

BAB II

LANDASAN TEORI

A.SISWA

1. Pengertian Siswa

Pengertian Siswa / Murid / Peserta Didik. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, Pengertian murid berarti orang (anak yang sedang belajar, bersekolah). Sedangkan menurut Khan (2005), pengertian siswa adalah orang yang datang ke suatu lembaga untuk memperoleh atau mempelajari beberapa tipe pendidikan. Seorang pelajar adalah orang yang mempelajari ilmu pengetahuan berapa pun usianya, dari mana pun, siapa pun, dalam bentuk apa pun, dengan biaya apa pun untuk meningkatkan intelektual dan moralnya dalam rangka mengembangkan dan membersihkan jiwanya dan mengikuti jalan kebaikan.

Menurut Sadirman (2008) menyatakan siswa adalah salah satu komponen manusia-wi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar-mengajar. Didalam proses belajar-mengajar, siswa sebagai pihak yang ingin meraih cita-cita, memiliki tujuan dan kemudian in mencapainya secara optimal.

Murid atau anak didik menurut Djamarah (2011) adalah subjek utama dalam pendidikan setiap saat. Sedangkan menurut Daradjat (1995) Murid atau anak adalah pribadi yang “unik” yang mempunyai potensi dan mengalami proses berkembang. Dalam proses berkembang itu anak atau murid membutuhkan bantuan yang sifat dan coraknya tidak ditentukan oleh guru tetapi oleh anak itu sendiri, dalam suatu kehidupan bersama dengan individu-individu yang lain.

Individu yang dapat dikatakan sebagai siswa ialah mereka yang termasuk dalam kategori anak sampai remaja. Masa anak menurut Hurlock (1980) berlangsung antara umur 6 sampai 12 tahun dan pada usia ini umumnya anak berada pada tingkat sekolah dasar. Sedangkan masa remaja oleh Hurlock (1980) dibedakan menjadi dua bagian, yaitu masa remaja awal yang berlangsung kira-kira dari umur 13 sampai dengan 16/17 tahun dan masa remaja akhir berlangsung dari umur 16/17 sampai dengan 18 tahun. Pada masa awal inilah individu mulai memasuki tingkat sekolah menengah atas.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa yang dikatakan sebagai siswa ialah individu yang berada pada masa anak sampai remaja yang menerima pengetahuan dan menempati posisi sentral dalam proses belajar-mengajar yang ingin meraih cita-cita, memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal.

2. Kebutuhan Siswa

Menurut Sardiman (2008) menyatakan bahwa ada beberapa yang menjadi kebutuhan siswa antara lain :

1. Kebutuhan Jasmaniah

Hal ini berkaitan dengan tuntutan siswa yang bersifat jasmaniah, entah yang menyangkut kesehatan jasmani yang dalam hal ini olah raga menjadi materi utama. Disamping itu kebutuhan-kebutuhan lain seperti makan, minum, tidur, pakaian, dan sebagainya, perlu mendapat perhatian.

2. Kebutuhan Sosial

Pemenuhan keinginan untuk saling bergaul sesama siswa dan guru serta orang lain, merupakan salah satu upaya untuk memenuhi kebutuhan sosial anak atau siswa. Dalam hal ini sekolah harus dipandang sebagai lembaga tempat para siswa belajar, bergaul dan beradaptasi dengan lingkungan, seperti misalnya bergaul dengan sesama teman yang berbeda jenis kelamin, suku bangsa, agama, status sosial dan kecakapan.

3. Kebutuhan Intelektual

Setiap siswa tidak sama dalam hal minat untuk mempelajari sesuatu ilmu pengetahuan. Mungkin ada yang lebih berminat belajar ekonomi, sejarah, biologi atau yang lain-lain. Minat semacam ini tidak dapat dipaksakan, kalau ingin mencapai hasil belajar yang optimal.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa kebutuhan siswa didalam belajar mengajar adalah kebutuhan jasmaniah, kebutuhan sosial dan kebutuhan intelektual.

3. Karakteristik Remaja

Gunarsa (1989) ada beberapa karakteristik remaja yang dapat menimbulkan berbagai permasalahan pada diri remaja, yaitu:

- a. Kecanggungan dalam pergaulan dan kekakuan dalam gerakan
- b. Ketidakstabilan emosi.
- c. Adanya perasaan kosong akibat perombakan pandangan dan petunjuk hidup.
- d. Adanya sikap menentang dan menantang orang tua.

- e. Pertentangan di dalam dirinya sering menjadi pangkal penyebab pertentangan-pertentang dengan orang tua.
- f. Kegelisahan karena banyak hal diinginkan tetapi remaja tidak sanggup memenuhi semuanya.
- g. Senang bereksperimentasi.
- h. Senang bereksplorasi.
- i. Mempunyai banyak fantasi, khayalan, dan bualan.
- j. Kecenderungan membentuk kelompok dan kecenderungan kegiatan berkelompok.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian.

B. Self-Regulated Learning

1. Pengertian *self-regulated learning*

Self-regulated learning penerapan dari model umum regulasi dan regulasi diri di dalam proses belajar. Pintrich (Mukhid, 2008) mendefenisikan *self-regulated learning* sebagai suatu proses yang aktif, konstruktif, dimana pembelajar menetapkan tujuan belajar dan dipandu oleh tujuan-tujuan mereka. Menurut Santrock (2004) *self regulated learning* adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Zimmerman (1989) mengemukakan bahwa dengan *self regulated learning* siswa dapat diamati sejauh mana partisipasi aktif mereka

dalam mengarahkan proses-proses metakognitif, motivasi dan perilakunya di saat mereka belajar. Proses metakognitif adalah proses dimana siswa mampu mengarahkan dirinya saat belajar, mampu merencanakan, mengorganisasikan, mengarahkan diri sendiri dan melakukan evaluasi diri pada berbagai tingkatan selama proses perolehan informasi.

Self-regulated learning atau pengaturan diri dalam belajar, mencakup kemampuan strategi kognitif, teknik pembelajaran, dan belajar sepanjang masa. Pendapat tersebut sejalan dengan pemikiran Schunk dan Zimmerman (1989) yang mengkategorikan *self-regulated learning* sebagai dasar kesuksesan belajar, *problem solving*, transfer belajar, dan kesuksesan akademis secara umum. Di dalam proses belajar siswa dituntut aktif dalam memahami suatu tujuan atau strategi dari informasi yang tersedia di dalam pikiran dan lingkungannya. Menurut Wine (1997) menyatakan bahwa *self regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

Conro (2005) juga menambahkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan *self regulated learning* akan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Ia mampu melihat tugas sebagai sesuatu yang menyenangkan. Selain itu juga ia mengetahui mengapa perlu belajar, sehingga pilihan dan tindakan yang dipilih berasal dari diri sendiri dan tidak dipengaruhi oleh orang lain. Juga mereka memiliki disiplin dalam belajar, kemauan belajar yang kuat, mengerti cara menghindari gangguan, dan dapat mengatasi rasa cemas, mengantuk, atau malas ketika belajar. Siswa juga akan menentukan tujuan yang lebih spesifik, menggunakan lebih banyak strategi

belajar, memonitor sendiri proses belajar mereka, dan lebih sistematis dalam mengevaluasi kemajuan mereka sendiri (Santrock, 2004).

Self-regulated learning mengacu pada cara orang mengontrol dan mengarahkan tindakan mereka sendiri. *Self-regulated learning* merupakan kesanggupan siswa secara personal untuk merancang sendiri strategi belajar dalam upaya meningkatkan pencapaian hasil belajar dan kesanggupan untuk mengelola lingkungan yang kondusif untuk belajar. Mereka merumuskan tujuan dan mengejarnya, menggunakan keahlian sosial dan regulasi diri. Dalam pembahasan ini kita mampu mengatur diri, mengatur pemikiran, emosi, dan tindakan dalam situasi sosial. Banyak dari regulasi diri secara optimis tanpa sadar atau pemikiran mendalam. Secara sadar dan aktif mengintervensi untuk mengontrol pemikiran, reaksi dan perilaku (Pratiwi, 2009).

Berdasarkan defenisi yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* adalah kemampuan dimana individu aktif dengan sengaja mengontrol proses kognitif, motivasi, dan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu yang telah diterapkan. Jadi dapat dikatakan semakin baik *self regulated learning*, maka akan semakin baik hasil prestasi yang dapat dicapai.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*

Cobb (2003) menyatakan bahwa *self regulated learning* dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah kecerdasan emosi, motivasi dan tujuan, yaitu :

a. Kecerdasan emosi

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan individu atau kompetensinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan atau mengatasi hambatan dalam belajar menurut Cobb (2003). Kecerdasan emosi dapat mempengaruhi peserta didik dalam memilih suatu tugas, usaha, ketekunan dan prestasi. Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan meningkatkan penggunaan kognitif dan strategi *self regulated learning*. Peserta didik yang merasa mampu menguasai suatu keahlian atau melaksanakan suatu tugas akan lebih siap untuk berpartisipasi, bekerja keras, lebih ulet dalam menghadapi kesulitan, mencapai level yang lebih tinggi.

b. Motivasi

Menurut Cobb (2003) motivasi yang dimiliki peserta didik secara positif berhubungan dengan *self regulated learning*. Motivasi dibutuhkan peserta didik untuk melaksanakan strategi yang akan mempengaruhi proses belajar. Didik cenderung akan lebih efisien mengatur waktunya dan efektif dalam belajar apabila memiliki motivasi belajar. Motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang (*intrinsic*) cenderung akan lebih memberikan hasil positif dalam proses belajar dan meraih prestasi yang baik. Motivasi ini akan lebih kuat dan lebih stabil bila dibandingkan dengan motivasi yang berasal dari luar diri. walaupun demikian bukan berarti motivasi ini sangat berperan dalam proses belajar. Peserta didik kadang termotivasi belajar oleh keduanya, misalnya mereka mengharapkan pemenuhan kepuasan atas keingintahuannya dengan belajar giat, namun mereka juga mengharapkan ganjaran (*reward*) dari luar atas prestasi yang mereka capai.

c. Tujuan (goals)

Menurut Cobb (2003) *Goal* merupakan penetapan tujuan apa yang hendak dicapai seseorang. *Goal* merupakan kriteria yang digunakan peserta didik untuk memonitor kemajuan mereka dalam belajar. *Goal* memiliki dua fungsi dalam *selfregulated learning* yaitu menuntut peserta didik untuk memonitor dan mengatur usahanya dalam arah yang spesifik. Selain itu goal juga merupakan kriteria bagi peserta didik untuk mengevaluasi performansi mereka. Efek dari *goal* tergantung atas hasil yang diharapkan. Hasil ini dapat dikategorikan menjadi dua orientasi yaitu: orientasi pada pembelajaran dan orientasi pada penampilan fokus pada penampilan. Orientasi pada pembelajaran fokus pada pencapaian kemampuan dan pemahaman betapa sulitnya usaha yang harus dilakukan untuk mencapai *goal* tersebut. Sedangkan orientasi pada penampilan fokus pada pencapaian penampilan yang baik di pandang orang lain atau penghindaran penilaian negatif pada lingkungan.

Menurut Cobb (2003) *learning goals* menghasilkan prestasi akademik yang tinggi dan menunjukkan penggunaan strategi *self regulated learning* melalui proses informasi mendalam.

Menurut Zimmerman (1989) faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* berasal dari tiga wilayah yakni wilayah person, wilayah perilaku, dan wilayah lingkungan. Zimmerman (1989) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* sebagai berikut:

a. Faktor pribadi. Termasuk dalam hal ini adalah pengetahuan peserta didik, proses metakognisi, tujuan yang hendak dicapai, dan afeksi. Pemilihan atau

penentu tujuan pelajar yang mana yang ditentukan oleh (1) harapan tentang *self competencies* dan luaran yang didapat dari pelaksanaan tugas , (2) faktor-faktor afektif seperti kebutuhan-kebutuhan motivasi dan nilai-nilai, (3) keinginan dalam *self conception* sebagai yang digambarkan dalam tujuan umum kehidupan yang telah dirumuskan sesuai dengan selera pribadinya kedalam tujuan-tujuan.

b. Faktor perilaku. Faktor perilaku meliputi observasi diri (*self observation*), penilaian diri (*self judgement*), dan reaksi diri (*self reaction*). Observasi diri mengacu pada respon peserta didik yang berkaitan dengan pemantauan perilakunya secara sistematis. Penilaian diri mengacu pada respon peserta didik yang berkaitan dengan perbandingan. Secara sistematis terhadap kinerja mereka dengan standar tujuan. Secara sistematis terhadap kinerja mereka dengan standar tujuan. Peserta didik yang melaksanakan “penilaian diri” memiliki kinerja yang lebih tinggi, *self efficacy* yang lebih batin, dan kesadaran yang lebih baik. Peserta didik yang beraksi positif terhadap kinerjanya maka akan dapat meningkatkan kinerjanya.

c. Faktor Lingkungan. Lingkungan berpengaruh terhadap kegiatan belajar seseorang. Lingkungan belajar yang kondusif akan membuat peserta didik yang melaksanakan *self regulated learning*, dan sebaliknya pada lingkungan yang kurang kondusif akan membuat kesulitan berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas-tugasnya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* adalah faktor *person*, perilaku, dan lingkungan.

3. Karakteristik *Self-Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (Mukhid, 2008) menyatakan bahwa karakteristik *Self Regulated Learning* yaitu:

1. Mengetahui bagaimana menggunakan suatu seri strategi kognitif (repetisi, elaborasi, dan organisasi) yang membantu mereka menyelesaikan, mengubah (*transform*), mengatur (*organize*), memperluas (*elaborate*), dan memperoleh kembali informasi (*recover information*).
2. Mengetahui bagaimana merencanakan, mengontrol dan mengatur proses mental mereka terhadap pencapaian tujuan-tujuan personal (*metacognition*).
3. Menunjukkan sekumpulan kepercayaan motivasi (*motivational beliefs*), pemakaian tujuan-tujuan belajar, pengembangan emosi positif terhadap tugas-tugas.
4. Mereka merencanakan dan mengontrol waktu dan upaya yang digunakan untuk tugas-tugas dan mereka mengetahui bagaimana membuat dan membangun lingkungan belajar yang baik.
5. Upaya-upaya yang lebih besar untuk ambil bagian dalam kontrol dan pengaturan tugas-tugas akademik, suasana dan struktur kelas, desain tugas-tugas kelas, dan organisasi kelompok kerja.

Berdasarkan uraian diatas maka yang termasuk karakteristik *dari self regulated learning* adalah menggunakan strategi kognitif, mengontrol dan mengatur proses mental, kepercayaan motivasi, merencanakan dan mengontrol waktu dan pengaturan tugas.

4. Aspek-aspek *self-regulated learning*

Menurut Zimmerman (Mukhid, 2008) menyimpulkan bahwa aspek-aspek yang terdapat dalam *Self Regulated Learning* yaitu :

a. Metakognisi

Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasi atau mengatur, mengintruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivasi belajar, aspek metakognisi dalam *Self Regulated Learning* mengacu pada proses pembuatan keputusan yang mengatur pemilihan dan penggunaan berbagai jenis pengetahuan.

b. Motivasi

Motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu. Motivasi merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada individu dalam mengorganisir aktivitas belajarnya. Aspek motivasi mengacu pada komponen-komponen yang meliputi (1) komponen harapan (*an expectancy compementi*), yakni keyakinan peserta didik mengenai kemampuannya dalam mengerjakan suatu tugas, (2) komponen nilai, meliputi tujuan dan keyakinan mengenai pentingnya minat

terhadap suatu tugas, (3) komponen afeksi, yakni reaksi emosional terhadap suatu tugas.

c. Perilaku

Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar, komponen perilaku yang mengacu pada perilaku nyata yang muncul dalam interaksinya dengan lingkungan dalam rangka mencapai tujuan aktivitas belajar.

Menurut Ormord (2008) mengatakan bahwa *self regulated learning* memiliki beberapa di dalamnya yaitu:

1. *Goal setting*

Goal setting merupakan pengidentifikasian hasil akhir yang diinginkan untuk kegiatan belajarnya. Siswa yang memiliki *self regulated learning* tahu apa yang dia ingin dicapai ketika mereka belajar. Siswa memegang tujuannya untuk kegiatan belajar tertentu untuk tujuan jangka panjang dan aspirasinya. Selanjutnya saat siswa mencapai perguruan tinggi, siswa dapat menetapkan tenggang waktu untuk diri mereka sendiri sebagai cara untuk memastikan mereka tidak meninggalkan tugas-tugas belajar yang penting akhir.

2. *Planning*

Planning adalah menentukan atau merencanakan cara terbaik untuk menggunakan waktu yang tersedia untuk belajar. Siswa dengan *self-regulated learning* memiliki rencana ke depan berhubungan dengan tugas belajar dan menggunakan waktu mereka secara efektif untuk mencapai tujuannya.

3. *Self-motivation*

Mempertahankan motivasi intrinsik untuk menyelesaikan tugas belajar. Siswa yang mengatur diri cenderung memiliki *self-efficacy* yang tinggi mengenai kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas belajar dengan sukses. Selain itu, siswa menggunakan berbagai strategi untuk mempertahankan semangatnya mungkin dengan cara menghiasi tugasnya agar lebih menyenangkan, mengingatkan diri akan pentingnya melakukan dengan baik, akhirnya mereka memvisualisasikan kesuksesan atau menjanjikan sendiri hadiah ketika mereka selesai.

4. *Attention Control*

Berguna untuk memaksimalkan perhatian pada tugas belajar. Siswa dengan *self-regulated learning* akan mencoba untuk memusatkan perhatian mereka pada tugas dan menghilangkan pikiran mereka yang berpotensi mengganggu pikiran dan emosi.

5. *Application of Learning Strategies*

Memilih dan menggunakan cara yang tepat pengolahan bahan yang akan dipelajari. Siswa mengatur sendiri memilih strategi pembelajaran yang berbeda tergantung pada tujuan yang spesifik sesuai yang ingin mereka dicapai, misalnya mereka membaca sebuah artikel majalah berbeda, tergantung pada mereka membacanya untuk hiburan mereka.

6. *Self-Monitoring*

Siswa akan mengevaluasi secara berkala untuk melihat apa kemajuan mencapai tujuan. Siswa dengan *self regulated learning* akan terus memantau

perkembangan selama proses belajar dan siswa akan mengubah strategi belajarnya atau tujuan dalam belajar.

7. *Self-Evaluation*

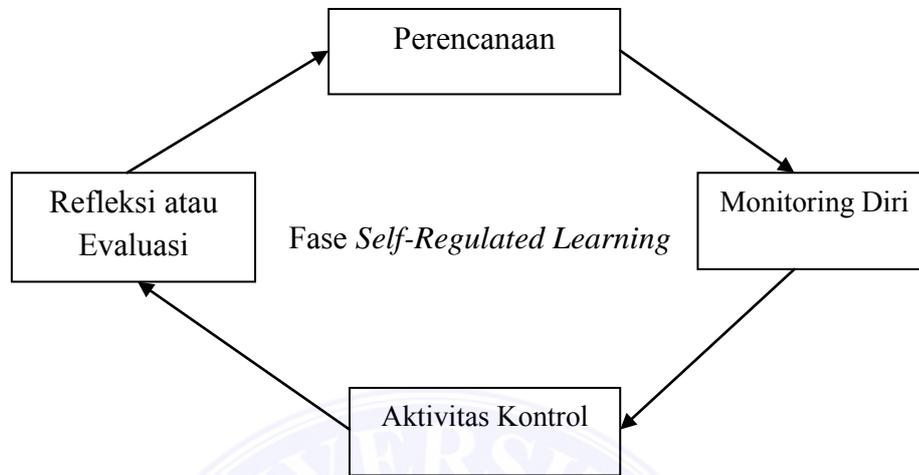
Menilai hasil akhir dari usaha individu. Siswa dengan *self regulated learning* akan menilai hal yang mereka pelajari cukup untuk tujuan yang telah ditetapkan.

8. *Self-Reflection*

Menentukan sejauh mana strategi belajar seseorang telah berhasil dan efisien, dan mungkin mengidentifikasi alternatif yang mungkin lebih efektif dalam situasi belajar masa depan.

Berdasarkan uraian diatas maka yang termasuk aspek dari *Self Regulated Learning* adalah metakognisi, motivasi, dan perilaku, *goal setting, planning, self-motivation, attention control, application of learning strategies, self-monitoring, dan self-reflection.*

5. Fase-fase *self-regulated learning*



Menurut Pintrich (Mukhid, 2008), proses - proses *regulated* dikelompokkan ke dalam empat fase, yaitu perencanaan, monitoring diri, kontrol, dan evaluasi, di mana dalam setiap fase aktifitas *self-regulated* tersusun ke dalam empat area, yaitu kognitif, motivasional atau afektif, behavioral, dan kontekstual. Empat fase tersebut menggambarkan rangkaian umum di mana pebelajar melangkah terus menyelesaikan tugas, tetapi mereka tidak menyusunnya secara hirarkhi atau *linier*.

Fase-fase tersebut dapat terjadi secara simultan (serempak) dan dinamis, yang menghasilkan interaksi ganda di antara proses-proses dan komponen-komponen yang berbeda. Meski demikian, tidak semua tugas-tugas akademik secara eksplisit (dengan tegas) meliputi *self-regulated*. Terkadang, prestasi atau performan pada tugas-tugas tertentu tidak mewajibkan siswa secara strategi merencanakan, mengontrol, dan mengevaluasi apa yang dikerjakan siswa. Pelaksanaan *self-regulated learning* dapat dilakukan lebih atau kurang secara otomatis (atau secara mutlak atau implisit).

Pada fase *pertama*, proses *self-regulated* dimulai dengan *perencanaan*, di mana aktifitas-aktifitas penting di dalamnya seperti serangkaian tujuan yang diinginkan atau tujuan khusus yang diminta setelah tugas (penetapan tujuan yang ditargetkan). Bidang kognitif ini adalah aktivasi atau penggerakan atau pengetahuan sebelumnya tentang bahan dan pengetahuan metakognisi (pengakuan kesulitan-kesulitan yang tercakup dalam tugas-tugas yang berbeda, identifikasi pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan mereka, pengetahuan tentang sumber-sumber strategi yang dapat digunakan dalam menuntun tugas, dan seterusnya).

Bidang motivasional atau afeksi adalah penggerakan kepercayaan motivasi (*self-efficacy*, tujuan, nilai yang diberikan pada tugas, minat pribadi) dan emosi-emosi. Bidang perilaku (*behavioral*) adalah perencanaan waktu dan usaha untuk tugas-tugas. Sedang bidang kontekstualnya adalah penggerakan persepsi berkenaan dengan tugas dan konteks kelas.

Fase *kedua* adalah *monitoring diri*, suatu fase yang membantu pebelajar menjadi sadar atas keadaan kognisi, motivasi, penggunaan waktu dan usaha, betapa pun kondisi dan konteks itu. Aktifitas-aktifitas ini jelas ketika para pembelajar sadar bahwa mereka membaca terlalu cepat untuk jenis teks yang rumit atau pada serangkaian tujuan-tujuan yang mereka miliki (seperti, memahami ide-ide utama), atau ketika mereka secara aktif mengamati pemahaman bacaan mereka sendiri dan menanyakan pertanyaan untuk melihat apakah mereka telah paham.

Fase *ketiga* adalah aktifitas *kontrol*, meliputi pemilihan dan penggunaan strategi pengendalian pikiran (penggunaan strategi kognitif dan metakognitif), motivasi dan emosi (strategi motivasional dan strategi kontrol emosi, yang praktis berhubungan dengan pengaturan waktu dan usaha, dan kontrol terhadap bermacam-macam tugas akademik, dan kontrol terhadap suasana dan struktur kelas).

Fase *keempat* adalah *refleksi* atau *evaluasi*, yang meliputi pertimbangan atau putusan, evaluasi yang berkenaan dengan pelaksanaan tugasnya, membandingkannya dengan kriteria yang ditetapkan (oleh diri pembelajar sendiri atau guru) sebelumnya, atribusi atau sifat yang dibuat berkenaan dengan penyebab keberhasilan atau kegagalan, reaksi afektif yang dialami atas hasil, sebagai konsekuensi atas atribusi yang dibuat, dan pilihan perilaku yang bisa diikuti dalam masa yang akan datang.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa fase-fase *self regulated learning* adalah perencanaan, monitoring diri, kontrol, refleksi atau evaluasi.

6. Tipe-Tipe strategi *self-regulated learning*

Strategi *self regulated learning* merupakan komplikasi dari perencanaan yang digunakan peserta didik untuk mencapai belajar (Suminarti & Fatimah, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Spitzer (Santrock, 2004) menunjukkan bahwa strategi *self regulated learning* berkaitan erat dengan performansi akademik dimana peserta didik yang menerapkan strategi *self regulated learning* mengambil

alih afeksi, pikiran dan tingkah lakunya sehingga menunjang prestasi belajar yang baik.

Zimmerman dan Martinez-Pons (Ormrod, 2008) melakukan sebuah penelitian dengan metode wawancara yang telah menghasilkan 10 kategori perilaku belajar sebagai strategi *self regulated learning* sebagai berikut.

a. Evaluasi terhadap kemajuan tugas

Merupakan inisiatif peserta didik dalam melakukan evaluasi terhadap kualitas tugas dan kemajuan pekerjaannya. Peserta didik memutuskan apakah hal-hal yang telah di pelajari mencapai tujuan yang ditentukan sebelumnya. Dalam hal ini peserta didik membandingkan informasi yang didapat melalui *self monitoring* dengan beberapa standar atau tujuan yang dimiliki.

b. Mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*)

Strategi *organizing* menandakan perilaku overt dan covert dari peserta didik untuk mengatur materi yang dipelajari dengan tujuan meningkatkan efektifitas proses belajar. Strategi *transforming* dilakukan dengan mengubah materi pelajaran menjadi lebih sederhana dan mudah dipelajari.

c. Membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting&planning*)

Strategi ini merupakan pengaturan peserta didik terhadap tujuan umum dan tujuan khusus dari belajar dan perencanaan untuk mengurutkan pengerjaan tugas. bagaimana memanfaatkan waktu dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan tersebut. Perencanaan akan membantu peserta didik untuk menemu-kenali konflik dan krisis yang potensial serta meminimalisir tugas – tugas yang mendesak. Perencanaan juga memungkinkan peserta didik untuk fokus

pada hal – hal yang penting bagi perolehan kesuksesan jangka panjang untuk mendapatkan manfaat sebesar mungkin dari perencanaan, maka perencanaan perlu ditinjau kembali secara rutin.

d. Mencari informasi (*seeking information*)

Peserta didik memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi di luar sumber – sumber sosial ketika mengerjakan tugas ataupun ketika mempelajari suatu materi pelajaran. Strategi ini dilakukan dengan menetapkan informasi apa yang penting dan bagaimana cara mendapatkan informasi tersebut.

e. Mencatat hal penting (*keeping record & monitoring*)

Strategi ini dilakukan dengan mencatat hal – hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari, kemudian menyimpan hasil uas maupun catatan yang telah dikerjakan.

f. Mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*)

Peserta didik berusaha memilih atau mengatur lingkungan fisik dengan cara tertentu sehingga membantu mereka untuk belajar lebih baik.

g. Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequences*)

Strategi ini dilakukan dengan mengatur atau membayangkan reward atau punishment yang didapatkan bila atau gagal dalam mengerjakan tugas.

h. Mengulang dan mengingat (*rehearsing & memorizing*)

Peserta didik berusaha mempelajari ulang materi pelajaran dan mengingat bahan bacaan dengan perilaku *overt* dan *covert*.

i. Mencari bantuan sosial (*seek social assistance*)

Bila menghadapi masalah dengan tugas yang sedang dikerjakan, peserta didik dapat meminta bantuan guru (*seek teacher assistance*) dengan bertanya kepada guru didalam maupun luar jam belajar untuk dapat membantu menyelesaikan tugas dengan baik.

Peserta didik juga meminta bantuan orang dewasa (*seek adult assistance*) yang berada di dalam dan di luar lingkungan belajar bila ada topik yang tak dimengerti. Orang dewasa yang dimaksud dalam hal ini adalah orang yang lebih berpengalaman.

j. Meninjau kembali catatan, tugas atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*).

Dalam strategi ini peserta didik meninjau kembali catatan pelajaran sehingga tahu topik apa saja yang akan diuji. Selanjutnya peserta didik meninjau kembali tugas atau tes sebelumnya (*review test atau work*) yang meliputi soal-soal ujian terdahulu tentang topik – topik tertentu, juga tugas-tugas yang telah dikerjakan sebagai sumber informasi untuk belajar.

Peserta didik juga membaca ulang buku pelajaran (*review text book*) yang merupakan sumber informasi yang dijadikan penunjang catatan sebagai sarana belajar.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa strategi didalam *self regulated learning* adalah evaluasi terhadap tugas, mengatur materi pelajaran (*organizing & transforming*), membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*), mencari informasi (*seeking information*), mencatat hal penting

(*keeping record & monitoring*), mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*), konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequences*), mengulang dan mengingat (*rehearsing & memorizing*), mencari bantuan sosial (*seek social assistance*), meninjau kembali catatan, tugas, atau tes sebelumnya dan buku pelajaran (*review record*).

C. Kecerdasan Emosi

1. Pengertian Kecerdasan Emosi

Kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal yang mutlak dalam emosi. Menurut Daniel Goleman (2006) emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologi dan serangkaian kecenderungan bertindak. Biasanya reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Istilah “Kecerdasan emosi” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh Psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan (Goleman, 2006). Menurut Goleman (2006), kecerdasan emosi adalah kemampuan seperti kemampuan mengelola emosi, memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan mampu berhubungan dengan orang lain.

Gardner menyatakan bahwa inti kecerdasan antar pribadi itu mencakup “kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, tempramen, motivasi dan hasrat orang lain.” Dalam kecerdasan antar pribadi yang merupakan kunci menuju pengetahuan diri, ia mencantumkan “akses menuju perasaan-perasaan diri seseorang dan kemampuan untuk membedakan perasaan-perasaan tersebut serta memanfaatkannya untuk menuntun tingkah laku”(Goleman, 2002).

Goleman (2006) menyatakan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*) menjaga keselarasan emosi dan pengungkapan (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, mengendalikan diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Mayer (Goleman, 2006) Menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan hasil kerjasama kekuatan emosi dengan pikiran rasional, berfungsi untuk mengendalikan diri, semangat, ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri, lalu menggunakan sebagai satu kekuatan (inti daya) dalam hidup supaya sukses dalam membina hubungan dengan orang lain, sukses dalam memecahkan suatu masalah, serta sejahtera dan sukses dalam hidup. Howes dan Herald (dalam Goleman, 2006) mengatakan pada intinya kecerdasan emosional merupakan komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosi. Lebih lanjut dikatakannya bahwa emosi (dalam Goleman, 1995) berada di perasaan yang mengatur emosi sama dengan bekerja penuh waktu sebagian besar dari apa yang kita kerjakan terutama waktu luang adalah berupaya mengatur suasana hati.

Berdasarkan defenisi yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya serta dapat membedakan dan menanggapi dengan tepat mengatur suasana hati, memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, menjaga agar beban stress, berempati dan mampu berhubungan dengan orang lain.

2. Aspek-Aspek kecerdasan emosi

Goleman (2001) membagi aspek-aspek kecerdasan emosi lima aspek yaitu:

a. Kesadaran diri

Mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat (kesadaran emosi) dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, penilaian diri secara teliti dan percaya diri. Memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. Kesadaran diri memungkinkan pikiran rasional memberikan informasi penting untuk menyingkirkan suasana hati yang tidak menyenangkan. Pada saat bersamaan, kesadaran diri bisa membantu mengelola diri sendiri dan hubungan antara personal serta menyadari emosi dan pikiran sendiri.

b. Pengaturan diri

Pengendalian emosi dilakukan bukan dengan menekan emosi melainkan mampu menyalurkan emosinya dan mengalihkan suasana hati melalui kegiatan positif seperti menonton, membaca buku, berbelanja dan menolong orang lain (Goleman, 1995) Mengatur diri sendiri adalah kemampuan untuk mengikuti

pemikiran sendiri dan berusaha mewujudkan keinginan yang telah ditentukan Stein & Book (2002) menyatakan pengaturan diri juga dapat berarti menangani emosi sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran serta mampu untuk pulih kembali dari tekanan emosi. Emosi yang terlalu ditekan akan menciptakan tebosanan dan kesenjangan. Dipihak lain emosi yang tidak terkendalikan dapat menyebabkan gangguan emosi yang ingin dicapai adalah emosi yang wajar, yang merupakan keselarasan antara perasaan dan lingkungan.

c. Motivasi

Motivasi yaitu menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak secara efektif dan mampu bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Kunci motivasi adalah memanfaatkan emosi, sehingga mendukung kesuksesan hidup seseorang. Menurut Stein & Book (2002) orang yang berhasil memecahkan masalah memotivasi dirinya dengan cara memandang masalah sebagai tantangan yang harus diatasi atau sebagai pengalasan berharga yang akan membantunya semakin kuat dan berkembang. Di pihak lain ada motivasi positif yang merupakan kumpulan perasaan antusiasme, gairah, dan keyakinan diri dalam mencapai prestasi. Banyak orang mencapai prestasi tinggi karena mempunyai tingkat ketahanan dan ketekunan yang bergantung pada sifat emosional, antusiasme serta kegigihan menghadapi tantangan (Goleman, 1995). Orang dapat menjadi tekun dan tahan dalam mengerjakan sesuatu kalau ia mendapat kepuasan

sementara. Emosi dapat menghambat atau mempertinggi kemampuan individu untuk berpikir dan berencana untuk mengejar latihan-latihan demi sasaran jangka panjang dan untuk menyelesaikan permasalahan yang timbul. Hal inilah yang menentukan batas kemampuan individu untuk memanfaatkan kemampuan mental bawaan (*inner mental abilities*) yang menentukan keberhasilan dalam kehidupan. Memotivasi yang positif akan meningkatkan keberhasilan dalam segala bidang. Hal-hal yang dapat meningkatkan motivasi positif antara lain:

1. Harapan

Harapan sangat bermanfaat dalam kehidupan. Harapan merupakan keyakinan adanya kemampuan maupun cara mencapai sasaran yang telah ditetapkan (Snyder dalam Goleman, 1995). Orang yang mempunyai harapan tidak akan menjadi cemas, dan tidak akan bersikap pasrah. Mereka mempunyai beban stres yang rendah.

2. Optimisme

Optimisme merupakan sikap yang membuat seseorang tidak jahu dalam kemasabodohan dan keputusan bila sedang dalam kesulitan. Optimisme yang realistis akan membawa keuntungan-keuntungan dalam kehidupan seligman (Goleman, 1995) mendefinisikan optimisme sebagai kerangka seseorang memandang keberhasilan dan kegagalan mereka. Orang yang optimis menganggap kegagalan disebabkan oleh sesuatu hal yang dapat diubah sehingga mereka dapat berhasil pada masa-masa mendatang. Sementara orang yang pesimistis menerima kegagalan sebagai kesalahan sendiri yang tidak dapat diubah.

d. Empati

Empati adalah merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan orang lain. Empati memungkinkan seseorang mengetahui perasaan dan pikiran orang lain. Apabila mengembangkan empati yang dibangkitkan oleh pemahaman dan kekecewaan, perasaan dan pikiran orang lain, maka seseorang akan mampu melihat situasi dari perspektif yang lebih luas. Menurut Bar-On (Stein & Book, 2002) empati adalah menyelaraskan diri terhadap apa, bagaimana, dan latar belakang perasaan dan pikiran orang lain sebagaimana orang tersebut merasakan dan memikirkan.

e. Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial yaitu mengendalikan emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, serta untuk bekerja sama dalam tim (Goleman, 2000). Menurut Stein & Book (2003) keterampilan menjalin hubungan antar pribadi positif dicirikan oleh kepedulian kepada sesama. Unsur kecerdasan emosi ini tidak hanya berkaitan dengan keinginan untuk membina persahabatan dengan orang lain, tetapi juga dengan kemampuan merasa tenang dan nyaman berada dalam jalinan hubungan tersebut, serta kemampuan memiliki harapan positif yang menyangkut interaksi sosial.

Berdasarkan uraian diatas, kecerdasan emosididalam aspek-aspek yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, harapan, optimisme, empati dan keterampilan sosial.

3. Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi

Walgito (1993) membagi faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi menjadi dua faktor yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup di dalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi:

1. Stimulus itu sendiri, kejernihan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi.
2. Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosi. objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebulatan yang sangat sulit dipisahkan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kecerdasan emosi antara lain : faktor internal yaitu meliputi jasmani dan psikologis dan faktor eksternal yaitu meliputi stimulus itu sendiri dan lingkungan/keluarga.

D. Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan *Self-Regulated Learning*

Self Regulated Learning merupakan kemampuan dasar yang meliputi mengatur emosi, pikiran, belajar dan tindakan belajar *self regulated learning* dapat didefinisikan sebagai pengaturan diri dalam belajar secara konstruktif dan aktif dengan cara menentukan tujuan rencana aktivitas belajar, memonitor perkembangan, mengontrol, dan mengatur aktivitas kognitifnya dan perilakunya. Strategi belajar ini akan mendukung prestasi belajar, karena membutuhkan pengaturan belajar yang baik mengingat dalam belajar membutuhkan aktivitas mental yang tinggi (Woolfolk, 2004).

Menurut Gunarsa(2004) merupakan faktor-faktor yang mengembangkan regulasi diri adalah proses perhatian, kesadaran terhadap emosi negatif. Tokoh lain yang bernama Gilliom mengatakan faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri adalah *emosional regulation*. Kecerdasan emosi bekerja secara sinergi dengan keterampilan kognitif yang terdapat dalam aspek-aspek prestasi akademik.

Hasil penelitiannya yang dilakukan oleh Alfina(2014) bahwa bekal utama yang dibutuhkan siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas adalah memiliki kemampuan dan keterampilan untuk mengatur kegiatan belajar, mengontrol perilaku belajar, dan mengetahui tujuan, arah, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajarnya. Masalah belajar adalah masalah pengaturan

diri, karenanya siswa membutuhkan pengaturan diri (*self-regulated learning*) atau (SLR). Pengaturan diri (SLR) dibutuhkan siswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit.

Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari (2012) menyatakan bahwa Individu yang memiliki kecerdasan emosi dengan *self regulated learning* akan berprestasi baik dapat meliputi keterampilan kognitif dan dapat meliputi kemampuan dalam mengelola sistem belajarnya, tanpa kecerdasan emosi individu tidak akan dapat menggunakan kemampuan-kemampuan kognitif dengan potensi yang maksimal serta membedakan permasalahan yang dapat mempengaruhi prestasi akademik. Kecerdasan emosi yang memiliki keterampilan secara kognitif merupakan kunci keberhasilan akademik seseorang sehingga mampu menghadapi masalah, menyelesaikan kegagalan dalam meraih nilai akademisnya.

Oleh Karena itu, kecedasan emosi meliputi kemampuan untuk menilai dengan tepat yaitu tidak menganggap sulit, menghargai, mengekspresikan emosi, kemampuan untuk memasuki dan atau membangkitkan perasaan-perasaan. Hal yang disebut terakhir memudahkan untuk berpikir dan membangkitkan prestasi (Goleman, 1995).

Di sisi lain, Goleman (2009) menjelaskan bila seorang individu sedang kacau secara emosi dan tidak dapat berpikir jernih akan mengakibatkan kekurangan pada kemampuan intelektual seorang anak dan menghambat kemampuan belajarnya. Seorang siswa yang cerdas secara emosi atau memiliki kecerdasan emosi tinggi, memiliki kesadaran tentang kelemahan dan kekuatan

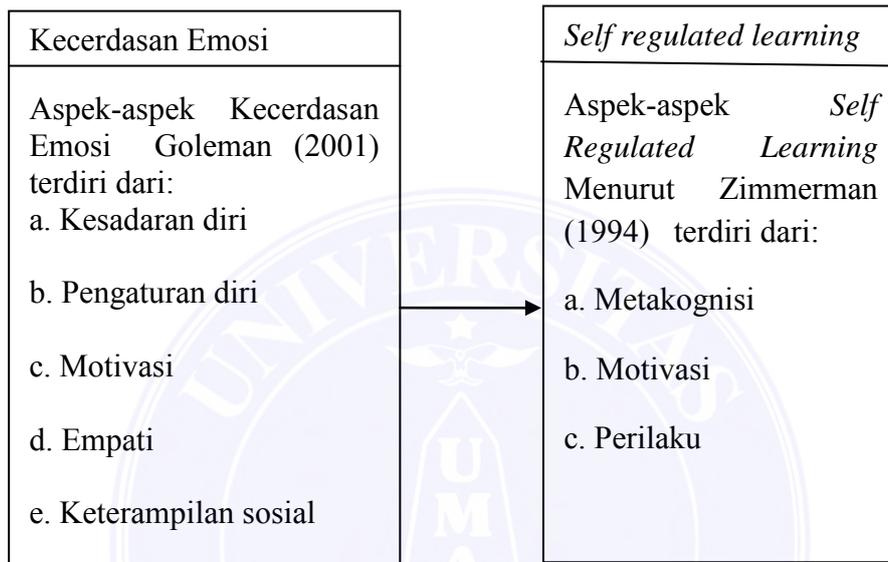
diri, serta berorientasi ke arah perbaikan diri. Siswa demikian mampu mengelola emosinya, dalam arti mampu menahan diri pada waktu emosi bergolak sebaliknya mampu segera menghilangkan emosi negatif misalnya, malas belajar sebagai bentuk emosi negatif, diubah menjadi emosi positif bagi kemajuan dirinya. Juga memotivasi dirinya untuk belajar (Santosa, 2008) jadi dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosi berpengaruh dalam mencapai prestasi belajar.

Oleh karena itu, *Self Regulated Learning* merupakan faktor yang mempengaruhi terhadap kecerdasan emosi yang menyatakan salah satu aspek *self regulated learning* adalah metakognisi, sementara metakognisi memiliki fungsi kontrol eksekutif dan strategi. Hal ini didukung oleh penelitian Weinters dan Mayer (1986) yang menyimpulkan bahwa siswa yang mampu memberdayakan strategi metakognisi dan strategi kognisi yang menghasilkan prestasi akademik.

Berdasarkan Uraian diatas dapat dilihat dari kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan *Self Regulated Learning* pada siswa SMA Plus Al-Azhar Medan.

E. Kerangka Konseptual

Penelitian ini untuk mengetahui baik buruk hubungan antara kecerdasan emosi dengan *self regulated learning* siswa. Secara skematik kerangka konseptual dapat dilihat pada gambar berikut ini :



F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa “ ada hubungan Antara kecerdasan emosi dengan *self regulated learning* dengan asumsi “Semakin tinggi Kecerdasan emosi maka semakin tinggi *self regulated learning*, sebaliknya semakin rendah Kecerdasan emosi maka semakin rendah *self regulated learning* “