengan adanya regulasi diri, siswa akan berusaha untuk mencapai tujuan belajar dengan mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, perilaku dan emosi. Selain itu, regulasi diri juga berkaitan dengan perubahan diri menjadi lebih baik dalam pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Dalam hal ini tujuan yang diinginkan adalah prestasi belajar yang maksimal. Dengan kata lain, regulasi diri berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan dalam belajar.

Ghufron & Risnawita (2010) mengatakan bahwa siswa yang berprestasi tinggi adalah siswa yang mampu mengatur belajarnya. Siswa yang berprestasi tinggi lebih banyak menggunakan strategi-strategi regulasi diri daripada siswa yang meraih prestasi rendah (Latifah, 2010). Dengan kata lain, tujuan belajar siswa yang optimal dapat dicapai melalui regulasi diri.



E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka pikir, dibutuhkan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian ini. Sugiyono (2002:64) mengatakan hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Hipotesis statistik yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah:

Ho : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa Kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.

Ha : “Terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa Kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Regulasi diri dalam Bimbingan dan Konseling

1. Bimbingan Belajar

Bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu, atau sekumpulan individu dalam menghindari, atau mengatasi kesulitan-kesulitan dalam kehidupannya, agar dapat mencapai kesejahteraan hidupnya. Belajar adalah upaya perubahan tingkah laku dengan serangkaian kegiatan seperti membaca, mendengar, mengamati, meniru, dan lain sebagainya. Seseorang itu belajar karena berinteraksi dengan lingkungannya dalam rangka mengubah tingkah laku.

Dalam kenyataannya, pada saat siswa melakukan kegiatan belajar sebagai bagian proses pembelajaran banyak timbul permasalahan. Omrod (2008) menjelaskan bahwa permasalahan siswa dalam proses belajar antara lain:

a. Tidak ada motivasi belajar
b. Tidak bisa konsentrasi belajar
c. Nilai hasil belajar rendah
d. Tidak bisa mengatur waktu
e. Tidak bisa mempersiapkan diri untuk menghadapi ujian atau ulangan dan lain sebagainya.

Menurut Syamsu (2005) bimbingan belajar sebagai salah satu usaha untuk membantu permasalahan siswa dalam hal belajar dilakukan dengan cara mengembangkan suasana belajar mengajar yang kondusif agar siswa terhindar dari kesulitan belajar. Para pembimbing membantu siswa dalam mengatasi kesulitan belajar, mengambangkan cara belajar yang efektif, membantu siswa agar sukses dalam belajar dan agar mampu menyesuaikan diri terhadap semua tuntutan program/ pendidikan. Dalam bimbingan belajar, para pembimbing berupaya memfasilitasi siswa dalam mencapai tujuan akademik yang diharapkan.

Bimbingan belajar dalam konteks penelitian ini adalah salah satu kegiatan pelayanan bantuan yang memiliki keterlibatan penting dalam membantu menangani berbagai macam permasalahan belajar baik di sekolah maupun di luar sekolah. Bimbingan belajar merupakan bagian integral dalam proses pendidikan secara keseluruhan. Bimbingan sebagai bagian dari pendidikan memiliki tujuan khusus, yaitu membantu individu mengembangkan dirinya secara optimal sehingga ia dapat menemukan dirinya dan dapat mengadakan pilihan keputusan dan penyesuaian diri secara efektif. Oleh sebab itu bimbingan belajar wajib dilaksanakan bagi setiap sekolah dalam upaya mencapai keberhasilan belajar siswa secara keseluruhan.

2. Pengertian Regulasi Diri

Menurut Bandura (1997) regulasi diri adalah bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan

konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. Regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri dan salah satu dari sekian penggerak utama kepribadian manusia. Untuk mencapai suatu tujuan yang optimal, seseorang harus mampu untuk mengontrol perilakunya sendiri, mengarahkan perilaku tersebut agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Menurut Santrock (2009) pembelajaran regulasi diri 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). Ormrod (2008) menambahkan regulasi diri adalah pengaturan terhadap proses-proses kognitif sendiri agar belajar sukses. Jadi dapat dikatakan bahwa regulasi diri adalah proses yang membantu siswa dalam mengelola fikiran mereka, perilaku, dan emosi untuk sukses mencapai tujuan belajar mereka.

Menurut Ghufron (2010) pengelolaan diri atau *self regulation* merupakan proses yang berputar. Gambaran proses berputar ini dilukiskan oleh Zimmerman dengan tiga tahap model pengelolaan.

Pertama, *forethought phase* (pemikiran sebelumnya), yaitu performasi aktual yang mendahului dan berkenaan dengan proses pengumpulan langka untuk suatu tindakan. Kedua, *performance (volitional) control phase*, yaitu mencakup proses yang terjadi sebelum belajar yang

memengaruhi perhatian dan perilaku. Ketiga, selama *self-reflection phase* terjadi setelah performansi individu merespons pada usahanya.

Ghufron (2010) berpendapat bahwa pengelola diri berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Dengan kata lain, pengelolaan diri berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan personal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, regulasi diri merupakan kemampuan seseorang dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku dalam melakukan kegiatan untuk dapat mencapai tujuan dengan menggunakan strategi tertentu meliputi metakognitif, motivasi dan perilaku agar apa yang dialkukan sesuai dengan tujuannya.

3. Perkembangan Regulasi diri

Berdasarkan teori perkembangan, siswa SMA termasuk dalam masa remaja. Masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 sampai masa remaja akhir atau awal usia 20 dan masa tersebut membawa perubahan besar dalam semua ranah perkembangan (Papalia & Feldman, 2008).

Masa remaja merupakan masa perubahan diantaranya perubahan fisik, kognitif, emosional dan sosialnya, masa remaja juga sering bermasalah karena pencarian identitas, masa dimana menimbulkan ketakutan, tidak realistis dan ambang dari kedewasaan sehingga dengan mudah dapat dipengaruhi (Papalia & Feldman, 2008). Remaja biasanya mengalami

kekeliruan dalam bertindak dan lebih mengarah pada tindakan kenakalan atau perilaku negatif. Bentuk dari kenakalan remaja adalah agresivitas, karena agresivitas dapat dilakukan oleh semua kalangan, tidak terkecuali para remaja baik laki – laki maupun perempuan, dikarenakan oleh perkembangan remaja itu sendiri. Kenakalan remaja kemungkinan merupakan efek dari regulasi diri yang kurang baik, regulasi diri anak dan remaja sangat dipengaruhi oleh hubungan dengan orang tua, karena orang tua adalah merupakan sosok yang telah memberikan pengetahuan, motivasi, dan pengasuhan serta lingkungan pembelajaran. Guru atau pendidik juga memberikan sumbangan penting dalam pembentukan regulasi diri remaja / siswanya, dengan mengidentifikasi keperluan, kebutuhan siswanya dan memberikan petunjuk agar lebih berkembang pada arah yang baik melalui petunjuk, motivasi, dan pemodelan yang dilakukan oleh guru / pendidik agar dapat ditiru oleh siswanya. Akhirnya ketika remaja mendapatkan ransangan dari luar baik berupa pengetahuan (metakognisi), motivasi, ataupun perlakuan yang mengarah tindakan positif, maka remaja akan mempunyai regulasi diri yang baik.

Zimmerman dan Schunk (2001) mengemukakan model perkembangan regulasi diri *(self regulasi)* dalam belajar. Berkembangnya kompetensi regulasi diri dimulai dari beberapa faktor yaitu:

a. Pengaruh sumber sosial: Berkaitan dengan informasi mengenai akademik yang di peroleh dari lingkungan teman sebaya.

b. Pengaruh lingkungan: Berkaitan dengan orang tua dan lingkungannya, sehingga peserta didik dapat menetapkan rencana dan tujuan akademiknya secara maksimal.
c. Pengaruh personal atau diri sendiri. Berkaitan dengan diri sendiri peserta didik yang memiliki andil untuk memunculkan dorongan bagi dirinya sendiri untuk mencapai tujuan belajarnya.

Di dalam faktor-faktor ini terdapat beberapa level berkembangnya regulasi diri.

a. Level pengamatan *(observasional)*

   Peserta didik yang baru awalnya memperoleh hampir seluruh strategi-strategi belajar dari proses pengajaran, pengerjaan tugas, dan dorongan dari lingkungan sosial. Pada level pengamatan ini, sebagian peserta didik dapat menyerap ciri-ciri utama strategi belajar dengan mengamati model, walaupun hampir seluruh peserta didik membutuhkan latihan untuk menguasai kemampuan regulasi diri.
b. Level pesamaan *(emultive)*

   Pada level ini peserta didik menunjukkan performansi yang hampir sama dengan kondisi umum dari model. Peserta didik tidak secara langsung meniru model, namun mereka berusaha menyamai gaya atau pola-pola umum saja. Oleh karena itu, mereka mungkin menyamai tipe pertanyaan model tapi tidak meniru kata-kata yang digunakan oleh model.

c. Level kontrol diri *(self-controlled)*

Peserta didik sudah menggunakan dengan sendiri strategi-strategi belajar ketika mengerjakan tugas. Strategi-strategi yang digunakan sudah terinternalisasi, namun masih dipengaruhi oleh gambaran standar performansi yang ditujukan oleh model dan sudah menggunakan proses *self-reward*.

d. Level pengaturan diri

Level ini merupakan level terakhir dimana peserta didik mulai menggunakan strategi-strategi yang disesuaikan dengan situasi dan termotivasi oleh tujuan serta *self-efficacy* untuk berprestasi. Peserta didik memilih kapan menggunakan strategi-strategi khusus dan mengadaptasinya untuk kondisi yang berbeda, dengan sedikit petunjuk dari model atau tidak ada.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa perkembangan regulasi diri dimulai pada masa remaja yang membawa perubahan besar dalam semua ranah perkembangan. Model perkembangan regulasi diri dalam belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pengaruh sumber social, pengaruh lingkungan dan pengaruh personal. Tahapan dalam perkembangan regulasi diri yaitu level pengamatan, level persamaan, level kontrol diri dan yang terakhir level pengaturan diri.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Menurut Zimmerman dan Pons (1990), ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Berikut ini adalah ketiga faktor tersebut:

a. Individu

Faktor individu ini meliputi hal-hal dibawah ini:

1) Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu maka akan semakin membantu individu dalam melakukan regulasi diri.

2) Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan regulasi diri dalam diri individu.

3) Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri.

b. Perilaku

Perilaku mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi pada diri individu.

c. Lingkungan

Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

Bandura (1997) mengatakan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi regulasi diri dapat terbagi menjadi dua faktor, yakni faktor eksternal dan faktor internal.

a. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri terdiri dari dua bagian, yakni:

1) Standar untuk mengevaluasi perilaku sendiri, dukungan faktor lingkungan akan berinteraksi dengan pengaruh personal untuk membentuk standar individual yang digunakan sebagai evaluasi. Regulasi diri dipengaruhi oleh kondisi lingkungan berupa ada tidaknya kesempatan untuk meregulasi diri dan ketersediaan sumber belajar, faktor sosial berupa hubungan sosial yang mempengaruhi tujuan, usaha dan pengawasan , faktor perkembangan di mana disebutkan bahwa kemampuan regulasi diri merupakan hasil dari perkembangan kemampuan kognitif dan kemampuan representasional, yang dipengaruhi oleh adanya bimbingan dari orang tua atau agen sosialisasi lainnya dan dipengaruhi oleh tugas perkembangan individu.

   Hal ini menunjukkan bahwa orang tua memiliki andil yang besar dalam proses kepribadian anak secara umum. Model pola asuh yang diterapkan orang tua kepada anak-anaknya akan mempengaruhi kepribadian anak dalam proses perkembangannya. Sehingga kualitas dan potensi anak untuk mengembangkan diri dapat berawal dari jenis pola asuh apa yang diterapkan orang tua kepada anaknya tersebut.

2) Faktor eksternal lain yang mempengaruhi regulasi diri adalah dengan mendapatkan penguatan (*reinforcement*). *Reward*

digunakan sebagai penguat dari sebuah perilaku yang telah dilakukan untuk tujuan tertentu. Dukungan dari lingkungan dalam bentuk sumbangan materi atau pujian dan dukungan orang lain juga diperlukan.

b. Faktor internal

Faktor internal dalam regulasi diri menurut Bandura meliputi tiga hal, yakni:

1) Observasi Diri

Kita harus dapat memonitor performa kita walaupun perhatian yang kita berikan padanya belum tentu tuntas ataupun akurat. Kita harus memberikan perhatian secara selektif terhadap beberapa aspek dari perilaku kita dan melupakan yang lainnya dengan sepenuhnya. Apa yang kita observasi bergantung pada minat dan konsepsi diri lainnya yang sudah ada sebelumnya. (Memonitor diri, perhatian diri)

2) Proses Penilaian

Observasi diri sendiri tidak memberikan dasar yang cukup untuk dapat meregulasi perilaku. Proses kedua, proses penilaian, membantu kita meregulasi perilaku kita melalui proses mediasi kognitif. Kita tidak hanya mampu utuk menyadari diri kita secara reflektif, tetapi juga menilai seberapa berharga tindakan kita berdasarkan tujuan yang telah kita perbuat untuk diri kita. Lebih spesifiknya lagi , proses penilaian bergantung pada standar pribadi. Performa rujukan, pemberian nilai pada kegiatan, dan atribusi

performa (apabila kita percaya bahwa keberhasilan yang kita capai karena usaha kita sendiri, maka kita akan menjadi bangga dengan pencapaian kita dan cenderung akan bekerja lebih keras untuk mencapai tujuan kita. Kebalikannya , apabila kita percaya bahwa kita bertanggung jawab atas kegagalan atau performa yang tidak maksimal, maka kita akan lebih siap bekerja kearah regulasi diri daripada apabila kita meyakini bahwa kegagalan dan ketakutan kita diakibatkan oleh factor-faktor diluar kendali kita).

3) Reaksi Diri

Manusia merespon secara positif dan negatif terhadap perilaku mereka bergantung pada bagaimana perilaku tersebut memenuhi standar personal mereka. Manusia menciptakan insentif untuk tindakan mereka melalui penguatan diri atau hukuman diri. Sebagai contoh, seorang murid yang rajin yang telah menyelesaikan suatu tugas bacaan dapat memberikan penghargaan pada dirinya sendiri dengan menonton program televise favoritnya. (respon positif dan respon negatif).

Berdasarkan hasil uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri seseorang ada dua faktor, yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal terdiri dari standar dan penguatan sedangkan faktor internal terdiri dari observasi diri proses penilaian dan reaksi diri.

5. Aspek-aspek Regulasi Diri

Menurut Zimmerman & Schunk (2001) sebagaimana tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Paparan selengkapnya sebagai berikut.

a. Metakognitif

Metakognitif adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir. Metakognisi merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan 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. Metakognisi mengacu pada pengetahuan seseorang terhadap kognisi yang dimilikinya dan pengaturan dalam kognisi tersebut. Metakognisi dalam regulasi diri yaitu proses memahami pendekatan pembelajaran dalam proses berfikir dengan merencanakan, menetapkan tujuan, memonitor, mengorganisasikan, dan mengevaluasi kegiatan belajar.

b. Motivasi

Motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki ketertarikan terhadap tugas yang diberikan dan berusaha dengan tekun dalam belajar dengan memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan yang disukai untuk belajar.

c. Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank (2001) merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku bahwa individu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

Berdasarkan hasil uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri memiliki tiga aspek yang ada di dalamnya yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku. Siswa yang diasumsikan termasuk kategori regulasi diri adalah siswa yang aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, motivasi, maupun perilaku. Mereka menghasilkan gagasan, perasaan, dan tindakan untuk mencapai tujuan belajarnya. Secara metakognitif mereka bisa memiliki strategi tertentu yang efektif dalam memproses informasi. Sedangkan motivasi berbicara tentang semangat belajar yang sifatnya internal. Adapun perilaku ditampilkannya adalah dalam bentuk tindakan nyata dalam belajar.

6. Karakteristik Regulasi Diri

Menurut Montalvo (2002), mengemukakan karakteristik siswa yang memiliki keterampilan regulasi diri *(self regulation)* antara lain sebagai berikut :

a. Terbiasa dengan dan tahu bagaimana menggunakan strategi kognitif (pengulangan, elaborasi, dan organisasi) yang membantu mereka

untuk memperhatikan, mentransformasi, megorganisasi, mengelaborasi, dan menguasai informasi.

b. Mengetahui bagaimana merencanakan, mengontrol proses, dan mengarahkan proses mental untuk mencapai tujuan personal (metakognisi)
c. Memperlihatkan seperangkat keyakinan motivational dan emosi adaptif, seperti tingginya keyakinan diri, memiliki tujuan belajar, mengembangkan emosi positif terhadap tugas (senang, puas, dan antusias), memiliki kemampuan untuk mengontrol dan memodifikasinya, serta menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas dan situasi belajar khusus.
d. Mampu merencanakan, mengontrol waktu, dan memiliki usaha terhadap penyesuaian tugas, tahu bagaimana menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan, seperti mencari tempat belajar yang sesuai atau mencari bantuan dari dosen dan teman jika menemui kesulitan.
e. Menunjukkan usaha yang besar untuk berpartisipasi dalam mengontrol dan mengatur tugas-tugas akademik, iklim, dan struktur kelas.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik individu yang memiliki keteramilan regulasi diri adalah individu yang terbiasa dengan dan tahu bagaimana menggunakan strategi kognitif, mengetahui bagaimana merencanakan, mengontrol proses, memperlihatkan seperangkat keyakinan motivational, dan emosi adaptif,

mampu merencanakan, mengontrol waktu, dan memiliki usaha terhadap penyesuaian tugas, menunjukkan usaha yang besar.

B. Prestasi Belajar

1. Pengertian Belajar

Prestasi belajar tidak bisa terlepas dari kegiatan belajar itu sendiri, Belajar merupakan perubahan yang relatif permanen dalam bentuk perilaku, atau perilaku potensial yang merupakan hasil dari pengalaman dan tidak dapat diatribusikan pada kondisi tubuh yang temporer seperti sakit, mabuk, lelah, dan lain-lain (Muhibbin , 2011). Belajar merupakan sebuah proses yang terdiri atas masukan (*input*), proses (*process*), dan keluaran (*output*). Masukan (*input*) berupa perilaku individu sebelum belajar, proses (*process*) berupa kegiatan belajar yang terdiri dari penga- laman, praktik, dan latihan; sedangkan keluaran (*output*) berupa perubahan perilaku yang dihasilkan setelah proses belajar dilaksanakan (Muhibbin , 2011).

Belajar merupakan sebuah proses yang terdiri atas masukan (*input*), proses (*process*), dan keluaran (*output*). Untuk mendapatkan prestasi belajar yang baik, maka proses belajar penting diperhatikan. Dikatakan Zimmerman & Pons (1990) bahwa dalam proses belajar, seorang siswa akan memperoleh prestasi belajar yang baik bila ia menyadari, bertanggungjawab, dan mengetahui cara belajar yang efisien.

Latifah (2010) belajar adalah proses perolehan kebiasaan, pengetahuan dan sikap termasuk cara baru untuk melakukan sesuatuu dan upaya – upaya seseorang dalam mengatasi kendala atau menyesuaikan situasi yang

baru. Belajar memungkinkan hati seseorang memuaskan perhatiabn atau mencapai tujuan.

Jadi dari beberapa pengertian belajar diatas dapat disimpulkan bahwa belajar adalah semua aktivitas mental atau psikis yang dilakukan oleh seseorang sehingga menimbulkan tingkah laku yang berbeda antara sesudah belajar dan sebelum belajar. Dalam arti dengan belajar seseorang dapat mengetahui sesuatu itu dengfan belajar, jadi masalah belajar sangat penting dalam kehidupan kita.

Belajar pada hakikatnya adalah kegiatan yang dilakukan secara sadar oleh seseorang yang menghasilkan perubahan tingkah laku pada dirinya sendiri, bsik dalam bentuk pengetahuan atau keterampilan baru maupun dalam bentuk sikap dan nilai yang positif. Selama berlangsungnya kegiatan belajar, terjadi proses interaksi antara orang yang melakukan kegiatan belajar yaitu siswa dengan sumber belajar, baik berupa manusia yang berfungsi sebagai fasilitator yaitu guru maupun yang berupa non manusia.

Hakikat belajar adalah hal yang penting dikemukakan dalam pembahasan ini karena belajar merupakan bagian penting untuk diketahui sebagai pegangan dalam memahami secara mendalam masalah belajar.

Dari pengertian belajar yang telah diuraikan, ada kata yang sangat penting untuk dibahas pada bagian ini, yakni kata perubahan. Ketika kata perubahan dibicarakan dan dipermasalahkan, maka pembicaraan menyangkut permasalahan mendasar dari masalah belajar, apapun formasi yang diberikan oleh para ahli mengenai pengertian belajar, maka intinya

tidak lain adalah masalah perubahan yang terjadi pada diri individu yang belajar.

Jadi hakikat belajar dapat diartikan sebagai perubahan tingkah laku, namun tidak semua perubahan itu merupakan hasil dari belajar, karena perubahan yang demikian dapat disebabkan oleh beberapa hal atau penyebab lainnya.

2. Pengertian Prestasi Belajar

Prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dari perbuatan belajar, karena belajar merupakan suatu proses, sedangkan prestasi belajar adalah hasil dari proses pembelajaran tersebut. Seorang siswa belajar merupakan suatu kewajiban. seorang siswa yang berhasil tergantung pada proses belajar yang dialami oleh siswa di sekolah.

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, dikemukakan prestasi belajar merupakan "penguassaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberika oleh guru". Prestasi belajar atau hasil belajar adalah taraf keberhasilan murid atau santri dalam memperlajari meter pelajaran di sekolah atau pondok pesantren yang dinyatakan dalam bentuk skor yang diperoleh dari hasil tes mengenai sejumlah materi pelajaran di sekolah atau pondok pesantren yang dinyatakan dalam bentuk skor yang diperoleh dari hasil tes mengenai sejumlah materi pelajaran tertentu, (Muhibin S, 2012).

Winkel (1997:193) belajar pada manusia dapat dirumuskan sebagai suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan

lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan dan nilai sikap. Perubahan itu bersifat relatif konstan dan berbekas.

Belajar tidak hanya dapat dilakukan di sekolah saja, namun dapat dilakukan dimana-mana, seperti di rumah ataupun dilingkungan masyarakat. Di dalam belajar, siswa mengalami sendiri proses dari tidak tahu menjadi tahu, sebagian orang beranggapan bahwa belajar semata – mata mengumpulkan atau menghafalkan fakta-fakta yang tersaji dalambentuk informasi dan materi pelajaran.

Mendapatkan suatu prestasi tidaklah semudah yang dibayangkan, karena memerlukan perjuangan dan pengorbanan dengan berbagai tantangan yang harus dihadapi. Penilaian terhadap hasil belajar siswa untuk mengetahui sejauhmana ia telah mencapai sasaran belajar inilah yang disebut sebagai prestasi belajar.

Seperti yang dikatakan oleh Winkel (1997:168) bahwa proses belajar yang dialami oleh siswa menghasilkan perubahan-perubahan dalam bidang pengetahuan dan pemahaman, dalam bidang nilai, sikap dan keterampilan. Adanya perubahan tersebut tampak dalam prestasi belajar yang dihasilkan oleh siswa terhadap pertanyaan, persoalan atau tugas yang diberikan oleh guru. Melalui prestasi belajar siswa dapat mengetahui kemajuan-kemajuan yang telah dicapainya dalam belajar.

Menurut Djamarah (2008) mengemukakan bahwa prestasi adalah Penilaian pendidikan tentang perkembangan dan kemajuan murid yang berkenaan dengan penguasaan bahan pelajaran yang disajikan kepada mereka dan nilai-nilai yang terdapat dalam kurikulum.

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

3. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Untuk meraih prestasi belajar yang baik, banyak sekali faktor yang perlu diperhatikan, karena di dalam dunia pendidikan tidak sedikit siswa yang mengalami kegagalan. Siswa yang memiliki dorongan yang kuat untuk berprestasi dan kesempatan untuk meningkatkan prestasi, tapi dalam kenyataannya prestasi yang dihasilkan di bawah kemampuannya.

Untuk meraih prestasi belajar yang baik banyak sekali faktor-faktor yang perlu diperhatikan.

Faktor menurut (Chung dalam Ria 2013) Prestasi akademik individu ditentukan oleh dua faktor, baik eksternal maupun internal. Prestasi belajar tidak hanya dikontrol oleh aspek eksternal saja, melainkan juga dikontrol oleh aspek internal yang diatur sendiri atau disebut regulasi diri.

(Pintrich & Groot dalam Ria 2013) mengatakan bahwa regulasi diri dapat dimasukkan ke dalam model sebagai suatu tambahan dalam faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi abelajar. Hal tersebut dapat dilakukan karena faktor keberhasilan diri erat kaitannya dengan regulasi diri atas kegiatan belajar.

Winkle (1997:591), berpendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan prestasi belajar dapat dikelompokkan menjadi dua bagian, yaitu faktor internal dan faktor eksternal:

a. Faktor internal

Merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang dapat mempengaruhi prestasi belajar. Faktor ini dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu :

1) Faktor fisiologis

Dalam hal ini, faktor fisiologis yang dimaksud adalah faktor yang berhubungan dengan kesehatan dan pancaindera

a) Kesehatan badan

Untuk dapat menempuh studi yang baik siswa perlu memperhatikan dan memelihara kesehatan tubuhnya. Keadaan fisik yang lemah dapat menjadi penghalang bagi siswa dalam menyelesaikan program studinya. Dalam upaya memelihara kesehatan fisiknya, siswa perlu memperhatikan pola makan dan pola tidur, untuk memperlancar metabolisme dalam tubuhnya. Selain itu, juga untuk memelihara kesehatan bahkan juga dapat meningkatkan ketangkasan fisik dibutuhkan olahraga yang teratur.

b) Pancaindera

Berfungsinya pancaindera merupakan syarat dapatnya belajar itu berlangsung dengan baik. Dalam sistem pendidikan dewasa ini di antara pancaindera itu yang paling memegang peranan dalam

belajar adalah mata dan telinga. Hal ini penting, karena sebagian besar hal-hal yang dipelajari oleh manusia dipelajari melalui penglihatan dan pendengaran. Dengan demikian, seorang anak yang memiliki cacat fisik atau bahkan cacat mental akan menghambat dirinya didalam menangkap pelajaran, sehingga pada akhirnya akan sulit untuk memahami pelajaran lalu mempengaruhi prestasi belajarnya di sekolah.

2) Faktor psikologis

Ada banyak faktor psikologis yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa, antara lain adalah :

a) Intelligensi

Pada umumnya, prestasi belajar yang ditampilkan siswa mempunyai kaitan yang erat dengan tingkat kecerdasan yang dimiliki siswa. Menurut Binet (Winkle,1997 :529) hakikat inteligensi adalah kemampuan untuk menetapkan dan mempertahankan suatu tujuan, untuk mengadakan suatu penyesuaian dalam rangka mencapai tujuan itu dan untuk menilai keadaan diri secara kritis dan objektif. Taraf inteligensi ini sangat mempengaruhi prestasi belajar seorang siswa, di mana siswa yang memiliki taraf inteligensi tinggi mempunyai peluang lebih besar untuk mencapai prestasi belajar yang lebih tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki taraf inteligensi yang rendah diperkirakan juga akan memiliki prestasi belajar yang rendah. Namun bukanlah suatu yang tidak mungkin jika siswa dengan

taraf inteligensi rendah memiliki prestasi belajar yang tinggi, juga sebaliknya.

b) Sikap

Sikap yang pasif, rendah diri dan kurang percaya diri dapat merupakan faktor yang menghambat siswa dalam]menampilkan prestasi belajarnya.

Sikap adalah kesiapan seseorang untuk bertindak secara tertentu terhadap hal-hal tertentu. Sikap siswa yang positif terhadap mata pelajaran di sekolah merupakan langkah awal yang baik dalam proses belajar mengajar di sekolah.

c) Motivasi

Motivasi adalah penggerak perilaku. Motivasi belajar adalah pendorong seseorang untuk belajar. Motivasi timbul karena adanya keinginan atau kebutuhan-kebutuhan dalam diri seseorang. Seseorang berhasil dalam belajar karena ia ingin belajar. Winkle (1991 : 39) motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar itu; maka tujuan yang dikehendaki oleh siswa tercapai. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual. Peranannya yang khas ialah dalam hal gairah atau semangat belajar, siswa yang termotivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

d) Bakat

Muhibin (2011:150) menyatakan bahwa “bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang”. Dalam proses belajar terutama belajar keterampilan, bakat memegang peranan penting dalam mencapai suatu hasil akan prestasi yang baik. Apalagi seorang guru atau orang tua memaksa anaknya untuk melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan bakatnya maka akan merusak keinginan anak tersebut.

e) Minat

Minat adalah kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Minat belajar yang telah dimiliki siswa merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajarnya. Apabila seseorang mempunyai minat yang tinggi terhadap sesuatu hal maka akan terus berusaha untuk melakukan sehingga apa yang diinginkannya dapat tercapai sesuai dengan keinginannya.

b. Faktor eksternal

Selain faktor-faktor yang ada dalam diri siswa, ada hal-hal lain diluar diri yang dapat mempengaruhi prestasi belajar yang akan diraih, antara lain adalah :

1) Faktor lingkungan keluarga

a) Sosial ekonomi keluarga

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

b) 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.

c) Perhatian orang tua dan suasana hubungan antara anggota keluarga

Dukungan dari keluarga merupakan suatu pemacu semangat berpretasi bagi seseorang. Dukungan dalam hal ini bisa secara langsung, berupa pujian atau nasihat; maupun secara tidak langsung, seperti hubugan keluarga yang harmonis.

2) Faktor lingkungan sekolah

a) Sarana dan prasarana

Kelengkapan fasilitas sekolah, seperti papan tulis, OHP, LCD akan membantu kelancaran proses belajar mengajar di sekolah; selain bentuk ruangan, sirkulasi udara dan lingkungan sekitar sekolah juga dapat mempengaruhi proses belajar mengajar

b) Kompetensi guru dan siswa

Kualitas guru dan siswa sangat penting dalam meraih prestasi, kelengkapan sarana dan prasarana tanpa disertai kinerja yang baik dari para penggunanya akan sia-sia belaka. Bila seorang

siswa merasa kebutuhannya untuk berprestasi dengan baik di sekolah terpenuhi, misalnya dengan tersedianya fasilitas dan tenaga pendidik yang berkualitas , yang dapat memenihi rasa ingintahuannya, hubungan dengan guru dan teman-temannya berlangsung harmonis, maka siswa akan memperoleh iklim belajar yang menyenangkan. Dengan demikian, ia akan terdorong untuk terus-menerus meningkatkan prestasi belajarnya.

c) Kurikulum dan metode mengajar

Hal ini meliputi materi dan bagaimana cara memberikan materi tersebut kepada siswa. Metrode pembelajaran yang lebih interaktif sangat diperlukan untuk menumbuhkan minat dan peran serta siswa dalam kegiatan pembelajaran. Faktor yang paling penting adalah faktor guru. Jika guru mengajar dengan arif bijaksana, tegas, memiliki disiplin tinggi, luwes dan mampu membuat siswa menjadi senang akan pelajaran, maka prestasi belajar siswa akan cenderung tinggi, paling tidak siswa tersebut tidak bosan dalam mengikuti pelajaran.

3) Faktor lingkungan masyarakat

a) 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 cenderung

memandang rendah pekerjaan guru atau pengajar, dan cenderung memandang pendidikan itu tidak bermanfaat maka masyarakat yang belum mengerti akan pentingnya pendidikan mereka akan melarang anaknya untuk sekolah, maka masyarat pada zaman dahulu mayoritas tidak bersekolah sehingga mereka tidak mengetahui bagaimana kemampuan untuk memahami dan mengatur orang lain untuk bertindak bijaksana dalam menjalin hubungan, meliputi kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal sehingga faktor sosial budaya ini berpengaruh.

b) Partisipasi terhadap pendidikan

Bila 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. Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor lingkungan masyarakat itu sangatlah penting. Dukungan orang tua yang telah modern dan berpendidikan maka akan dapat berperan dengan baik kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang sehingga anak dapat mencontoh perilaku yang baik pada orang tuanya sehingga mampu mengembangkan kecerdasan emosionalnya dan akan lebih dikembangkan lagi dalam dunia pendidikan.

4. Aspek – aspek Prestasi Belajar

Latifah (2010) Jenis prestasi belajar itu meliputi 3 (tiga) ranah atau aspek, yaitu:

a. Ranah kognitif (cognitive domain) adalah: pengetahuan, atau pemahaman
b. Ranah afektif (affective domain) adalah: apresiasi atau kemauan dalam bertidak.
c. Ranah psikomotor (psychomotor domain) adalah: kemampuan yang mendapat pelatihan kerja fisik yang rutin dilakukan.

Untuk mengungkap hasil belajar atau prestasi belajar pada ketiga ranah tersebut di atas diperlukan patokan-patokan atau indikator - indikator sebagai penunjuk bahwa siswa - siswi telah berhasil meraih prestasi belajar yang hendak diukur.

Pengetahuan dan pemahaman yang mendalam mengenai indicator – indicator prestasi belajar sangat diperlukan ketika seseorang akan menggunakan alat dan kiat evaluasi.

C. Hubungan Regulasi Diri dengan Prestasi Belajar siswa

Proses belajar yang ditempuh siswa di sekolah menjadi lebih luas dan kompleks. Hal ini, menuntut siswa untuk mampu menjalankan proses belajarnya dengan baik. Ada banyak faktor yang mempengaruhi proses belajar, di antara faktor tersebut berperan untuk meningkatkan prestasi belajar ataupun sebaliknya mengahambat prestasi belajar siswa. Faktor yang dapat mempengaruhi tinggi dan rendahnya prestasi belajar adalah faktor internal

dan faktor eksternal individu. Faktor internal seringkali menjadi penghambat dan pendukung keberhasilan individu. Individu yang memiliki kemampuan dalam mengatur perilaku yang efektif dalam belajar dapat mendukung keberhasilannya. Sebaliknya individu yang tidak mampu mengatur perilaku belajarnya, tidak memiliki kemauan yang kuat untuk belajar akan menemui kegagalan dan proses belajarnya.

Faktor – faktor prestasi belajar menurut Chung (Ria 2013) Prestasi akademik individu ditentukan oleh dua faktor, baik eksternal maupun internal. Prestasi belajar tidak hanya dikontrol oleh aspek eksternal saja, melainkan juga dikontrol oleh aspek internal yang diatur sendiri atau disebut regulasi diri. Pintrich dan Groot (Ria 2013) mengatakan bahwa regulasi diri dapat dimasukkan ke dalam model sebagai suatu tambahan dalam faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi abelajar. Hal tersebut dapat dilakukan karena faktor keberhasilan diri erat kaitannya dengan regulasi diri atas kegiatan belajar.

Regulasi diri memiliki peranan penting dalam pencapaian hasil akademik yang optimal. Sebagaimana disimpulkan oleh Gie (Latifah, 2010) bahwa terdapat beberapa syarat bagi siswa untuk mencapai kesuksesan akademik adalah pengaturan diri, yakni pengaturan sebaik- baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu dan semua sumber daya dalam belajarnya. Siswa yang menerapkan regulasi diri dalam belajarnya memiliki kemampuan untuk mengatur dirinya dengan melibatkan kemampuan metakognisi, motivasi dan perilaku yang aktif. Kegagalan dalam mengelola diri akan berimbas pada

kejahatan, prestasi yang menurun dan problem-problem sosial lainnya (Latifah, 2010).

Dinamika hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar dapat digambarkan, regulasi diri terbentuk dari beberapa aspek metakognisi, motivasi dan perilaku. ketika siswa memnuhi aspek tersebut seperti mampu merencanakan strategi, mampu menetapkan tujuan yang akan dicapai, mampu menilai kemampuan dalam diri, yakin pada hasil yang akan dicapai, memiliki minat dan orientasi pada tujuan belajar, memiliki kontrol diri dalam mencapai tujuan, bertanggung jawab terhadap tugas belajar, mampu menilai diri terhadap hasil yang akan dicapai, maka individu akan dengan mudah mengatur dirinya sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran untuk mencapai prestasi belajar. Kemampuan regulasi diri merupakan hasil dari seseorang yang menganggap dirinya bertanggung jawab atas usaha pencapaian hasil. Maka dari itu ia membuat pilihan, membuat rencana untuk tindakan, memotivasi dan mengatur jalannya rencana dan tindakan (Woolfolk, 2010). Siswa yang berprestasi tinggi adalah siswa yang melakukan regulasi diri dalam aktivitas belajarnya. Regulasi diri mempengaruhi cara siswa menghadapi tugas akademiknya. Dalam belajar, tujuan mereka tidak sekadar mendapatkan nilai bagus, tetapi juga mencapai penguasaan dan pemahaman (Senko & Harackiewicz dalam Tri, 2015).

Zimmerman Schunk (2001) menerangkan regulasi diri sebagai suatu proses yang berlangsung membentuk suatu siklus; diawali dengan ditetapkannya tujuan dan dibuatnya rencana pencapaian tujuan. Seseorang akan bertindak menurut strategi yang telah dibuatnya dan mengontrol dirinya agar tetap

berada di jalur menuju tujuan, dan ketika ia mencapai hasil, ia membuat suatu evaluasi dan menentukan reaksinya selanjutnya untuk kembali melanjutkan usaha atau berhenti.

Dikatakan Gagne (Latifah, 2010) bahwa unsur-unsur yang mempengaruhi proses pembelajaran agar menjadi efektif adalah strategi dalam menentukan tujuan belajar, mengetahui kapan strategi yang digunakan dan memonitor keefektifan strategi belajar. Dalam proses pembelajaran baik di tingkat dasar maupun lanjutan, regulasi diri dalam belajar merupakan sebuah pendekatan yang penting. Terdapat hubungan yang signifikan antara prestasi akademik dengan penggunaan strategi regulasi diri dalam belajar (Zimmerman & Pons, 1990). Fakta empiris menunjukkan bahwa sekalipun kemampuan siswa tinggi, tetapi ia tidak dapat mencapai prestasi akademik yang optimal karena kegagalannya dalam meregulasi diri dalam belajar.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri dalam belajar telah digunakan untuk meningkatkan prestasi akademik (Latifah, 2010).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017.

B. Metode Penelitian

Metodelogi penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkapkan benar-benar dengan bukti ilmiah yang kuat. Penggunaan metode yang tepat akan meningkatkan objektivitas hasil penelitian, karena memungkinkan penemuan kebenaran yang memiliki tingkat ketepatan (validitas) dan tingkat kepercayaan (reliabilitas) yang tinggi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, seberapa erat hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan tersebut. (Arikunto. 2002:239).

C. Variabel penelitian dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Suryabrata (2000 : 72) mengungkapkan variabel adalah “segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian”. Variabel penelitian ini juga dinyatakan sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang diteliti.

Berdasarkan landasan teori yang ada serta rumusan hipotesis penelitian maka yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah :

Variabel bebas : Regulasi Diri (X)

Variabel terikat : Prestasi Belajar (Y)

2. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan bagian yang mendefinisikan sebuah konsep atau variabel agar dapat diukur, dengan cara melihat dalam dimensi (indikator) dari suatu konsep atau variabel. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu self regulation dan prestasi belajar.

a. Regulasi Diri

Regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengatur diri, mengontrol pikiran, emosi dan tindakan dimana individu mampu berusaha sendiri dalam memperoleh pengetahuan dan keterampilannya untuk mencapai tujuan tertentu.

Berdasarkan dari pengertian diatas, indicator pada variabel ini yang diambil berdasarkan Montalvo (2002) adalah :

1) Strategi belajar kognitif
2) Regulasi metakognisi

3) Motivasi belajar

4) Kelola sumber daya

5) Upaya – upaya dalam pengrjaan tugas akademik

b. Prestasi belajar

Bahwa prestasi belajar merupakan hasil usaha belajar yang dicapai seorang siswa. Prestasi itu berupa suatu kecakapan dari kegiatan belajar bidang akademik di sekolah pada jangka waktu tertentu yang dicatat pada setiap akhir semester di dalam buki laporan yang disebut rapor.

D. Teknik Pengumpulan Data

Nazir 2011:174) pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Instrument atau tekhnik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuisioner dalam bentuk skala dan dokumenyasi. Berikut merupakan penjelasan dari tekhnik pengumpulan data yang digunakan dalam peneltian ini :

1. Skala Regulasi Diri

Dalam penyusunan instrumen penelitian harus mengetahui jenis skala pengukuran yang digunaan dan tipe-tipe skala pengukuran agar instrumen bisa diukur sesuai dengan hal yang akan ukur dan bisa dipercaya serta reliabel terhadap permasalahan intrumen penelitian.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala Regulasii Diri (*Self Regulation)* model *likert.* Skala Likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan

persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2002). Alasan peneliti menggunakan skala *Likert* karena skala ini akan membantu dalam menilai perkembangan sikap siswa mengenai pengaturan diri atau *self regulation* mereka.

Model dan format skala yang dibuat menurut (Azwar, 2014) banyak ragamnya dan oleh karena itu dalam pelaksanaanya menuntut keluwesan dari pihak perancang penyusun skala. Seperti yang dikemukakan oleh Nazir (2011) bahwa prosedur dalam pembuatan skala model *Likert* adalah sebagai berikut.

a. Peneliti mengumpulkan item-item yang cukup banyak dan relevan dengan masalah yang sedang diteliti.

b. Item-item tersebut diujikan kepada sekelompok responden yang cukup representatif dari populasi yang ingin diteliti.

c. Responden kemudian diminta untuk mengisi item peryataan sesuai dengan keadaan yang paling mewakili dirinya. Alternatif jawaban berupa sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS).

d. Total skor dari masing-masing responden adalah penjumlahan dari skor masing-masing item responden tersebut.

e. Respon dianalisa untuk mengetahui item-item mana yang sangat nyata batasan antara skor tinggi dan skor rendah dalam skala total untuk melihat sampai berapa jauh tiap item ini berbeda.

f. Item-item yang tidak menunjukkan korelasi dengan skor total di buang atau tidak dipakai.

Skala likert memiliki lima kategori kesetujuan dalam memilih skor yaitu 1-5, akan tetapi dalam penelitian ini menggunakan jawaban kesesuaian karena lebih tepat untuk digunakan dalam penelitian sekarang. skor skala liker dalam penelitian ini berkisar antara 1-4 dengan alasan untuk

mempermudah subjek penelitian saat memilih jawaban. Tidak ada manfaat untuk memperbanyak pilihan jenjang karena akan mengaburkan perbedaan yang diinginkan diantara jenjang yang dimaksudkan, pada responden yang belum cukup dewasa diferensiasinya perlu untuk disederhanakan (Azwar, 2014). Oleh sebeb itu peneliti menggunakan skala liker dengan skor skala yang berkisar antara 1-4.

Seperti telah dijelaskan di atas bahwa skala model *Likert* dapat memiliki empat alternatif respon penyataan yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala ini juga terdiri dari pernyataan yang mendukung *(favorable)* dan tidak mendukung *(unfavorable).*

Bobot nilai untuk kelima respon pernyataan memiliki nilai yang berbeda antara pernyataan *favorable* dengan *unfavorable* yaitu sebagai berikut.

Tabel 3.1 *Kriteria bobot nilai pada* skala Regulasi Diri

Pernyataan	***Favorable***	***Unfavorable***
Sangat sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak sesuai (TS)	2	3
Sangat tidak sesuai (STS)	1	4

Dapat disimpulkan dengan menggunakan skala likert, dalam penelitian ini variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator, lalu nantinya indikator akan dijabarkan menjadi deskriptor kemudian deskriptor dijabarkan kembali menjadi indikator-indikator yang nantinya dapat diukur. Akhirnya indikator- indikator yag terukur ini dapat dijadikan

tolak ukur untuk membuat item instrumen yang berupa pertanyaan atau pernyataan yang perlu dijawab oleh responden.

Kisi-kisi skala pada dasarnya hanya memuat aspek-aspek sikap. Kisi-kisi tidak dapat menerangkan tentang jumlah item yang dikehendaki, format dan tipe sosial, format respon dan informasi lainnya. Menurut Azwar (2014:37) kisi-kisi perlu dilengkapi dengan penjelasan paling tidak mengenai format item, format respon, dan jumlah item yang direncanakan dalam skala, serta keterangan lain yang dapat menggambarkan dengan lengkap item dan bentuk final skala yang sedang dirancang.

a. Format item

   Menurut Azwar (2014:37) pada dasarnya dapat dibedakan bentuknya menjadi dua macam yaitu bentuk pernyataan dan bentuk pertanyaan. Kedua bentuk item tersebut menyediakan beberapa pilihan respon.

   Dalam penelitian ini format respon yang akan digunakan adalah berupa pernyataan yang akan respon dengan empat pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), Sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

b. Pembobotan skala kategori likert

   Dalam pemberian bobot nilai respon positif terhadap aitem favorable akan diberi bobot yang lebih tinggi daripada respon negatif, sedangka untuk aitem tidak favorable, respon positif akan diberikan skor yang bobotnya lebih rendah dibanding respon negatif. Hal ini terutama

adalah benar pada pengembangan skala sikap atau skala semacamnya (Azwar, 2014: 72). Dalam penelitian ini aitem favorable akan diberikan bobot nilai 4,3,2,1 sedangkan aitem tidak favorable akan diberi nilai 1,2,3,dan 4.

Dalam penelitian ini pembobotan skor dilakukan dengan penskalaan respon dengan menggunakan *Method of Summated Ratings* yang mentransformasi jenjang pilihan jawaban menjadi kuantitas berskala interval, sehingga jika ada item yang jenjang pilihan jawaban tidak berskala interval maka item itu akan diperbaiki atau dibuang (Azwar, 2014).

c. Banyakya item dalam skala

Banyaknya item dalam skala yang disusun tentu telah disebutkan dalam spesifikasi disebutkan dalam spesifikasi skala proporsionalitasnya pada masing-masing aspek bahkan pada masing-masing indikator. Pada tahap awal penyusunan skala, perlu ditulis item yang jumlahnya paling sedikit dua atau tiga kali lipat dari jumlah yang dispesifikasikan.

Berikut ini akan disajikan pengembangan kisi-kisi instrumen penelitian skala regulasi diri (*self regulation),* sebagai berikut.

Table 3.2 *Blue Print* skala Regulasi Diri

No	Indicator	Deskriptor	Nomor Item		Jumlah
			Favourable	Unfavourable	
1	Strategi Belajar Kognitif	Mengulang	1,3	2	3
		Mengorganisasi	4,6	5	3
		Elaborasi	7,9	8,10	4

2	Regulasi metakognisi	Perencanaan	11,13	12,14	4
		Pemantauan	15,16	17	3
		Evaluasi	18,20	19	3
3	Motivasi belajar	Orientasi tujuan	22,	21,23	3
		Memiliki keyakinan	24,27	26,28	4
		Pandangan positif terhadap tugas	25,29	30	3
4	Kelola sumber daya	Mengatur lingkungan	31,33	32,34	4
		Meminta bantuan	35,37	36	3
		Manajemen waktu	38,40	39	3
5	Upaya dalam pengerjaan tugas akademik	Pengaturan tugas – tugas akademik	41 43,45	42 44,46	4
		Mengatur suasana dalam kelas	47,49	48,50	4
	Jumlah		28	22	50

2. Dokumentasi

Menurut Arikunto (2006 : 231) teknik pemeriksaan dokumen adalah pengumpulan informasi dan data secara langsung sebagai hasil

pengumpulan sendiri. Data yang dikumpulkan tersebut adalah bersifat orisinil untuk dapat dipergunakan secara langsung. Teknik pemeriksaan dokumen ini digunakan untuk melakukan pengumpulan data terhadap prestasi belajar.

Adapun teknik pengumpulan data terhadap prestasi belajar ini adalah dengan mengambil data yang sudah tersedia, yaitu nilai rapor pada semester ganjil sebagai subyek penelitian yang merupakan hasil penilaian oleh pihak akademis. Data dari prestasi belajar ini dikumpulkan dengan cara melihat hasil rapor semester ganjil dari seluruh subyek penelitian. Mata pelajaran yaitu : Pendidikan Agama PPKN, Bahasa dan Sastra Indonesia., Sejarah Nasional dan Sejarah Umum, Bahasa Inggris, Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Matematika, Fisika, Kimia, Biologi, Ekonomi dan , Sosiologi.

Penilaian prestasi belajar tersebut merupakan hasil evaluasi dari suatu proses belajar formal yang dinyatakan dalam bentuk kuantitatif (angka) yang terdiri antara 1 sampai 10. Hasil ini dapat dilihat dari nilai rata-rata raport siswa yang diberikan oleh pihak guru dalam setiap masa akhir tertentu (6 bulan) untuk sekolah lanjutan.

Alasan mengambil seluruh mata pelajaran karena data yang diambil adalah rata-rata nilai rapor dan juga agar mudah untuk mengetahui prestasi belajar pada setiap siswa sehingga dapat mengetahui keseluruhan nilai mata pelajaran.

E. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA N 1 Seputih Raman. Jumlah peserta didik yang menjadi populasi pada penelitian ini berjumlah 160 siswa

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling.* Teknik ini mengambil sampel secara acak hal tersebut sesuai dengan pendapat Thoifah (2015:21) teknik *random sampling* adalah teknik simpel (sederhana) karena pengambilan sampel secara acak dari anggota populasi tanpa memperdulikan strata yang ada sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 64 siswa.

F. Uji Instrumen Penelitian

Keberhasilan suatu penelitian ditentukan oleh baik tidaknya instrumen yang digunakan. Oleh karena itu, hendaknya peneliti melakukan pengujian terhadap instrumen yang digunakan. “Syarat instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel” (Arikunto, 2002). Instrumen yang valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur, sedangkan instrumen yang reliable berarti instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama dan akan menghasilkan data yang sama” (Sugiyono, 2002 : 267).

1. **Uji Validitas**

Menurut Arikunto (2002:144)“Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen”. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas yang tinggi. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan.

Uji Validitas yang digunakan dalam penelitian uji adalah validitas isi. Menurut Azwar (2014:132) Relevansi aitem dengan indikator keprilakuan dan dengan tujuan ukur sebenenarnya sudah dapat dievaluasi lewat nalar dan akal sehat yang mampu menilai apakah isi skala memang mendukung konstruk teoritik yang diukur. Proses ini disebut dengan validitas logik sebagai bagian dari validitas isi”.

Berdasarkan uraian di atas keputusan akal sehat mengenai keselarasan aitem dengan tujuan ukur skala tentunya tidak dapat didasarkan hanya pada penilaian penulis karena akan sangat mengandung unsur subyektifitas peneliti didalamnya. Seperti yang diungkapkan Azwar (2014:132) “ Selain didasarkan pada penilaian penulis, juga memerlukan kesepakatan penilaian dari beberapa penilai yang kompeten *(Judgement expert)*. Dalam penilaian ini, Uji ahli instrumen penelitiann dilaksanakan pada tanggal 24 Februari 2017 sampai dengan 07 Maret 2017, peneliti memberikan instrumen kepada 3 dosen ahli yaitu Bapak Moch.Johan Pratama, M.Psi.,Psi , Ibu Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., dan Ibu Yohana Oktariana, M.Pd.

Setelah dilakukan *judgement expert*, peneliti menganalisis *hasil judgement expert* menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Menurut Azwar (2014:134) " Aiken telah merumuskan formula Aiken's V untuk menghitung Content Validity Coeffisien yang di dasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu aitem mengenai sejauh mana aitem tersebut mewakili konstruk yang diukur". Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan sampai dengan 4 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan).

Berikut adalah formula Aiken's V dalam Azwar (2013:134):

V = ∑ S/ [n(c-1)]

Keterangan :

n : Jumlah panel penilaian (expert)
Io : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)
c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 4)
r : Angka yang diberikan seorang penilai
s : r – Io

Semakin mendekati angka 1,00 perhitungan dengan rumus Aiken's V diinterpretasikan memiliki validitas tinggi.

Tabel 3.3 Uji Validitas Isi *(Judgement Expert)*

No	V Aiken's	No	V Aiken's	No	V Aiken's	No	V' Aikens	No	V Aiken's
1	0,66	12	0,66	23	0,66	334	0,66	45	0,66
2	0,66	13	0,66	24	0,66	35	0,66	46	0,55
3	0,66	14	0,66	25	0,66	36	0,66	47	0,66
4	0,55	15	0,66	26	0,66	37	0,66	48	0,66
5	0,66	16	0,66	27	0,66	38	0,66	49	0,66
6	0,66	17	0,66	28	0,33	39	0,66	50	0,66
7	0,66	18	0,55	29	0,66	40	0,66	50	0,66
8	0,55	19	0,66	30	0,66	41	0,66	52	0,66

9	**0,66**	**20**	**0,66**	**31**	**0,66**	**42**	**0,55**	**53**	**0,66**
10	**0,66**	**21**	**0,66**	**32**	**0,66**	**43**	**0,66**	**54**	**0,66**
11	**0,66**	**22**	**0,66**	**33**	**0,66**	**44**	**0,66**	**55**	**0,66**
								56	**0,66**

Berdasarkan hasil uji ahli *(judgement expert)* yang dilakukan tiga dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila dari perhitungan dengan rumus Aiken's V pernyataan dengan kriteria besarnya 0,66, maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli dari 56 pernyataan setelah dihitung koefisien validitas isi terdapat 50 pernyataan yang dinyatakan valid dan 6 pernyataan tidak valid karena hasil perhitungan Aiken's V < 0.66. Pernyataan yang tidak valid yaitu nomor 4, 8,18, 28,42, 46. Pernyataan yang tidak valid akan dihilangkan karena sudah terdapat item yang mewakili untuk mengungkapkan ciri-ciri regulasi diri.

Berdasarkan hasil uji ahli maka, koefisien validitas isi *Aiken's V* dari 50 aitem adalah pada rentang 0,6442 (lihat lampiran 3, hal 86) berkaidah keputusan tinggi. Dengan demikian koefisien validitas isi skala regulasi diri ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian.

2. Uji Realibilitas

Realibilitas mengukur seberapa tinggi kecermatan dan konsistensi hasil alat ukur.

Dalam penelitian ini, untuk meneliti realibilitas, penulis menggunakan formula alpha *crombach.* Penulis menggunakan formula ini karena menurut Azwar (2014: 115) data untuk menghitung koefisien

realibilitas alpha diperoleh lewat sekali saja penyajian skala pada sekolompok responden. Tinggi rendahnya tingkat reliabiitas dapat diklasifikasi berdasarkan rentang nilai yang diungkapkan oleh Basrowi dan Kasinu (2007: 258)

0,80 – 1,00 = sangat tinggi

0,60 – 0,799 = tinggi

0,40 – 0,599 = sedang

0,20 – 0,399 = rendah

0,00 – 0,199 = sangat rendah

Uji reliabilitas pada skala regulasi diri dilakukan terhadap 50 item. Setelah dilakukan uji coba reliabilitas instrument diperoleh koefisien reliabilitas pada skala regulasi diri adalah sebesar 0,938 (lihat lampiran 4, hal 90). Berdasarkan kriteria reliabilitas menurut Basrowi & Kasinu (2007:258), maka koefisien reliabilitas pada skala regulasi diri berkaidah keputusan sangat tinggi. Dengan demikian, instrument skala tegulasi diri dapat digunakan dalam penelitian.

G. Teknis Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Analisis data dapat membuktikan hipotesis dan menarik kesimpulan tentang masalah yang akan diteliti. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah statistik korelasi untuk melihat hubungan antara regulasi diri (*self regulation*) dengan prestasi belajar.

Maka dari itu, teknik analisis data dalam penelitian ini adalah statistik korelasi untuk melihat hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar, dengan menggunakan normalitas, uji linieritas, dan uji hipotesis

1. **Uji Normalitas**

   Sebelum pengujian hipotesis dilakukan terlebih dahulu dilakukan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berasal dari populasi didistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang dipakai menggunakan teknik *one sample kolmogrov-smirnov* dengan bantuan program SPSS 16. Jika nilai signifikan > 0,05 berarti berdistribusi data normal (Azwar, 2014).

   Hasil dari normalitas sebaran data regulasi diri diperoleh 0,677 dengan nilai signifikan 0,242 > 0,05. Normalitas sebaran data prestasi belajar diperoleh nilai 0,749 dengan nila signifikan 0,249 > 0,05 (lihat lampiran 7, hal 97). Hal ini berarti sebaran data skala regulasi diri dan dokumentasi prestasi belajar berdistribusi normal.

2. **Uji Linieritas**

   Uji Linieritas dilakukan untuk menguji apakah pola sebaran variabel X dan variabel Y membentuk garis linier atau tidak. Uji linier dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 16. Jika nilai signifikan > 0,05 berarti hubungan variabel independen dan dependen berpola linear.

   Uji linieritas yang dilakukan dengan bantuan SPSS 16.0 untuk menguji linieritas antara variabel regulasi diri dengan prestasi belajar berdasarkan hasil perhitungan pada *output* tabel anova diketahui

bahwa nilai signifikan 0,590. Karena nilai 0,590 > 0,05 maka data berbentuk linear (lihat lampiran 8, hal 98).

3. **Uji Korelasi Parsial**

Korelasi parsial merupakan perluasan dari korelasi sederhana atau korelasi pearson. Korelasi sederhana melibatkan satu variabel terikat (*dependent*) dan satu variabel bebas (*independent*), maka korelasi parsial melibatkan lebih dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Analisis korelasi parsial merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengidentifikasi kuat lemahnya hubungan antar variabel bebas dan variabel terikat, dimana variabel bebas lainnya dikontrol atau dianggap berpengaruh (Irianto, 2006).

Perhitungan korelasi parsial menggunakan bantuan SPSS.16 untuk melihat hubungan yang paling kuat dari indikator regulasi diri dengan prestasi belajar siswa.

Setelah dilakukan uji korelasi parsial diperoleh nilai tertinggi 0,613 dengan signifikan < 0,05 dari indikator regulasi diri yaitu motivasi belajar (lihat lampiran 10, hal 100) Menentukan nilai r_{tabel} yaitu dengan rumus df = N-k-1, artinya N = jumlah siswa, k = jumlah variabel, maka df = 64-2-1 = 61, nilai r_{tabel} dari N 61 = 0,2480 (lihat lampiran 11, hal 108). Hasil perhitungan diperoleh nilai r_{hitung} 0,613 > r_{tabel} 0,2480 dengan nilai signifikan < 0,05 maka indikator motivasi belajar memiliki hubungan signifikan dengan prestasi belajar siswa.

4. **Uji Hipotesis**

Analisis dalam penelitian ini, data yang akan dikorelasikan berbentuk interval, maka dari itu untuk menguji hipotesis hubungan, akan diuji dengan menggunakan teknik *korelasi Product Moment.* Perhitungan korelasi *product moment* dengan menggunakan bantuan spss 16.

Setelah dilakukan uji hipotesis diperoleh hasil "terdapat hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017".

Perhitungan menggunakan taraf signifikan 0,05 dengan jumlah sampel (N) 64 diperoleh nilai r_{tabel} 0,2423 (lihat lampiran 11, hal 108). Hasil perhitungan menunjukan nilai r_{xy} = 0,843 (lihat lampiran 9, hal 99). Hasil yang didapatkan kemudian disertakan dengan ketentuan yang diberikan yaitu $r_{hitung} > r_{table}$. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai 0,843 > 0,2423 dengan nilai signifikan < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima.

V. PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan olah data pada penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan mengenai hasil peelitian ini. Kesimpulan yang diperoleh adalah terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Ajaran 2016/2017.

B. Saran

Dengan memperhatikan pada kesimpulan tersebut di atas maka penulis mengajukan saran sebagai berikut :

Dalam penelitian ini regulasi diri berperan signifikan dalam meningkatkan prestasi belajar siswa maka, kepada peneliti selanjutnya, diharapkan dapat lebih memperkaya penelitian ini dengan melihat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa, baik faktor internal di luar regulasi diri atau faktor eksternal. Faktor internal seperti intelegensi, motivasi, minat, bakat, dan faktor eksternal seperti faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta PT. Rineka Cipta

Azwar, S. 2014 . *Penyusunan Skala Psikologi* . Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Bandura, A. 1997. *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman (*Penerj. mardhiya)*

Basrowi & Kasinu. 2007. *Metodologi Penelitian Sosial*. Kediri Jenggala: Pustaka Umum

Djamarah, S. B. 2008 . *Psikologi belajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Gufron, M. N., & Risnawati, R. S. 2010. *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-ruzz Media.

Hurlock, E. B. 2002. *Psikologi perkembangan; Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Diterjemahkan oleh Istiwidayanti and Soedjarwo). Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.

ırianto, A. 2006. *Statistik: Konsep Dasar dan Aplikasi*. Kencana. Jakarta.

Kusaeri, 2016. Kemampuan Regulasi Diri Siswa dan Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Matematika. Jurnal Riview Pembelajaran Mtematika. Jurusan PMIPA FTK UIN Sunan Ampel Surabaya Vol 1 No 1 Hal 31 – 42. (http://pmt.uinsby.ac.id/ diakses 11 April 2017)

Latipah, E. 2010. *Strategi Self Regulatied Learning dan Prestasi Belajar Kajian Meta Analisis.* Jurnal Psikologi Fakultas Tarbiyah Universitas Sunan Kalijaga Vol 37 No 1. (https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view diakses 30 Maret 2017)

Nazir, M. 2011. *Metode penelitian.* Jakarta: Ghalia Indonesia.

Montalvo, T.F & Torres G.C.M .2004. Self-Regulated Learning Current and Future Directions. *Electronic Journal of Research Educational Psychology*. Vol 2, No 1. *(Penerj. mardhiya*) (https://pdfs.semanticscholar.org/ diakses 8 Februari 2017)

Muhibbin, S. 2011 . *Psikologi Pendidikan* Bandung : Rosda Karya

---------- 2012. *Psikologi Belajar. Jakarta* : PT . Raja Grafindo Persada.

Ormrod, E . J. 2008. *Psikologi Pendidikan.* Jakarta *:* Erlangga.

Papalia, O.S & Feldman, R.D . 2008 . *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.

Ria, F. P. 2013. Pengaruh Faktor – faktor dalam Goal Efficacy pada Prestasi Akademik Siswa. *Skripsi*. Malang . Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya. (https://jimfeb.ub.ac.id. diakses 21 November 2017)

Santrock, J. W. 2007. *Perkembangan Remaja* edisi kesebelas jilid 2. Jakarta: Erlangga.

----------. 2009. *Psikologi Pendidikan*. (Alih bahasa Diana Angelica). Jakarta: Salemba Humanika.

Sugiyono. 2002. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif*, Kualitatif. Bandung, Alfabeta

Sumadi, S. 2000. *Metode Penelitian*. Cetakan Sebelas. Jakarta: PT Rneka Cipta

Suryabrata, S. 2000. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Susanto, H. 2006. *Mengembangkan Kemampuan Self Regulation Untuk Meningkatkan Keberagaman Akademik Siswa*. Jurnal Penddikan Penabur Jakarta No.7/TH V. (www.academia.edu diakses 11 Aprl 2017)

Syamsu, Y. 2005 . *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Thoifah. 2015 . *Statistika Pendidikan dan Metode Penelitian Kuantitatif.* Malang : Madani

Tri, H. 2015. Hubungan Antara *Self Regulated-Learning* Dengan Prestasi Belajar Matematika Pada Siswa Kelas XII Jurusan IPA SMA Kristen Salatiga. *Skripsi* (tidak diterbitkan) Salatiga. (https://repository.uksw.edu diakses 28 Januari 2017)

Wahab, R. 2015. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Widiastuti, H. 2012. " Program Bimbingan Belajar Melalui Strategi Metakognitif Dalam Meningkatkan *Self Regulation learning* Siswa

SMA Negeri 1 Nagreg". Bandung: Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia. (https://repository.upi.edu diakses 28 Januari 2017)

Winkel, W. S . 1997. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: Gramedia.

Zimmerman, B. J & Martinez, M.P . 1990. *Student Differences in Self-Regulated Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self- Efficacy and Strategy Use. Journal of Educational Psychology*. No. 1. Vol. 82. *(Penerj. mardhiya)* (https://www.researchgate.net diakses 30 Januari 2017)

----------. 2009. *Test of a Model of Parental Inducement of Academic Self-Regulation. The Journal of Experimental Education*. Vol 64 No 3, *(Penerj. mardhiya*) (www.tandfonline.com diakses 30 Januari 2017)

----------. (2011). A social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology* Vol 4 No 2. *(Penerj. mardhiya*) (www.citeseerx.ist.psu.edu diakses 30 Januari 2017)

Zimmerman, B. J & Schunk, D. H. 2001. Metacognition Self Regulation and Self Regulated Learning: Research Recommendations. *Educational Psychology Review*. Vol 20, No 4. *(Penerj. Marwah, NJ*) (https://libres.uncg.edu diakses 30 Januari 2017)