

**HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN SELF-REGULATED LEARNING PADA
SISWA SMP NEGERI 2 PEUSANGAN
KABUPATEN BIREUEN**

TESIS

OLEH

**SARI RIZKI
NPM. 111804030**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2013**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/8/22

**HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN SELF-REGULATED LEARNING PADA
SISWA SMP NEGERI 2 PEUSANGAN
KABUPATEN BIREUEN**

TESIS

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada
Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana
Universitas Medan Area



**OLEH
SARI RIZKI
NPM. 111804030**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2013**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/8/22

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)24/8/22

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Self-Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Self-Regulated Learning pada Siswa SMP Negeri 2 Peusangan Kabupaten Bireuen

N a m a : Sari Rizki

N P M : 111804030

Menyetujui

Pembimbing I



Prof. Dr. Lahmuiddin Lubis, M.Ed

Pembimbing II



Azhar Aziz, S.Psi, MA

**Ketua Program Studi
Magister Psikologi**



Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Direktur



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS

Telah di uji pada Tanggal 24 April 2013

N a m a : Sari Rizki

N P M : 111804030



Panitia Penguji Tesis :

Ketua : Ir. Erwin Pane, MS

Sekretaris : Nurmaida Irawani Siregar, S.Psi, M.Si

Pembimbing I : Prof. Dr. Lahmuddin Lubis, M.Ed

Pembimbing II : Azhar Aziz, S.Psi, MA

Penguji Tamu : Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 24/8/22

Access From (repository.uma.ac.id)24/8/22

PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sari Rizki

NPM : 111804030

Dengan ini menyatakan bahwa Tesis ini dengan judul :

“Hubungan Self-Efficacy dan Dukungan Sosial dengan Self-Regulated Learning pada Siswa SMP Negeri 2 Peusangan Kabupaten Bireuen”

Adalah benar merupakan hasil penelitian yang saya kerjakan sendiri tanpa meniru atau menjiplak hasil penelitian orang lain.

Apabila di kemudian hari bahwa tesis ini tidak orisinil dan merupakan hasil plagiat, maka saya bersedia di cabut gelar magister yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya perbuat dengan sebenarnya.

Medan, Mei 2013

Yang menyatakan,



Motto dan Persembahan

Motto

Kesuksesan adalah usaha kerja keras, ketekunan, kesabaran dan kebenaran dalam bertindak dan berpikir. serta akhirnya menyerahkan sesuatu kepada yang Maha Kuasa.

Persembahan

Dengan Hati yang Tulus Ikhlas serta rasa syukur yang mendalam Tesis ini kupersembahkan kepada:

- ❖ kepada kedua orang tua Ku, Drs. Safwandi dan Dra. Hadisah beserta seluruh keluargaku, karena Setiap detik waktu menyelesaikan Studi dan karya tulis ini merupakan hasil getaran doa mereka yang mengalir tiada henti.*

- ❖ Kepada Prof. Dr. Jamaluddin Idris, M.Ed., karena Setiap pancaran semangat dalam Studi dan penulisan Tesis ini merupakan dorongan dan dukungan-nya yang sangat bermakna dan telah menanamkan semangat juang, ketabahan dan kesabaran. beliau merupakan sosok yang paling berarti dalam hidup penulis.*

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
SELF-REGULATED LEARNING PADA SISWA SMP NEGERI 2
PEUSANGAN**

Sari Rizki

Abstrack

The purposes of this study were to find out (1) the relation between *self-efficacy* and *self-regulated learning* (2) the relation between social support and *self-regulated learning* (3) the relation between *self-efficacy*, social support and *self-regulated learning*. The population of the study were students of 1,2,3 grade students at SMP 2 Peusangan. The technique sampling was random sampling. The study used *self-efficacy* scale, social support scale and *self-regulated learning* scale. The data were analyzed by regression analysis. The results show that (1) there is very significantly positive correlation between *self-efficacy* and *self-regulated learning* ($r = 0.933$, $p = 0.000$), (2) there is very significantly positive correlation between dukungan sosial and *self-regulated learning* ($r = 0.471$, $p = 0.000$), (3) there is very significantly positive correlation between *self-efficacy*, dukungan sosial and *self-regulated learning* ($r = 0.934$, $p = 0.000$).

Keyword : *Self-efficacy*, social support, *Self-regulated learning*

Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk (1) mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *self-regulated learning* (2) mengetahui hubungan dukungan social dengan *self-regulated learning* (3) mengetahui hubungan *self-efficacy* dan dukungan social dengan *self-regulated learning*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 1,2,3 SMP negeri peusangan. Total sampel penelitian berjumlah 150 siswa yang dipilih secara random sampling. Data didalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan skala *self-efficacy*, skala dukungan social dan skala *self-regulated learning*. Hasil analisis data menunjukkan (1) ada hubungan positif signifikan antara *self-efficacy* dengan *self-regulated learning* ($r = 0.933$, $p = 0.000$), (2) ada hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dengan *self-regulated learning* ($r = 0.471$, $p = 0.000$), ada hubungan positif signifikan antara *self-efficacy* dan dukungan social dengan *self-regulated learning* ($r = 0.934$, $p = 0.000$).

Kata kunci : *Self-efficacy*, Dukungan social, *Self-regulated learning*

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirobbil'alamin puji syukur penulis haturkan kepada pemilik seluruh alam, pemilik sumber ilmu pengetahuan, dan sumber segala kebenaran Allah SWT atas berkah dan rahmat dan hidayah-Nya karena telah memberikan kesehatan dan kesempatan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “ Hubungan Self-efficacy dan Dukungan Sosial dengan Self-regulated learning pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan Kab. Bireuen ”

Penyulis telah berusaha menampilkan tesis ini dalam kondisi yang terbaik dan setepat mungkin, namun karena keterbatasan dan kelemahan yang ada, pasti terbuka kemungkinan kesalahan. Untuk itu penulis mengharap masukan positif dari semua pihak untuk perbaikan tesis ini.

Dalam menyelesaikan tesis ini perlu adanya usaha yang keras, namun disadari karya ini tidak akan selesai tanpa orang-orang disekeliling penulis yang telah banyak memberikan dukungan dan bantuan. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof . Dr. Abdul Munir, M.Pd selaku Ketua Program Studi dan sekaligus sebagai dosen tamu, yang selalu memberikan dukungan dan masukan kepada peneliti.

2. Bapak Prof. Dr. Lahmuddin, M. Ed selaku pembimbing satu yang selalu memberikan saran, ide dan memberikan bimbingan dan dukungan sepenuhnya kepada peneliti demi terselesainya tesis ini.
3. Bapak Azhar Azis S.psi. MA selaku pembimbing dua yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan masukan dan motivasi kepada peneliti untuk meyelesaikan tesis ini.
4. Prof. Dr. Retno astuti kuswardani,MS selaku direktur pascasarjana UMA
5. Ibu Nurmaida Irawani Siregar, S. Psi, M. Si selaku sebagai dosen tamu, yang selalu memberikan dukungan dan masukan kepada peneliti.
6. Bapak Ir. Erwin Pane, selaku ketua sidang. Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya untuk waktu yang telah bapak luangkan untuk menjadi ketua dan terima kasih atas dukungan bapak.
7. Buat Keluarga ku di kampus kak elvi, kak dita, kak dwi, pia, oktaviani, kak wenny, buk epi (pramugari), kak mira dan semuanya, yang sell membawakan keceriaan bagi penulis. Terima kasih buat motivasi dan dukungan kalian semua selama hampir 2 tahun kita bersama. Kalian tidak akan terlupakan.
8. Ibu Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Peusangan yang telah berkenan memberikan izin kepada peneliti dalam pengambilan data yang diperlukan.
9. Siswa-siswi SMP Negeri 2 Peusangan yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam membantu peneliti dalam pengumpulan data yang diperlukan.

10. Para dosen dan staff pengajar di Magister Psikologi UMA yang telah memberikan perkuliahan selama ini.
11. Buat seluruh teman-teman seperjuangan di Magister Psikologi UMA, terima kasih buat kebersamaannya selama ini. Kalian takkan terlupakan.
12. Special buat Bang Indra, terima kasih atas bantuannya selama ini yang selalu mau disibukan dan dibuat kesal dengan tingkah kami.



Medan, April 2013

Peneliti

Sari rizki

viii

DAFTAR ISI

halaman


LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
MOTTO.....	iii
ABSTRACT	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB IPENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	10
	ix

E. Manfaat Penelitian	11
BAB II KERANGKA TEORI	12
A. Self-regulated learing	12
1. Pengertian Self-regulated learing	12
2. Aspek-aspek Self-regulated learing	14
3. Faktor Self-regulated learing	19
B. Self-eficacy	23
1. Pengertian Self-eficacy	23
2. Aspek-aspek Self-eficacy	26
C. Dukungan Sosial	29
1. Pengertian Dukungan Sosial	29
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial	34
D. Hubungan <i>Self-eficacy</i> dengan <i>Self-regulated learning</i>	40
E. Hubungan Dukungan sosial dengan <i>Self-regulated learning</i>	44
F. Hubungan <i>Self-eficacy</i> dan Dukungan social dengan <i>Self-regulated learning</i>	45
G. Kerangka Konseptual	46
1. Hubungan <i>Self-eficacy</i> dengan <i>Self-regulated learning</i>	47
	x

2. Hubungan Dukungan sosial dengan <i>Self-regulated learning</i>	48
3. Hubungan <i>Self-efficacy</i> dan Dukungan social dengan <i>Self-regulated learning</i>	49
H. Hipotesis	49
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Jenis Penelitian	51
B. Tempat dan Waktu Penelitian	52
C. Identifikasi variabel	52
D. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	52
1. <i>Self-regulated learning</i>	52
2. <i>Self-efficacy</i>	53
3. Dukungan social	53
E. Rancangan Penelitian	54
F. Populasi dan Sampel	54
G. Teknik Pengumpulan Data	
1. Skala <i>Self-regulated learning</i>	57
2. Skala <i>Self-efficacy</i>	59
3. Skala Dukungan social	62
H. Validitas dan Reliabilitas	64
1. Uji Validitas Instrumen	64

2. Uji Reliabilitas Alat Ukur	68
I. Prosedur pengumpulan Data Penelitian	70
J. Metode Pengumpulan Data	71
BAB IV	
HASIL ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN	73
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian	73
1. Orientasi Kacah	73
2. Persiapan Penelitian	73
3. Pelaksanaan Penelitian	74
B. Uji Asumsi	75
1. Uji Normalitas.....	75
2. Uji Linieritas.....	77
3. Uji Heteroskedastisitas.....	78
4. Uji Hipotesis.....	81
C. Hasil Penelitian.....	82
1. Hubungan <i>self-efficacy</i> dan Dukungan social dengan <i>self-regulated learning</i>	82
2. Hubungan <i>self-efficacy</i> dengan <i>self-regulated learning</i>	84
3. Hubungan Dukungan sosial dengan <i>self-regulated learning</i>	84
D. Hasil perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	85
1. Mean Hipotetik	85
2. Mean Empirik	85

3. Kriteria	86
E. Pembahasan Penelitian.....	90
1. Hubungan <i>self-efficacy</i> dengan <i>self-regulated learning</i>	90
2. Hubungan Dukungan sosial dengan <i>self-regulated learning</i>	91
3. Hubungan <i>self-efficacy</i> dan Dukungan social dengan <i>self-regulated learning</i>	92
BAB KESIMPULAN DAN SARAN	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

BAB III

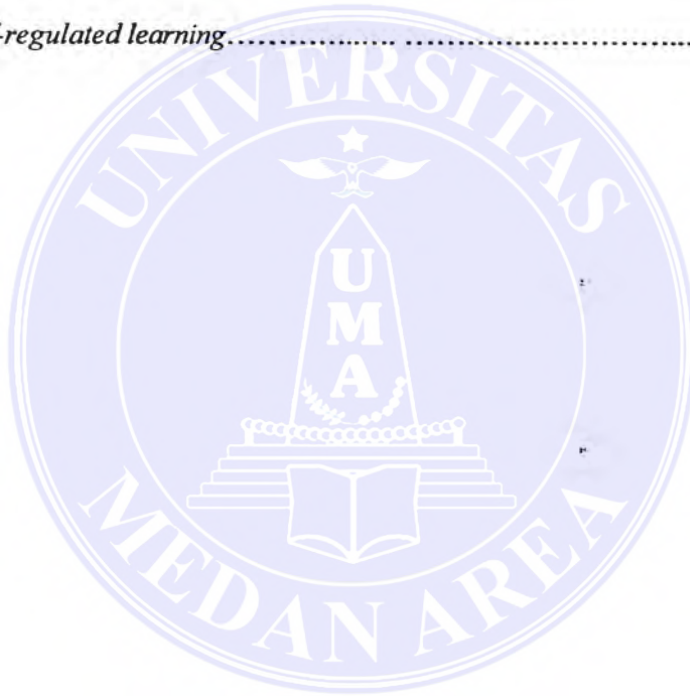
Tabel 1	Aspek – aspek dan Item <i>Self-regulated learning</i> sebelum uji coba	51
Tabel 2	Aspek – aspek dan Item <i>Self-efficacy</i> sebelum uji coba	61
Tabel 3	Aspek – aspek dan Item Dukungan sosial sebelum uji coba	63
Tabel 4	Item pernyataan skala <i>self-regulated learning</i>	66
Tabel 5	Item pernyataan skala <i>self-efficacy</i>	67
Tabel 6	Item pernyataan skala Dukungan sosial.....	68
Tabel 7	Hasil Uji Reliabilitas.....	70

BAB IV

Tabel 8	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	77
Tabel 9	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan	78
Tabel 10	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Heteroskedastisitas	81
Tabel 11	Rangkuman Hasil Analisis Data.....	82
Tabel 12	Perbandingan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	86

DAFTAR GAMBAR

Skema Kerangka Konseptual	49
Diagram scater plot Normalitas.....	76
Diagram scater plot Heteroskedastisitas.....	80
Kurve <i>Self-efficacy</i>	87
Kurve Dukungan sosial.....	88
Kurve <i>Self-regulated learning</i>	89



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan institusi strategis dalam menentukan masa depan manusia, bangsa dan juga peradaban. Strategisnya posisi pendidikan ini adalah karena pendidikan langsung bersentuhan atau secara langsung menyangkut manusia sebagai agen perubahan. Pendidikan merupakan usaha pembinaan kepribadian dan kemajuan manusia baik jasmani maupun rohani.

Pendidikan merupakan proses budaya untuk meningkatkan harkat dan martabat manusia. Hasil pendidikan dianggap tinggi mutunya apabila kemampuannya baik dalam lembaga pendidikan yang lebih tinggi maupun dalam masyarakat dapat mengubah segala sesuatu kearah yang lebih baik. Dalam Undang-undang No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermanfaat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Usaha membangun sumber daya manusia melalui pendidikan dapat dilakukan melalui beberapa metode yang selalu mengalami perubahan demi efektivitas dan efisiensi. Semua metode pendidikan yang khususnya diterapkan pada lembaga pendidikan formal secara keseluruhan bermuara pada peningkatan prestasi siswa dalam penguasaan dan penerapan ilmu pengetahuan. *Self-regulated learning* ini dibutuhkan siswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit. Schunk (1989), mengemukakan bahwa siswa dikatakan melakukan *self-regulated learning* dalam belajar bila mereka secara sistematis mengatur perilaku dan kognisinya dengan mengintegrasikan pengetahuan, melatih untuk mengingat informasi yang diperoleh, serta mengembangkan dan mempertahankan nilai-nilai positif belajarnya.

Siswa yang memiliki karakteristik *self-regulated learning* mampu memperluas pengetahuan dan mampu menjaga motivasinya, menyadari keadaan emosi mereka, punya strategi untuk mengelola emosinya, secara periodic memonitor kemajuan kearah tujuannya, menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat,mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan. *Self-regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif siswa dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku, yang kemudian semua diarahkan serta didorong oleh tujuan yang mengutamakan konteks lingkungan.

Siswa yang memiliki self regulated learning yang tinggi adalah siswa yang secara metakognisi, motivasional, dan behavioral merupakan peserta aktif dalam proses belajar. Apabila para siswa memiliki *self-regulated learning* yang rendah akan mengakibatkan kesulitan dalam menerima materi pelajaran sehingga hasil belajar mereka menjadi tidak optimal. Zimmerman dkk (hand book) menyimpulkan bahwa ada tiga aspek dalam *self-regulated learning*, adalah metakognisi, motivasi, dan perilaku. Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan , mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar. Motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan berkompentensi yang dimiliki setiap individu. Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar.

Dalam teori sosial kognitif Zimmerman juga mengatakan bahwa terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang melakukan *self-regulated learning* yaitu ; individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta *self-efficacy*. Faktor perilaku meliputi behavior self reaction, personal self reaction. Sedangkan faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, baik lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan pergaulan dan lain sebagainya. Salah satu yang dapat mempengaruhi self-regulated learning dalam faktor individu adalah *self-efficacy* dan faktor lingkungan adalah dukungan sosial.

Menurut Bandura (1977) *self-efficacy* adalah keyakinan seseorang individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai suatu hasil tertentu. *Self-efficacy* yaitu keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. *Self-efficacy* ini berpengaruh besar terhadap perilaku. Misalnya, seorang murid yang *self-efficacy*nya rendah mungkin tidak mau berusaha belajar untuk mengerjakan ujian karena tidak percaya bahwa belajar akan bisa membantunya mengerjakan soal.

Bandura (1977) mengemukakan beberapa dimensi dari *self-efficacy*, yaitu magnitude, generality, dan strength. Magnitude, berkaitan dengan tingkat kesulitan suatu tugas yang dilakukan. Generality, berkaitan dengan bidang tugas, seberapa luas individu mempunyai keyakinan dalam melaksanakan tugasnya. Strength, berkaitan dengan kuat lemahnya keyakinan seorang individu.

Self-efficacy dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yaitu pengalaman menguasai sesuatu prestasi (performance accomplishment), pengalaman vikarius (vicarious experiences), persuasi sosial (sosial persuasion) dan pembangkitan emosi (emotional physiological states). Pengalaman performansi adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa lalu. Pengalaman vikarius diperoleh melalui model sosial. Persuasi sosial adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistik dari apa yang dipersuasikan *self-efficacy* diduga akan mempengaruhi *self-regulated learning*.

Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini akan berdampak *self-regulated learning* juga akan tinggi. Ia akan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

Sedangkan *self-efficacy* yang rendah akan sangat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya informasi tentang kemampuan para siswa untuk yakin pada dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan.

Selain *self-efficacy* ada faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi *self-regulated learning* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial termasuk sebagai faktor lingkungan yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan *self-regulated learning*. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman/anggota keluarga. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan sumber-sumber yang ada di lingkungan.

Menurut Johnson dan Johnson (1991) dukungan sosial berasal dari orang-orang yang penting yang dekat (significant other) bagi individu yang membutuhkan bantuan misalnya di sekolah seperti guru dan teman-temannya. Penulis menekankan dukungan sosial keluarga, guru dan teman yang akan

mempengaruhi *self-regulated learning* anak dalam proses belajar mereka, manfaat dukungan sosial ini akan meningkatkan produktifitas, meningkatkan kesejahteraan psikologi dan *self-regulated learning*, dengan memberikan rasa memiliki, memperjelas identitas diri, menambah harga diri serta mengurangi stres, meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik serta pengelolaan terhadap stres.

Dukungan sosial menjadi hal yang diduga dapat mempengaruhi *self-regulated learning*. Orang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maka akan banyak mendapatkan dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif. Apabila dukungan emosional tinggi, individu akan merasa mendapatkan dorongan yang tinggi dari anggota keluarga maupun masyarakat dan apabila penghargaan untuk individu tersebut besar, maka akan meningkatkan kepercayaan diri, apabila individu memperoleh dukungan instrumental akan merasa mendapat fasilitas yang memadai. Apabila individu memperoleh informatif yang banyak, individu itu merasa memperoleh perhatian dan pengetahuan. Hal tersebut berdampak pada *self-regulated learning* sehingga siswa mampu mencapai hasil belajar yang optimal.

Untuk itu diharapkan siswa mampu belajar secara mandiri, mampu mengatur tingkah lakunya secara dinamis, dan fleksibel dalam menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupannya.

Self-regulated learning adalah salah satu metode belajar dimana siswa secara metakognitif, motivasional dan behavioral merupakan komponen yang penting dalam belajar bagi siswa, seorang siswa seharusnya memiliki kesadaran

yang tinggi terhadap perilakunya , kognisi dan motivasi atau keyakinan yang positif dan harus mempraktekkan strategi pengaturan belajar mereka.

Self-regulated learning ini tentunya harus didukung oleh faktor-faktor lain supaya dapat menghasilkan output yang optimal, yang secara nyata dapat dilihat dari prestasi siswa disekolah. Dalam hal ini peneliti ingin melihat dan meneliti proses belajar mengajar yang terjadi di sekolah SMP Negeri 2 Peusangan kab. Bireuen berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah SMP tersebut yang mengatakan bahwa disekolahnya telah diberlakukan sistem pembelajaran aktif learning dimana siswanya dituntut untuk meringkas sendiri isi pembelajaran yang berlangsung setiap hari, siswa juga dituntut untuk selalu menyiapkan pertanyaan disetiap pertemuannya tentang pelajaran yang mereka tidak mengerti, ini menuntut siswa untuk berfikir lebih kritis terhadap pelajarannya sehingga mereka akan bertanya dan mencari tau jika tidak mengerti. Kepala sekolahnya juga menjelaskan tentang letak strategis sekolah tersebut yang diapit oleh rumah penduduk sehingga memudahkan para guru memantau siswa yang pulang pada saat jam pelajaran sedang berlangsung, masyarakat selalu melaporkan jika ada siswa yang bermain-main pada saat jam pelajaran, sekolah juga dilengkapi dua pintu masuk yang satu kusus untuk siswa dan satu lagi kusus untuk guru, pintu masuk untuk siswa selalu tertutup hanya dibuka pada pagi hari dan pada saat jam sekolah berakhir. Kepala sekolah juga mengatakan bahwa untuk persiapan UN nanti telah disiapkan tim kusus dan kelas kusus untuk siswa kelas III yang akan mengikuti UN akan diadakan belajar intensif dibawah guru bimbingannya masing-masing untuk setiap mata pelajaran. Berdasarkan hasil

wawancara yang dilakukan dengan kepala SMP Negeri 2 tersebut peneliti tertarik untuk melihat faktor apakah yang mendorong sehingga siswa mampu untuk mengikuti setiap peraturan yang ditetapkan oleh sekolah. Berdasarkan hasil wawancara tersebut peneliti melihat ada faktor *self-regulated learning* yang sedang dijalankan di SMP tersebut ditandai dengan siswa dituntut untuk belajar secara mandiri, siswa juga harus mampu mengatur proses pembelajarannya dan memanfaatkan lingkungan yang disiapkan oleh sekolah untuk kelancaran proses belajarnya. Peneliti juga melihat adanya faktor dukungan sosial yang berjalan di lingkungan sekolah tersebut dimana masyarakat juga turut membantu dalam melancarkan proses belajar mengajar dan adanya keyakinan dari setiap siswa untuk mengikuti segala peraturan yang ditetapkan sekolah.

Berdasarkan uraian diatas, maka judul penelitian yang penulis ajukan adalah Apakah ada HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF - REGULATED LEARNING* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan Kab. Bireuen.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas diketahui bahwa metode belajar *self-regulated learning* adalah salah satu metode belajar dimana siswa secara metakognitif, motivasional dan behavioral merupakan komponen yang penting dalam belajar bagi siswa, seorang siswa sudah seharusnya memiliki kesadaran yang tinggi terhadap perilakunya, kognisi dan motivasi atau keyakinan yang

positif dan harus mempraktekkan strategi pengaturan belajar mereka. Metode belajar self-regulated learning ini sudah seharusnya didukung oleh faktor-faktor lain seperti keyakinan diri yang kuat akan kemampuan untuk melakukan segala tugas yang diberikan dan adanya dukungan sosial baik dari keluarga, lingkungan, guru maupun teman, faktor-faktor tersebut dibutuhkan untuk menghasilkan output yang optimal, yang secara nyata dapat dilihat dari pencapaian setiap tujuan yang diinginkan oleh siswa. Bila dilihat pada sekolah SMP Negeri 2 Peusangan kab. Bireuen yang telah menjalankan sistem belajar active learning pada siswa-siswinya diharapkan akan mampu membangkitkan *self-regulated learning* pada diri siswa siswi tersebut. *Self-regulated learning* sangat perlu diperhatikan oleh pihak – pihak yang berkompeten didalamnya baik pihak sekolah, masyarakat, orang tua maupun siswa itu sendiri. *Self-regulated learning* yang didasari oleh faktor keyakinan dalam diri siswa akan memberikan pengaruh yang lebih besar dan bersifat lebih permanen dan dengan adanya dukungan sosial maka siswa akan lebih termotivasi dalam membentuk *self-regulated learning*.

Penulis merasa tertarik untuk mengetahui sejauh mana *self- efficacy* berperan dalam diri siswa tersebut dan sejauh mana dukungan sosial yang telah diberikan sehingga mampu membangkitkan *self-regulated learning* dalam diri siswa faktor apakah yang menyebabkan *self-regulated learning* dalam diri siswa tersebut, oleh karena itu penulis tertarik untuk mengetahui “ HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SELF-REGULATED LEARNING* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan Kab. Bireuen.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan signifikan *Self-Efficacy* dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan?
2. Apakah ada hubungan signifikan Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan?
3. . Apakah ada hubungan signifikan *Self-Efficacy* dan Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan?

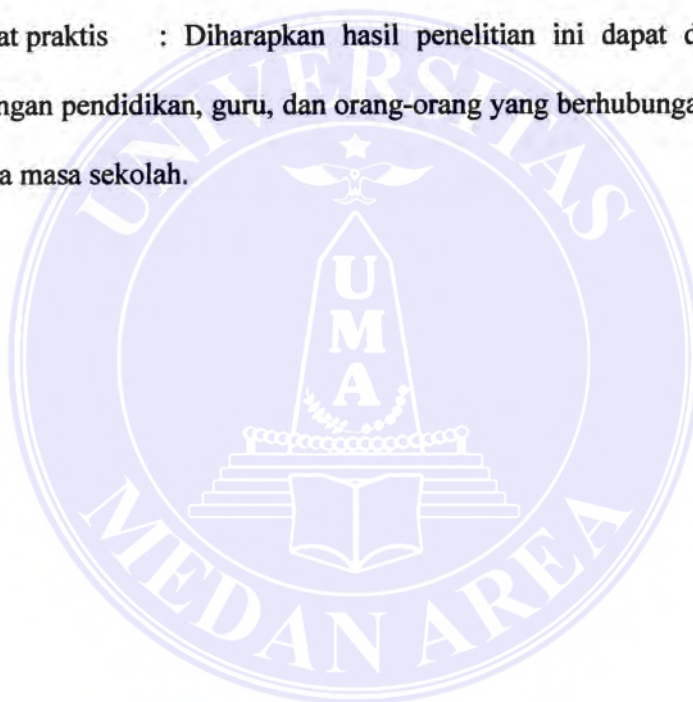
D. Tujuan Penelitian

1. Untuk melihat apakah ada hubungan signifikan *Self-Efficacy* dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan
2. Untuk melihat apakah ada hubungan signifikan Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan
3. Untuk melihat apakah ada hubungan signifikan *Self-Efficacy* dan Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Peusangan

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat dan kegunaan sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis : Adapun manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat menambah pengetahuan dalam ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan pendidikan.
2. Manfaat praktis : Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan pendidikan, guru, dan orang-orang yang berhubungan dengan siswa atau siswa masa sekolah.



BAB II

KERANGKA TEORI

A. *Self-regulated learning*

1. Pengertian self- regulated learning

Self regulated learning merupakan suatu konsep mengenai bagaimana seseorang menjadi pengatur bagi kegiatan belajarnya sendiri. *Self regulated learning* adalah proses dimana seseorang dapat mengaktifkan dan mendorong pemikiran (kognisi), perasaan (afeksi), dan tindakan (aksi) yang telah direncanakan secara sistematis dan berulang yang berorientasi untuk mencapai suatu tujuan personal.

Gambaran kedua tentang devinisi metode belajar *self-regulated learning* adalah suatu lingkaran yang berorientasi pada masukan (self-oriented-feedback loop). Lingkaran itu berisi suatu proses siklus dimana siswa memonitor keefektifan strategi atau metode belajar mereka kemudian mereaksi pada masukan itu dalam berbagai cara, yang merentang dari perubahan yang bersifat tertentu di dalam persepsinya sampai dengan perubahan yang bersifat terbuka, seperti mengganti penggunaan strategi belajarnya (Zimmerman,1990; Jurnal Psikologi; Student Diffrences in *Self-regulated learning*: relating grade, Sex, and Giftedness to *Self efficacy* and Strategy Use).

Self-regulated learning merupakan proses dimana peserta didik mengaktifkan pikirannya, perasaan dan tindakan yang diharapkan dapat mencapai

tujuan khusus pendidikan (Zimmerman, Bonner & Kovach, 2003). Selain itu, Schunk & Zimmermann (1998) menegaskan bahwa peserta didik yang bisa dikatakan sebagai *self-regulated learners* adalah yang secara metekognisi, motivasional dan *behavioral* aktif ikut serta dalam proses belajar. Peserta didik dengan sendirinya memulai usaha belajar secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan tanpa bergantung pada guru, orang tua, dan orang lain.

Schunk, (1998) menjelaskan *self regulated learning* berlangsung bila siswa secara sistematis mengarahkan perilaku dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi tugas-tugas, melakukan proses dan mengintegrasikan pengetahuan, mengulang-ulang informasi untuk diingat serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positif tentang kemampuan belajar (*self efficacy*) dan mampu mengantisipasi hasil belajarnya.

Menurut Winne (Santrock, 2007) *self regulated learning* adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai suatu 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).

Sedangkan menurut Frank dan Robert (1988) *self-regulation* merupakan kemampuan diri untuk memonitor pemahamannya, untuk memutuskan kapan ia siap diuji, untuk memilih strategi pemrosesan informasi yang kuat dan

sejenisnya. Metode belajar *self-regulated learning* mencakup tiga tahap kegiatan yakni; sebelum, selama dan sesudah melaksanakan tugas belajar.

Siswa dikatakan telah menerapkan *self-regulated learning* apabila siswa tersebut memiliki strategi untuk mengaktifkan metakognisi, motivasi, dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri (Ponz, 1990). Kebiasaan mengatur dan mengarahkan diri sendiri diharapkan dapat terbentuk dalam belajar. *Self-regulated learning* menempatkan pentingnya kemampuan seseorang untuk belajar disiplin mengatur dan mengendalikan diri sendiri, bila menghadapi tugas-tugas yang sulit.

Self-regulated learning dapat berlangsung apabila peserta didik secara sistematis mengarahkan perilakunya dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi-instruksi, tugas-tugas, melakukan proses dan menginterpretasikan pengetahuan, mengulang-mengulang informasi untuk mengingatnya serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positifnya

2. Aspek *self-regulated learning*

Zimmerman dkk (Hand Book: Lintas Cultural Validation of Self-regulated learning) menyimpulkan bahwa ada tiga aspek dalam *self regulated learning*, adalah metakognisi, motivasi, dan perilaku.

a. Metakognisi

Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas 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 dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu. Aspek motivasi mengacu pada komponen-komponen yang meliputi (1) komponen harapan (*an expectancy component*), 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.

Peserta didik yang melibatkan aspek-aspek metakognisi, motivasi dan perilaku dalam melaksanakan kegiatan belajarnya akan cenderung untuk menjadi otonom dalam melaksanakan kegiatan belajarnya, dan pada umumnya lebih bertanggung jawab terhadap kegiatan belajarnya karena menyadari bahwa hanya atas usaha mereka sendirilah tujuan belajarnya akan dapat dicapai.

1. Dimensi *Self-regulated learning*

Menurut (Zimmerman, Bonner & Kovach, 2003) Terdapat empat dimensi dalam *self regulated learning*, yaitu :

a. Motivasi

Motivasi merupakan inti dari *self regulated learning*, dimana melalui motivasi peserta didik mau mengambil tindakan dan tanggung jawab atas kegiatan belajar yang dia lakukan. Proses-proses regulasi diri (*self regulatory process*) yang dapat meningkatkan motivasi dalam *self regulated learning* meliputi *self- efficacy (self efficacy)*, tujuan pribadi (*self goals*), nilai, dan atribusi. *Self- efficacy (self efficacy)* mengacu pada keyakinan (*belief*) peserta didik bahwa dia dapat mengadakan beberapa kontrol pada suatu peristiwa yang mempengaruhi kehidupannya. Tujuan (*goals*) membimbing usaha peserta didik untuk bertindak dalam arah tertentu dan berguna sebagai standar. Orientasi tujuan meliputi orientasi tujuan belajar (*a learning goal orientation*) dan orientasi tujuan kinerja (*a performance goal orientation*). Individu dengan orientasi tujuan belajar (*a learning goal orientation*) ditandai dengan keyakinan bahwa kompetensi dapat dikembangkan, menilai kompetensi dalam kaitannya dengan kemampuan sebelumnya, dan memilih serta bertahan pada tuntutan tugas. Berbeda dengan hal tersebut, individu dengan orientasi tujuan kinerja ditandai dengan keyakinan bahwa kompetensi itu tidak mudah diubah atau dikembangkan, mengalilulasi kompetensinya dalam kaitannya dengan kompetensi orang lain (menilai kompetensinya dengan membandingkan

kompetensinya dengan kompetensi orang lain); dan memilih tugas yang dapat mengembangkan kompetensinya dan menghindari kegagalan.

b. Metode Belajar

Persyaratan tugas dari dimensi metode adalah memilih metode yang tepat untuk meningkatkan kualitas belajarnya (Zimmerman, 1999, 273). Atribut *self regulated learning* dari dimensi metode ini adalah terjadinya perilaku peserta didik yang menjadi terencana dan terotomatisasi. Terencana karena perilaku peserta didik yang melaksanakan *self regulated learning* memiliki tujuan dan kesadaran diri yang jelas. Terotomatisasi karena penggunaan metode belajar yang tepat dan dilakukan secara berulang-ulang menjadi kebiasaan bagi dirinya.

c. Hasil Kinerja (performance)

Peserta didik yang menggunakan metode *self regulated learning* memiliki kesadaran terhadap hasil kerjanya. Mereka dapat merencanakan tingkat prestasinya berdasarkan kinerja yang direncanakan. Ada beberapa proses dalam *self regulated learning* yang perlu dilakukan berkaitan dengan dimensi hasil kinerja yakni:

- 1) Pemantauan diri (*self monitoring*), proses dimana seseorang merekam kemajuannya dalam mencapai tujuan yang dikehendaki. Kegiatan pemantauan diri memungkinkan individu untuk memperoleh data mengenai kemajuan yang telah dicapai dalam rangka mencapai tujuan yang telah direncanakannya. Data hasil pemantauan diri inilah yang sangat berguna untuk bahan penilaian diri.

2) Kontrol tindakan. Ini dilakukan dalam *self regulated learning* agar perilakunya senantiasa terarah pada tujuan yang hendak dicapai. Terdapat enam strategi yang dapat dilakukan dalam mengontrol tindakan yaitu:

- a) Kontrol perhatian (*attention control*) yaitu aktif mengarahkan perhatian pada informasi yang sesuai dengan tujuan (perhatian selektif).
- b) Kontrol enkoding (*encoding control*), dimana informasi yang dihubungkan dengan intensi saat ini dikaji dalam proses yang lebih dalam.
- c) Kontrol emosional (*emotional control*): mempengaruhi kondisi emosi untuk merealisasikan suatu tindakan
- d) Kontrol lingkungan: memodifikasi lingkungan seseorang supaya mendukung pemeliharaan intensi.
- e) Kontrol pemrosesan informasi (*information processing control*): menghindari pembuatan pertimbangan tindakan yang terlalu lama.
- f) Mengatasi kegagalan (*coping failure*): mengambil jarak dengan tujuan yang tidak dapat dicapai.

d. Lingkungan

Tugas yang dipersyaratkan berkaitan dengan lingkungan adalah mengontrol lingkungan fisik. Atribut *self regulation* yang terdapat pada peserta didik yang melakukan *self regulated learning* berkaitan dengan dimensi lingkungan adalah adanya sensitivitas peserta didik terhadap lingkungan

(termasuk lingkungan sosial) dan sumber daya (*resource*) yang terdapat di sekitarnya. Berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengenali sumber daya yang terdapat pada lingkungan. Hal ini berkaitan dengan menstruktur lingkungan (*environmental structuring*) dan mencari bantuan (*help seeking*). Menstruktur lingkungan berkaitan dengan kegiatan menciptakan lingkungan belajar yang dapat mendukung terlaksananya kegiatan belajar secara optimal. Penciptaan lingkungan belajar tidak hanya dilakukan di sekolah saja, tetapi juga perlu dilakukan di rumah atau di tempat lain dimana di tempat itu kegiatan belajar dapat dilaksanakan.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning*

Self regulated learning didasari oleh asumsi teori triadik resiprokalitas oleh Bandura. Menurut teori ini perilaku terjadi karena ada tiga determinan yang saling berkaitan yakni diri (*self*), perilaku (*behavior*), dan lingkungan (*environment*) (Bandura, 1997). Berkaitan dengan hal ini maka faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* berasal dari tiga determinan ini. Zimmerman menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* sebagai berikut.

a. Faktor personal

Termasuk dalam hal ini adalah pengetahuan peserta didik, proses metakognisi, tujuan yang hendak dicapai, dan afeksi. Metakognisi mengacu pada proses pembuatan keputusan yang mengatur pemilihan dan penggunaan bentuk pengetahuan. Semakin matang seseorang dalam menggunakan bentuk

pengetahuan (yang meliputi pengetahuan deklaratif, prosedural, dan kondisional) maka semakin matang perilakunya dalam membuat perencanaan dalam *self regulated learning*. Pembuatan perencanaan yang matang ini penting sekali karena perencanaan ini mendasari perencanaan jenis lingkungan yang digunakan dalam belajar, penyusunan tujuan, persepsi mengenai efikasi, penggunaan pengetahuan deklaratif dan prosedural, kondisi afeksi, dan hasil kontrol perilaku.

Tujuan berpengaruh terhadap *self regulated learning* dalam hal realistis-tidaknya tujuan yang hendak dicapai. Tujuan yang tidak realistis dan memungkinkan untuk dicapai serta tidak terlalu mudah atau terlalu sukar akan membuat seseorang termotivasi untuk mencapainya.

b. Faktor perilaku

Hal yang termasuk dalam 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. Peserta didik yang melaksanakan 'penilaian diri' memiliki kinerja yang lebih tinggi, *self-efficacy* yang lebih baik, dan kesadaran yang lebih baik. Peserta didik yang bereaksi 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.

5. Strategi *self-regulated learning*

10 kategori perilaku belajar sebagai strategi *self-regulated learning*, yaitu:

1. Self-evaluation (evaluasi diri terhadap kemajuan tugas), merupakan inisiatif peserta didik dalam melakukan evaluasi terhadap kualitas tugas dan kemajuan usahanya. Peserta didik memutuskan apakah hal-hal yang dipelajari guna mencapai tujuan yang ditentukan. Dalam hal ini peserta didik membandingkan informasi yang didapat melalui self monitoring
2. Organizing and transforming (mengatur materi pelajaran), merupakan perilaku peserta didik untuk mengatur materi agar meningkatkan keefektifan proses belajar dan mengubah materi menjadi lebih sederhana dan mudah dipelajari.
3. Goal-setting and planning (membuat rencana dan tujuan belajar), merupakan pengaturan peserta didik terhadap tujuan umum dan tujuan khusus dari belajar dan perencanaan untuk urutan pengerjaan tugas, bagaimana memanfaatkan waktu dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan tersebut.
4. Seeking information (mencari informasi), merupakan inisiatif peserta didik untuk berusaha mencari informasi di luar sumber -sumber sosial ketika mengerjakan tugas ataupun ketika mempelajari suatu materi pelajaran.

5. **Keeping records and monitoring** (mencatat hal penting), merupakan pencatatan hal-hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari, lalu menyimpan hasil tes, tugas maupun catatan yang telah dikerjakan.
6. **Environmental structuring** (mengatur lingkungan), merupakan usaha peserta didik untuk memilih dan mengatur aspek lingkungan fisik dengan cara tertentu sehingga membantu mereka untuk belajar dengan lebih baik.
7. **Self-consequences** (konsekuensi diri setelah mengerjakan tugas), merupakan usaha peserta didik untuk mengatur atau membayangkan *reward* atau *punishment* yang didapatkan bila berhasil atau gagal dalam mengerjakan tugas.
8. **Rehearsing and memorizing** (mengulang dan mengingat), merupakan usaha peserta didik untuk mempelajari ulang materi pelajaran dan mengingat bahan bacaan dengan perilaku yang *overt* dan *covert*.
9. **Seeking sosial assistance** (mencari bantuan sosial), merupakan usaha peserta didik untuk meminta bantuan teman sebaya (*seek peer assistance*), meminta bantuan guru (*seek teacher assistance*) dengan bertanya kepada guru menyelesaikan tugas dengan baik.
10. **Reviewing records** (Meninjau kembali catatan, tugas, tes atau materi sebelumnya), merupakan peninjauan kembali catatan pelajaran sehingga tahu topik apa saja yang akan diuji.

Self regulated learning merupakan suatu konsep mengenai bagaimana seseorang menjadi pengatur bagi kegiatan belajarnya sendiri. *Self regulated learning* adalah proses dimana seseorang dapat mengaktifkan dan mendorong

pemikiran (kognisi), perasaan (afeksi), dan tindakan (aksi) yang telah direncanakan secara sistematis dan berulang yang berorientasi untuk mencapai suatu tujuan personal.

B. SELF- EFFICACY

1. Pengertian *Self- efficacy*

Self- efficacy (self efficacy) pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura. *Self- efficacy* merupakan masalah kemampuan yang dirasakan individu untuk mengatasi situasi khusus sehubungan dengan penilaian atas kemampuan untuk melakukan satu tindakan yang ada hubungannya dengan tugas khusus atau situasi tertentu. *Self- efficacy* ini bersumber dari teori belajar sosial, yaitu menekankan hubungan kausal timbal balik antara faktor lingkungan dengan faktor personal yang saling berkaitan (Wangmuba, 2009).

Self efficacy menurut Bandura yakni keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hasil positif (Santrock, 2007). *Self efficacy* merupakan keyakinan bahwa “aku bisa”, murid atau siswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan setuju dengan pernyataan “saya tahu bahwa saya akan mampu menguasai materi ini dan saya akan bisa mengerjakan ini”(Dale Schunk dalam Santrock, 2007).

Self- efficacy adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, *self- efficacy* berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan (Gumilar,2007).

Self- efficacy merupakan salah satu faktor personal yang menjadi perantara atau mediator dalam interaksi antara faktor perilaku dan faktor lingkungan. *Self- efficacy* dapat menjadi penentu keberhasilan performansi dan pelaksanaan pekerjaan. *Self- efficacy* juga sangat mempengaruhi pola pikir, reaksi emosional, dalam membuat keputusan dan diyakini bahwa *self- efficacy* merupakan aspek prediktor dari kecakapan untuk sukses pada berbagai bentuk *self-regulated learning* dan prestasi (Baron, 2003).

Chauhan (2004) mengemukakan bahwa manusia memiliki kapasitas untuk beradaptasi terhadap situasi-situasi baru dan tekanan-tekanan sosialnya. Kegagalan *self-regulated learning* yang banyak dialami siswa bisa terjadi sebagai akibat dari sikap siswa yang merasa tidak yakin dengan dirinya sendiri dalam menghadapi tugas-tugas yang dibebankan kepadanya, atau dalam berinteraksi dengan orang lain (*self efficacy* rendah).

Self efficacy itu sendiri menurut Bandura yakni keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hasil positif (pintrich,2012). *Self efficacy* merupakan keyakinan bahwa “aku bisa”, murid atau siswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan setuju dengan pernyataan “saya tahu bahwa saya akan mampu menguasai materi ini dan saya akan bisa mengerjakan ini”(Dale Schunk, 2012).

Menurut Albert Bandura (dalam Baron, 2003). *Self- efficacy* adalah pertimbangan subyektif individu terhadap kemampuannya untuk menyusun tindakan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas-tugas khusus yang dihadapi. *Self- efficacy* tidak berkaitan langsung dengan kecakapan yang dimiliki

individu, melainkan pada penilaian diri tentang apa yang dapat dilakukan dari apa yang dapat dilakukan, tanpa terkait dengan kecakapan yang dimiliki.

Konsep dasar teori *self- efficacy* adalah pada masalah adanya keyakinan bahwa pada setiap individu mempunyai kemampuan mengontrol pikiran, perasaan dan perilakunya. Dengan demikian *self- efficacy* merupakan masalah persepsi subyektif. Artinya *self- efficacy* tidak selalu menggambarkan kemampuan yang sebenarnya, tetapi terkait dengan keyakinan yang dimiliki individu (Santrock, 2007).

Brehm dan Kassir (Baron, 2003) mendefinisikan *self- efficacy* sebagai keyakinan individu bahwa ia mampu melakukan tindakan spesifik yang diperlukan untuk menghasilkan *outcome* yang diinginkan dalam suatu situasi. Baron dan Byrne (Baron, 2003) mendefinisikan *self- efficacy* sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi diri dalam melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi suatu masalah.

Individu sering kali kurang memiliki perasaan *self efficacy* dalam situasi interpersonal, ini disebabkan karena kurangnya kemampuan sosial (Morris, dalam Baron, 2003) atribusi yang tidak tepat, tidak memadainya karakter diri, dan tidak bersedia untuk mengambil inisiatif dalam persahabatan (Fan & Mak, dalam Baron, 2003).

Self efficacy cenderung konsisten sepanjang waktu, tetapi bukan berarti tidak berubah. Umpan balik positif terhadap kemampuan seseorang meningkatkan *self efficacy* (Bandura, dalam Baron, 2003).

Pengertian-pengertian tersebut memberikan pemahaman bahwa *self-*

efficacy adalah penilaian yang berupa keyakinan subyektif individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas, mengatasi masalah, dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan hasil tertentu.

2. Aspek-Aspek *Self- efficacy*

Bandura (1997) mengungkapkan bahwa perbedaan *self- efficacy* pada setiap individu terletak pada tiga komponen, yaitu *magnitude*, *strength* dan *generality*. Masing-masing mempunyai implikasi penting di dalam performansi, yang secara lebih jelas dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasar ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas. Individu akan berupaya melakukan tugas tertentu yang ia persepsikan dapat dilaksanakannya dan ia akan menghindari situasi dan perilaku yang ia persepsikan di luar batas kemampuannya.
- b. *Strength* (kekuatan keyakinan), yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan, walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. Sebaliknya pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang.

- c. *Generality* (generalitas), yaitu hal yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya, tergantung pada pemahaman kemampuan dirinya yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi.

3. Komponen *Self- efficacy*

Para peneliti menyatakan (Baron, 2003), terdapat tiga komponen *self efficacy* yang menjadi prediktor penting pada tingkah laku yang dipertanyakan.

- a. *Self efficacy* akademis berhubungan dengan keyakinan siswa akan kemampuannya melakukan tugas-tugas, mengatur kegiatan belajar mereka sendiri, dan hidup dengan harapan akademis mereka sendiri dan orang lain.
- b. *Self efficacy* sosial berhubungan dengan keyakinan mereka akan kemampuannya membentuk dan mempertahankan hubungan, asertif, dan melakukan kegiatan di waktu senggang.
- c. *Self efficacy* berhubungan dengan kemampuan menolak tekanan teman sebaya dan mencegah kegiatan berisiko tinggi.

Disebutkan bahwa ketiga area *self efficacy* ini mempengaruhi tingkah laku prososial (membantu orang lain, berbagi, baik hati, dan bekerja sama) dan pengabaian moral (membuat alasan bagi tingkah laku yang buruk, menghindari tanggung jawab akan konsekuensi, dan menyalahkan korban) Faktor-faktor ini, pada gilirannya mempengaruhi penumpukan afek

ruminative affectivity (diliputi rasa duka dan kebencian, sering merasa marah).

4. Strategi untuk Meningkatkan *Self efficacy*

Untuk meningkatkan *self efficacy* siswa, ada beberapa strategi yang dapat kita lakukan (Stipek, 1996) yaitu :

- a. Mengajarkan siswa suatu strategi khusus sehingga dapat meningkatkan kemampuannya untuk fokus pada tugas-tugasnya.
- b. Memandu siswa dalam menetapkan tujuan, khususnya dalam membuat tujuan jangka pendek setelah mereka membuat tujuan jangka panjang.
- c. Memberikan reward untuk performa siswa
- d..Mengkombinasikan strategi training dengan menekankan pada tujuan dan memberi feedback pada siswa tentang hasil pembelajarannya.
- e. Memberikan support atau dukungan pada siswa. Dukungan yang positif dapat berasal dari guru seperti pernyataan “kamu dapat melakukan ini”, orang tua dan peers.
- f. Meyakinkan bahwa siswa tidak terlalu aroused dan cemas karena hal itu justru akan menurunkan *self efficacy* siswa.
- g. Menyediakan siswa model yang bersifat positif seperti adult dan peer. Karakteristik tertentu dari model dapat meningkatkan *self efficacy* siswa. Modelling efektif untuk meningkatkan *self efficacy* khususnya ketika siswa mengobservasi keberhasilan teman peer nya yang sebenarnya mempunyai kemampuan yang sama dengan mereka.

Pengertian-pengertian tersebut memberikan pemahaman bahwa

self- efficacy adalah penilaian yang berupa keyakinan subyektif individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas, mengatasi masalah, dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan Sosial sangat diperlukan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi melangsungkan hidupnya di tengah-tengah masyarakat. Rook dalam Smet (1994) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal.

Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Menurut Cobb (Shinta) dukungan sosial adalah pemberian informasi baik secara verbal maupun non verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab atau hanya disimpulkan dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan

dicintai, sehingga dapat menguntungkan bagi kesejahteraan individu yang menerima.

Hal senada diungkap oleh Gottlieb dalam Smet (1994) yang menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan yang nyata atau tindakan yang diberikan oleh orang lain atau didapat karena hubungan mereka dengan lingkungan dan mempunyai manfaat emosioanal atau efek perilaku bagi dirinya.

Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya, agar mereka dapat mencari jalan keluar untuk memecahkan masalahnya. Sarason (1983) dalam Kuntjoro

(www.e-psikologi.com) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Sarason berpendapat bahwa dukungan sosial itu selalu mencakup dua hal yaitu :

- a. Jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan (pendekatan berdasarkan kuantitas).
- b. Tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi (pendekatan berdasarkan kualitas).

Hal di atas penting dipahami oleh individu yang ingin memberikan dukungan sosial karena menyangkut persepsi tentang keberadaan (*availability*) dan ketepatan (*adequacy*) dukungan sosial bagi seseorang.

Dukungan sosial bukan sekedar pemberian bantuan, tetapi yang penting adalah bagaimana persepsi si penerima terhadap makna dari bantuan tersebut. Hal itu erat hubungannya dengan ketepatan dukungan sosial yang diberikan, dalam arti bahwa orang yang menerima sangat merasakan manfaat bantuan bagi dirinya karena sesuatu yang aktual dan memberikan kepuasan.

Sarafino (1998) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh individu dari orang lain, dimana orang lain disini dapat diartikan sebagai individu perorangan atau kelompok. Hal tersebut menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan menjadi dukungan sosial atau tidak, tergantung pada sejauh mana individu merasakan hal tersebut sebagai dukungan sosial.

Dukungan sosial didefinisikan oleh House dalam Smet (1994) sebagai transaksi interpersonal yang melibatkan satu atau lebih aspek aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penilaian dan bantuan instrumental. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan menjadi bagian dalam kelompok.

Sedangkan menurut Cobb (Shinta) dukungan sosial adalah pemberian informasi baik secara verbal maupun non verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab atau hanya disimpulkan dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan

dicintai, sehingga dapat menguntungkan bagi kesejahteraan individu yang menerima. Hal senada diungkap oleh Gottlieb (Smet) yang menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan yang nyata atau tindakan yang diberikan oleh orang lain atau didapat karena hubungan mereka dengan lingkungan dan mempunyai manfaat emosioanal atau efek perilaku bagi dirinya.

Menurut Effendi dan Tjahjono (1999) dukungan sosial merupakan transaksi interpersonal yang ditujukan dengan memberibantuan kepada individu lain dan bantuan itu diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Dukungan sosial berperan penting dalam memelihara keadaan psikologis individu yang mengalami tekanan, sehingga menimbulkan pengaruh positif yang dapat mengurangi gangguan psikologis.

Kim, et.al (2008) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi dari orang lain yang dicintai dan peduli, dihargai, dan bernilai, dan bagian dari jaringan komunikasi dan saling mengisi. Ini dapat bersumber dari pasangan atau sahabat, keluarga, teman-teman, rekan sekerja, dan komunitas yang memiliki kesamaan. Dukungan sosial sangat efektif dalam mengurangi tekanan psikologis, seperti depresi atau kecemasan.

Selain itu dukungan sosial dapat dijadikan pelindung untuk melawan perubahan peristiwa kehidupan yang berpotensi penuh dengan stres, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis karena adanya perhatian dan pengertian akan menimbulkan perasaan memiliki,

meningkatkan harga diri dan kejelasan identitas diri serta memiliki perasaan positif mengenai diri sendiri.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya.

2. Jenis-Jenis Dukungan Sosial

House (Smet) membedakan empat jenis dukungan sosial yaitu

a. Dukungan emosional

Dukungan ini mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian atau afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan ini terjadi lewat ungkapan hormat positif untuk orang tersebut, dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan positif orang tersebut dengan orang lain.

c. Dukungan instrumental

Meliputi bantuan secara langsung sesuai dengan yang dibutuhkan oleh seseorang, seperti memberi pinjaman uang atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stres.

d. Dukungan informatifs

Mencakup pemberian nasehat, petunjuk, saran atau umpan balik yang diperoleh dari orang lain, sehingga individu dapat membatasi masalahnya dan mencoba mencari jalan keluar untuk memecahkan masalahnya.

3.Aspek-aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (1998) dukungan sosial terdiri dari empat jenis yaitu :

a. Dukungan emosional

Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.

c. Dukungan instrumental

Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugastugas tertentu.

d. Dukungan informasi

Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan. Pendapat senada dikemukakan juga oleh Ritter (Smet) dukungan sosial mencakup dukungan emosional, dorongan untuk mengungkapkan perasaan, pemberian nasehat atau informasi maupun bantuan secara materi.

Dukungan sosial sangat diperlukan oleh siapa saja untuk berhubungan dengan orang lain. Arti dan cakupan mengenai makna dari dukungan sosial sangat luas dan mendalam. Dukungan sosial yang diterima oleh individu sangat beragam dan tergantung pada keadaannya. Dukungan emosional lebih terasa dan dibutuhkan jika diberikan pada orang yang sedang mengalami musibah atau kesulitan. Sama halnya dengan siswa yang mengalami kesulitan dalam menjalin relasi dengan orang lain di lingkungannya.

Dukungan dari orang-orang terdekat berupa kesediaan untuk mendengarkan keluhan siswa akan membawa efek positif yaitu sebagai pelepasan emosi dan mengurangi kecemasan. Dalam dukungan ini siswa merasa diperhatikan, diterima dan dihargai oleh lingkungannya. Dukungan penghargaan dapat dijadikan semangat bagi siswa untuk tetap maju dan mengembangkan diri agar tidak selalu menyesali keadaannya. Misalnya, memberi pujian bila siswa melakukan sesuatu yang baik.

Dukungan ini mengembangkan harga diri pada yang menerimanya. Dukungan instrumental bagi siswa di sekolah dapat berupa penyediaan

sarana dan pelayanan yang dapat memperlancar dan memudahkan perilaku siswa dalam segala aktivitasnya.

Dukungan informasi membuat siswa merasa mendapat nasehat, petunjuk atau umpan balik agar dapat membatasi masalahnya dan mencoba mencari jalan keluar untuk memecahkan masalahnya. Contohnya, bila siswa mengalami kesulitan dalam hal belajar, pengasuh dapat memberikan saran tentang cara belajar yang baik.

Dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungannya pada saat yang tepat dapat memberikan motivasi bagi individu tersebut, akibatnya individu tersebut dapat lebih bersemangat dalam menjalani hidup karena dirinya merasa diperhatikan, didukung dan diakui keberadaannya.

Menurut Cutrona dan Orford dalam Shinta (1995) mengungkapkan lima dimensi fungsi dasar dari dukungan sosial yaitu :

a. Dukungan materi

Dukungan materi adalah dukungan yang biasa disebut juga bantuan nyata (*tangible aid*) atau dukungan alat (*instrumental support*).

b. Dukungan emosi

Jenis dukungan ini berhubungan dengan hal yang bersifat emosional atau menjaga keadaan emosi, afeksi atau ekspresi.

c. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan terjadi bila ada ekspresi penilaian yang positif terhadap individu.

d. Dukungan informasi

Dukungan yang berupa pemberian saran, pengarahan, keyakinan atau umpan balik tentang bagaimana seseorang berperilaku.

e. Integritas sosial

Dapat diartikan sebagai perasaan individu yang merupakan bagian dari suatu kelompok yang memiliki minat dan pemikiran yang sama.

Penulis menyimpulkan bahwa jenis-jenis dukungan sosial meliputi :

- a. Dukungan individu.
- b. Dukungan penghargaan, mencakup penilaian positif terhadap individu dan dorongan untuk maju.
- c. Dukungan instrumental, berupa bantuan langsung sesuai dengan yang dibutuhkan individu.
- d. Dukungan informasi, mencakup pemberian nasehat, petunjuk dan saran tentang bagaimana individu berperilaku.

3. Sumber-Sumber Dukungan Sosial

Sumber-sumber dukungan sosial banyak diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya. Namun perlu diketahui seberapa banyak sumber dukungan sosial ini efektif bagi individu yang memerlukan. Sumber dukungan sosial merupakan aspek paling penting untuk diketahui dan dipahami. Dengan pengetahuan dan pemahaman tersebut, seseorang akan tahu pada siapa ia akan mendapatkan dukungan sosial yang sesuai dengan situasi dan keinginannya yang spesifik, sehingga dukungan sosial memiliki makna yang berarti bagi kedua belah pihak.

a. Dukungan sosial utama bersumber dari keluarga (Levit, 1993)

Keluarga sebagai suatu sistem sosial, mempunyai fungsi-fungsi yang dapat menjadi sumber dukungan utama bagi individu, seperti membangkitkan perasaan memiliki antara sesama anggota keluarga, memastikan persahabatan yang berkelanjutan dan memberikan rasa aman bagi anggota-anggotanya.

b. Dukungan sosial yang bersumber dari sahabat atau teman

Menurut Argly dan Furnham (dalam Veiel dan Baumann, 1992) sahabat atau teman dapat berperan dalam memberikan dukungan sosial. Dukungan yang diberikan dapat berupa material atau instrumental. Kemudian dukungan emosional dimana perasaan tertekan karena suatu masalah dapat dikurangi dengan membicarakannya dengan teman yang simpatik dan adanya penerimaan seseorang dalam suatu kelompok sosial yang dapat menghilangkan perasaan kesepian dan menghasilkan perasaan sejahtera serta memperkuat ikatan sosial.

c. Dukungan sosial dari masyarakat yang peduli terhadap korban kekerasan.

Dukungan ini mewakili anggota masyarakat pada umumnya yang dikenal dengan Lembaga Swadaya Masyarakat dan dilakukan secara profesional sesuai dengan kompetensi yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Dukungan yang diterima melalui sumber yang sama akan lebih mempunyai arti, dan berkaitan dengan kesinambungan dukungan yang diberikan yang akan mempengaruhi keakraban dan tingkat kepercayaan penerima dukungan.

Caplan dalam Gottlieb (1983:23) mengatakan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari pasangan hidupnya, kekasih, keluarga, teman sekerja,

atau organisasi kemasyarakatan yang diikuti. Pendapat senada dikemukakan oleh Sarafino (1998:97) bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari bermacam-macam sumber seperti suami atau istri, keluarga, teman, rekan kerja, dokter dan organisasi kemasyarakatan.

Dukungan sosial terpenting berasal dari keluarga (Rodin dan Salovey dalam Smet, 1994:33). Melengkapi pendapat tersebut Gore dalam Gottlieb (1983:19) menyatakan bahwa dukungan sosial lebih sering didapat dari relasi yang terdekat yaitu keluarga atau sahabat.

Kekuatan dukungan sosial yang berasal dari relasi yang terdekat merupakan salah satu proses psikologis yang dapat menjaga perilaku sehat dalam diri seseorang. Keluarga merupakan tempat perumbuhan dan perkembangan individu. Kebutuhan fisik dan psikologis mula-mula terpenuhi dari lingkungan keluarga termasuk kelompok terdekat dengan individu. Menurut Soekanto (1987) keluarga merupakan kelompok dimana individu pada dasarnya dapat menikmati bantuan utama dari sesamanya serta keamanan dalam hidup.

Berdasarkan uraian di atas, maka dukungan sosial merupakan suatu bentuk dukungan emosional sebagai akibat adanya hubungan yang penting antara pribadi dengan orang-orang yang ada di sekitar individu yang dapat mengurangi beban dalam menghadapi permasalahan. Dukungan sosial yang diterima individu dapat diperoleh dari anggota keluarga, teman sebaya dan organisasi kemasyarakatan yang diikuti. Sumber utama dukungan sosial bersumber dari keluarga. Keluarga sebagai suatu sistem sosial, mempunyai fungsi-fungsi yang

dapat menjadi sumber dukungan utama bagi individu, seperti membangkitkan perasaan memiliki antara sesama anggota keluarga, memastikan persahabatan yang berkelanjutan, dan memberikan rasa aman bagi anggota-anggotanya.

D. Hubungan Self-efficacy dengan Self-regulated learning

Efikasi diri menurut Alwisol, (2005) dapat diperoleh, diubah, ditingkatkan atau diturunkan, melalui salah satu atau kombinasi empat sumber, yakni pengalaman menguasai sesuatu prestasi (*performance accomplishment*), pengalaman vikarius (*vicarious experiences*), persuasi sosial (*social persuasion*) dan pembangkitan emosi (*emotional/physiological states*).

Pengalaman performansi adalah prestasi yang pernah dicapai pada masa yang telah lalu. Pengalaman vikarius diperoleh melalui model sosial. Persuasi sosial adalah rasa percaya kepada pemberi persuasi, dan sifat realistis dari apa yang dipersuasikan. Efikasi diri diduga akan mempengaruhi *self regulated learning*. Orang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu dalam berbagai bentuk dan tingkat kesulitan. Hal ini berdampak *self regulated learning* juga akan tinggi. Ia akan mampu mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara sehingga mencapai hasil belajar yang optimal (Alwisol, 2005)

Self-efficacy yang rendah akan sangat mempengaruhi seseorang dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu. Hal ini dapat dikaitkan

dengan kurangnya informasi tentang kemampuan para siswa untuk yakin pada dirinya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan kepada mereka.

Self-regulated learning merupakan proses dimana peserta didik mengaktifkan pikirannya, perasaan dan tindakan yang diharapkan dapat mencapai tujuan khusus pendidikan (Zimmerman, Bonner & Kovach, 2003). Selain itu, Schunk & Zimmermann (1998) menegaskan bahwa peserta didik yang bisa dikatakan sebagai *self-regulated learners* adalah yang secara metakognisi, motivasional dan *behavioral* aktif ikut serta dalam proses belajar. Peserta didik dengan sendirinya memulai usaha belajar secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan tanpa bergantung pada guru, orang tua, dan orang lain.

Self-regulated learning dapat berlangsung apabila peserta didik secara sistematis mengarahkan perilakunya dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi-instruksi, tugas-tugas, melakukan proses dan menginterpretasikan pengetahuan, mengulang-mengulang informasi untuk mengingatnya serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positifnya tentang kemampuan belajar dan mampu mengantisipasi hasil belajarnya (Schunk, dalam Schunk & Zimmerman, 1998).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Boerkarts, Pintrich, & Zeidner, 2000) ditemukan empat belas strategi *self-regulated learning* yaitu: (1) Evaluasi terhadap diri (*self – evaluating*), (2) Mengatur dan mengubah materi pelajaran (*organizing and transforming*), (3) Membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting & planning*),

(4) Mencari informasi (*seeking information*), (5) Mencatat hal penting (*keeping record & monitoring*), (6) Mengatur lingkungan belajar (*envirotmental structuring*), (7) Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequating*), (8) Mengulang dan mengingat (*rehearsing & memorizing*), (9) Meminta bantuan teman sebaya (*seek peer assistance*), (10) Meminta bantuan guru (*seek teacher assistance*), (11) Meminta bantuan orang dewasa (*seek adult assistance*), (12) Mengulang tugas atau test sebelumnya (*review test /work*), (13) mengulang catatan (*review notes*), dan (14) mengulang buku pelajaran (*review texts book*).

Menurut Zimmerman (1986, 1990 dalam Lee, Hamman, dan Lee, 2007), *self-regulated learners* secara tipikal memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar, dan mereka juga secara metakognitif dan *behavioral* terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Mereka juga menyadari kemampuan dan keterbatasan mereka melalui strategi dan tujuan yang mereka buat secara personal, mengubah strategi belajar mereka, memantau tindakan yang mereka lakukan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, dan merefleksikan diri berdasarkan keefektifan perkembangan belajar mereka (Pintrich & DeGroot, 1990; Winne, 1995; Zimmerman, 2002 dalam Lee, Hamman, dan Lee, 2007). Dikarenakan *self-regulated learners* memiliki motivasi yang superior dan menggunakan strategi belajar, maka mereka akan lebih sukses secara akademis dan memandang masa depan secara optimis (Zimmerman, 2002).

Zimmerman mengajukan sebuah skema konseptual mengenai *academic self-regulation* yang meliputi enam kunci proses belajar (Schunk, 2000; Zimmerman, 1994, 1998b, 2002 dalam Lee, Hamman, dan Lee, 2007). Keenam

kunci proses belajar tersebut adalah: a. *self-efficacy*; b. penggunaan strategi; c. manajemen waktu; d. *self-observation*; e. struktur lingkungan; dan f. pencarian bantuan (Zimmerman, 2002). *Self-efficacy* merupakan keyakinan yang ada pada individu bahwa ia mampu untuk belajar dan menghasilkan harapan-harapan personal sebagai akibat dari proses belajar (Bandura, 1997 dalam Lee, Hamman, dan Lee, 2007). *Self-efficacy* mengacu pada penilaian dan kepercayaan dalam kemampuan pribadi, sedangkan harga diri atau konsep diri melihat khusus pada harga diri (Bandura, 1997 dalam Koehler, 2007).

Self-efficacy merupakan salah satu kemampuan pengaturan diri individu. Konsep *self-efficacy* pertama kali dikemukakan oleh Bandura. *Self-efficacy* mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengimplementasi tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu (Bandura, 1986). Pervin memberikan pandangan yang memperkuat pernyataan Bandura tersebut. Pervin menyatakan bahwa *self-efficacy* adalah kemampuan yang dirasakan untuk membentuk perilaku yang relevan pada tugas atau situasi yang khusus (Smet, 1994).

Self-efficacy membantu pengembangan bakat pendidikan dengan keterlibatan dalam kegiatan belajar. Melalui kegiatan ini, tingkat pencapaian dan motivasi biasanya meningkat dan berpengaruh positif (Zimmerman, 1997). Seorang mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi untuk suatu topik tertentu percaya pada kemampuan sendiri untuk menyelesaikan tugas, menemukan jawaban yang benar, mencapai tujuan, dan sering mengungguli teman-temannya. *Self-efficacy* bertujuan untuk memprediksi prestasi akademik, tetapi tidak

kemampuan kognitif (Kayu & Locke, 1987; Pajares, 1996; Huang & Chang, 1996 dalam Koehler, 2007).

Zimmerman dan Martinez-Pons (1990) menunjukkan bahwa *self-efficacy* dan *self-regulated learning* sangat berkorelasi. Secara ringkas, hubungan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* menunjukkan bahwa individu dengan *self-efficacy* rendah tidak menggunakan strategi *self-regulated learning* sebanyak individu dengan *self-efficacy* tinggi.

Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi untuk suatu topik tertentu percaya pada kemampuan sendiri untuk menyelesaikan tugas, menemukan jawaban yang benar, mencapai tujuan, dan sering mengungguli teman-temannya. Ketika individu memiliki atau memelihara *self-efficacy* dalam pelajaran atau keterampilan tertentu, proses regulasi diri tercipta dan dipelihara (Pajares & Schunk, 2001).

E. Hubungan Dukungan Sosial dengan self-regulated learning

.Menurut Zimmerman (1990) dalam teori *sosial kognitif* terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self regulated learning*, yakni individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan, tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta efikasi diri. Faktor perilaku meliputi *behavior selfreaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Sedangkan faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, baik lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan pergaulan dan lain sebagainya. Salah satu yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* dalam faktor individu adalah efikasi diri dan faktor lingkungan di antaranya adalah dukungan sosial dari keluarga (Kim, et.al (2008)

Dalam pengembangan *self-regulated learning* pada anak orang tua seharusnya memberi dukungan penghargaan yang sifatnya positif, misalnya dalam bentuk pujian dari keluarganya anak akan merasadirinya cukup berharga sehingga saat belajar ia memiliki dorongan untuk mengatur dan memonitor kegiatan belajarnya dan menyeleksi lingkungan yang kondusif untuk proses belajar

Dukungan informasi yang diberikan oleh keluarga juga akan membantu anak untuk mendapatkan informasi baik tentang cara belajar yang baik maupun nasehat dari keluarga tentang permasalahan pribadi yang dihadapi oleh anak, sehingga anak tetap mampu mengontrol aktivitas belajarnya, membuat rencana dalam belajar serta menciptakan lingkungan yang kondusif untuk belajar.

Cohen (2004) Sedangkan dukungan yang berupa materi / instrumental dapat terlihat dari orang tua yang berusaha untuk menyiapkan peralatan dan sarana belajar yang baik untuk anak, sehingga anak memiliki motivasi untuk mempersiapkan dan mengatur aktivitas belajarnya serta memanfaatkan lingkungannya supaya dapat belajar dengan efektif.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, maka akan semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki. Apabila kedua faktor, yaitu efikasi diri serta dukungan sosial dimiliki oleh individu maka keduanya secara bersama-sama akan dapat meningkatkan *self regulated learning* seseorang. Karena motivasi individu untuk merencanakan, memonitor dan mengontrol kegiatan belajarnya muncul dari motivasi yang sifatnya internal maupun eksternal.

F. Hubungan Self-efficacy dan Dukungan sosial terhadap Self-Regulated Learning

Zimmerman (1990) dalam teori *sosial kognitif* terdapat tiga hal yang mempengaruhi seseorang sehingga melakukan *self regulated learning*, yakni individu, perilaku dan lingkungan. Faktor individu meliputi pengetahuan,

tujuan yang ingin dicapai, kemampuan metakognisi serta efikasi diri. Faktor perilaku meliputi *behavior selfreaction*, *personal self reaction* serta *environment self reaction*. Sedangkan faktor lingkungan dapat berupa lingkungan fisik maupun lingkungan sosial, baik lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan pergaulan dan lain sebagainya. Salah satu yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* dalam faktor individu adalah efikasi diri dan faktor lingkungan di antaranya adalah dukungan sosial dari keluarga.

Menurut Bandura (1977) efikasi diri adalah keyakinan seorang individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri yakni keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Bandura (Santrock, 2007) mengatakan bahwa efikasi diri berpengaruh besar terhadap perilaku. Misalnya, seorang murid yang efikasi dirinya rendah mungkin tidak mau berusaha belajar untuk mengerjakan ujian karena tidak percaya bahwa belajar akan bisa membantunya mengerjakan soal. Bandura (1977) mengemukakan beberapa dimensi dari efikasi diri, yaitu *magnitude*, *generality*, dan *strength*. *Magnitude*, berkaitan dengan tingkat kesulitan

G. Kerangka Konseptual

Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting (Uma, 1992). Kerangka berpikir yang baik menjelaskan secara teoritis antara variabel yang akan diteliti. Jadi secara teoritis perlu dijelaskan hubungan antara variabel independen dan dependen. Pertautan antara variabel tersebut selanjutnya dirumuskan kedalam paradigma penelitian yang harus didasarkan pada kerangka berpikir.

Masalah yang dibahas dalam penelitian ini ialah menganalisa hubungan variabel-variabel *self- efficacy* dan dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* siswa. Terdapat dua variabel yang akan dipertanyakan yaitu *self- efficacy* dan Dukungan sosial sebagai variabel bebas. Sedangkan *self-regulated learning* adalah variabel terikat yang merupakan hasil perbandingan antara output yang dihasilkan dengan input yang diberikan. Kerangka konseptual di uraikan sebagai berikut :

1. Hubungan *Self- efficacy* dengan Self – regulated learning

Salah satu faktor yang diduga ikut berpengaruh terhadap *Self-regulated learning* adalah *self- efficacy*. *Self- efficacy* adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu, *self- efficacy* berhubungan dengan penilaian yang berupa keyakinan subyektif individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas, mengatasi masalah, dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan hasil tertentu.

Self- efficacy yang dihayati individu berkaitan dengan bagaimana ia mengatasi suatu masalah, mempersepsikan kemampuan dirinya, dan penilaian terhadap seberapa baiknya ia dalam melakukan suatu tindakan dalam situasi tertentu. Bandura (dalam Baron, 2003) berasumsi bahwa harapan mengenai kemampuan untuk melakukan tindakan itu menentukan apakah individu yang bersangkutan akan berusaha melakukannya, seberapa tekun ia melakukannya, dan menentukan seberapa keberhasilan yang diperolehnya. *Self- efficacy* yang dipersepsikan oleh

individu dapat merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan. Keyakinan yang kuat tentang kemampuan individu sangat menentukan usahanya untuk mencoba mengatasi situasi yang sulit.

Tinggi rendahnya *self- efficacy* seseorang mempunyai peran penting dalam mengembangkan kemampuan *self-regulated learning* siswa. Seseorang yang memiliki persepsi *self- efficacy* tinggi akan menghadapi segala tugas, persoalan, ataupun aktivitas lainnya dengan penuh dorongan dan tidak mudah menyerah, bahkan dapat dengan cermat mengelola hambatan yang dihadapinya menjadi suatu peluang. Secara teoritis, *self- efficacy* berkaitan dengan kemampuan *self-regulated learning* seseorang.

2. Hubungan Dukungan sosial Dengan kemampuan *Self-regulated learning*

Salah satu faktor lain yang berpengaruh terhadap *self-regulated learning* adalah Dukungan sosial, dukungan sosial adalah bantuan atau dukungan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu yang mampu membuat individu merasa nyaman, baik secara fisik maupun psikologis sebagai bukti bahwa mereka diperhatikan dan dicintai. Keluarga sebagai suatu sistem sosial, mempunyai fungsi-fungsi yang dapat menjadi sumber dukungan utama bagi individu, seperti membangkitkan perasaan memiliki antara sesama anggota keluarga, memastikan persahabatan yang berkelanjutan dan memberikan rasa aman bagi anggota-anggotanya. Dukungan informasi yang diberikan oleh keluarga juga akan membantuanak untuk mendapatkan informasi baik tentang cara belajar yang baik maupun nasehatdari keluarga tentang permasalahan pribadi yang

dihadapi oleh anak, sehingga anak tetap mampu mengontrol aktivitas belajarnya, membuat rencana dalam belajar serta menciptakan lingkungan yang kondusif untuk belajar.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, maka akan semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki oleh siswa dalam melakukan proses belajar

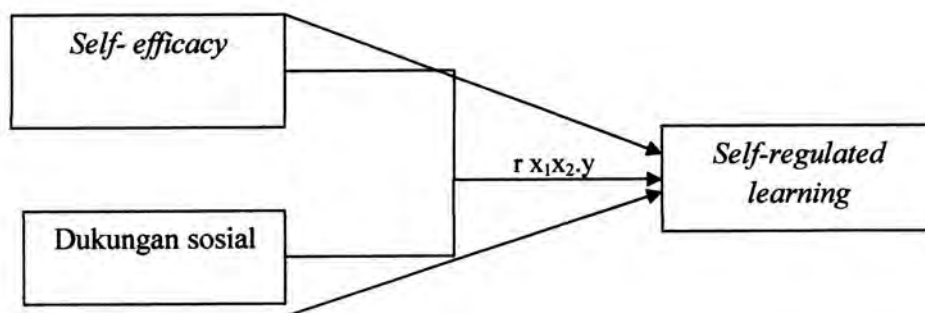
3. Hubungan *Self- efficacy* dan Dukungan sosial Dengan *Self-regulated learning*

Berdasarkan uraian sebelumnya dapat diketahui bahwa *self- efficacy* diduga mempunyai hubungan dengan *self-regulated learning* pada siswa. Begitu juga halnya dengan Dukungan sosial. Dengan demikian *self- efficacy* dan dukungan sosial secara sendiri-sendiri maupun secara bersama-sama berhubungan dengan *self-regulated learning* siswa.

Penelitian ini untuk mengetahui tinggi rendahnya hubungan *self- efficacy* dan dukungan sosial dengan *self-regulated learning* siswa. Secara skematik kerangka konseptual dapat dilihat pada gambar berikut ini :

Gambar 1

Kerangka Konseptual



D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan landasan teori dan kerangka konsep yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian yang diajukan adalah sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara *self- efficacy* dengan *self-regulated learning*. Asumsinya bahwa semakin tinggi *self- efficacy* siswa maka semakin tinggi pula kemampuan *self-regulated learning*.
2. Ada hubungan antara dukungan sosial dengan *self-regulated learning*. Asumsinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula kemampuan *self-regulated learning*.
3. Ada hubungan antara *self- efficacy* dan Dukungan Sosial dengan *self-regulated learning* siswa. Asumsinya bahwa semakin tinggi *self- efficacy* dan dukungan sosial maka akan semakin tinggi *self-regulated learning*

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan usaha yang harus ditempuh dalam penelitian untuk menemukan, mengembangkan dan menguji suatu kebenaran pengetahuan. Metode yang digunakan harus sesuai dengan objek penelitian dan tujuan penelitian yang hendak dicapai serta sistematis. Hal ini bertujuan agar hasil yang diperoleh dapat menjawab permasalahan penelitian yg diajukan menjawab masalah yang diajukan. Berdasarkan hal tersebut di atas, pada bab ini akan dibahas mengenai metode dan hal-hal yang menentukan penelitian, dalam hal ini akan dibatasi secara sistematis sebagai berikut : jenis penelitian, variabel penelitian, subjek penelitian, metode dan instrumen pengumpulan data, validitas dan reliabilitas alat ukur dan teknik analisis data.

A. Jenis Penelitian

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif yang menekankan analisisnya pada data-data numerikal yang diolah dengan metode statistika. Penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara dua variabel penelitian. Dalam hal ini adalah hubungan *Self- efficacy* dan Dukungan sosial dengan *self-regulated learning* siswa

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Peusangan Kab. Bireuen dan dilakukan pada bulan Maret 2013.

C. Identifikasi Variabel

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas (variabel *independent*) dan variabel terikat (variabel *dependent*). Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel terikat. Jadi variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.

Variabel bebas : *Self- efficacy* dan Dukungan sosial

Variabel Terikat : *Self-regulated learning*

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1). *Self-Regulated Learning*

Zimmerman mendefinisikan *self regulated learning* sebagai suatu proses dimana seorang siswa mengaktifkan dan mendorong kognisi (*cognition*), perilaku (*behaviours*) dan perasaannya (*affect*) secara sistematis dan berorientasi pada pencapaian tujuan belajar. Berdasarkan perspektif sosial kognitif, siswa yang dapat dikatakan sebagai *self regulated learning* adalah siswa yang secara metakognitif, motivasional, dan behavioral aktif dan turut serta dalam proses belajar mereka. Siswa tersebut dengan sendirinya memulai usaha belajar secara

langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang diinginkan, tanpa bergantung pada guru, orang tua atau orang lain.

Self-regulated learning diungkapkan dengan menggunakan skala *self-regulated learning* yang disusun penulis berdasarkan Dimensi *self-regulated learning* yaitu : a) *Metakognisi*. b) *Motivasi*. c) *Perilaku*

2). *Self- efficacy*

self- efficacy adalah penilaian yang berupa keyakinan subyektif individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas, mengatasi masalah, dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan.

Self-efficacy diukur dengan menggunakan skala *Self- efficacy* yang disusun penulis dengan menggunakan aspek *self- efficacy* yang dikemukakan bandura : a) *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. b) *Strength* (kekuatan keyakinan), yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. c) *Generality* (generalitas), yaitu hal yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya.

3). Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosi, penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan, dimana hal itu memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya.

Dukungan sosial diungkap dengan menggunakan skala dukungan sosial yang disusun penulis berdasarkan empat aspek dukungan sosial yaitu :

- a) Dukungan emosional, mencakup empati dan perhatian.
- b) Dukungan penghargaan, mencakup penilaian positif dan dorongan untuk maju.
- c) Dukungan instrumental, berupa bantuan langsung.
- d) Dukungan informasi, berupa pemberian nasehat, petunjuk dan saran.

E. Rancangan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini diklasifikasikan dalam penelitian kuantitatif deskriptif korelatif dimana penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan, meringkas berbagai kondisi, berbagai situasi atau berbagai variable yang timbul dimasyarakat yang menjadi objek penelitian itu berdasarkan apa yang terjadi dan mencari hubungan antar variabel yang diteliti. (Sugiyono, 2012).

F. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian baik terdiri dari benda yang nyata, abstrak, peristiwa ataupun gejala yang merupakan sumber data dan memiliki karakter tertentu dan sama (Sugiyono, 2012). Sedangkan menurut Arikunto, populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian (Arikunto, 2002). Maka dari itu populasi dalam penelitian ini adalah 580 siswa-siswi SMP Negeri 2 Peusangan Kab. Bireuen

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki sifat-sifat yang sama dari obyek yang merupakan sumber data (sugiyono, 2012). Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sampel yang diambil sebanyak 150

orang yang kemudian akan dibagi kedalam jumlah kelas parallel nya sebanyak 18 kelas dan masing-masing diambil 8 siswa dari setiap kelas yang diambil secara undian . Metode penentuan sampel dari populasi yang ada dengan menggunakan tehnik *random sampling* pada penelitian ini sampel yang diambil adalah siswa yang berada di setiap kelas dan diambil secara undian (Sugiyono , 2012). Kelas yang telah dijadikan sebagai kelas try out tidak dimasukkan lagi kedalam penelitian.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala

Metode skala adalah salah satu metode penelitian dengan menggunakan daftar pertanyaan yang berisi aspek yang hendak diukur, yang harus dijawab atau dikerjakan oleh subyek penelitian, berdasarkan atas jawaban itu peneliti mengambil kesimpulan mengenai subyek yang diteliti (Hadi , 1993).

Penggunaan metode skala, menurut (Hadi, 1993) didasari oleh beberapa anggapan, yaitu:

1. Subyek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Apa yang dinyatakan subyek kepada peneliti adalah benar-benar dapat dipercaya
3. Interpretasi subyek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan kepadanya adalah sama dengan yang dimaksud peneliti.

Skala memiliki bermacam-macam bentuk yakni:

1. Skala langsung atau tidak langsung

2. Skala terbuka atau skala tertutup

Bentuk skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah bersifat langsung dan tertutup. Artinya skala yang merupakan daftar pertanyaan diberikan langsung kepada siswa sebagai subyek penelitian, dan dalam mengisi skala, siswa diharuskan memilih karena jawaban telah disediakan. Pada penelitian ini Alat ukur yang digunakan di dalam penelitian ini adalah Skala Efikasi Diri, Skala Dukungan Sosial serta Skala *Self Regulated Learning*. Skala *Self regulated learning Learning* disusun berdasarkan teori yang dikemukakan Zimmerman (1990) tentang aspek-aspek *Self Regulated Learning* yang terdiri dari metakognisi, motivasi dan perilaku. Skala Efikasi Diri disusun berdasarkan teori tentang dimensi-dimensi efikasi diri yang dikemukakan oleh Bandura (1997) yaitu *magnitude, generality, dan strength*. Skala Dukungan Sosial disusun menggunakan teori yang dikemukakan Sarafino (1998) yang terdiri dari aspek dukungan emosi, penghargaan, informasi dan instrumen.

Dengan menggunakan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan kedalam bentuk aspek, aspek dijabarkan menjadi indikator kemudian indikator-indikator tersebut dioperasionalkan sehingga indikator tersebut dapat diukur. Akhirnya indikator-indikator yang terukur ini dapat dijadikan titik tolak untuk membuat item instrument yang berupa pernyataan yang perlu dijawab.

Penyusunan butir-butir pernyataan tetap mempertimbangkan beberapa hal antara lain : (1) menghindari pernyataan yang meragukan, (2) menghindari kata-kata yang terlalu abstrak, (3) tidak menggunakan kata-kata yang dapat menimbulkan rasa curiga atau antipati.

Pengukuran skala ini mengikuti metode *summated ratings* dari Likert dengan menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu : Pertanyaan positif (Favorable) Sangat Setuju (SS)= 4, Setuju (S)= 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak Setuju (STS)= 1. Pertanyaan Negatif (Unfavorable), Sangat Setuju (SS)= 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS)= 3, Sangat Tidak Setuju (STS)= 4.

1. Skala *Self-regulated learning*

Skala ini berjumlah 31 item (17 item *favorable* dan 14 item *unfavorable*). Untuk mendapatkan data tentang *Self-regulated learning* , siswa diminta untuk mengindikasikan seberapa jauh ia menilai keadaan dirinya dalam empat skala penilaian itu. Jawaban merupakan gambaran kemampuan *Self-regulated learning*, Skala ini mengacu pada Aspek-aspek yang dikemukakan Zimmerman (1990) yaitu : a. Metakognisi adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar; b. Motivasi adalah merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu; c. Perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar. Kemudian peneliti menyusun item – item yang didasarkan pada indikator aspek tersebut.

Tabel 1**Aspek-aspek dan Item *Self-regulated learning* sebelum uji coba**

Aspek	Indikator <i>Self-regulated learning</i>	Item favorable	Item Unfavorable	Jumlah
Metakognisi	1. Menginstruksikan diri	81,69	97,91	4
	2. Mengevaluasi aktifitas belajar	70,82	83	3
	3. Mengorganisir kegiatan belajar	71	84	2
	4. Mengatur jadwal belajar	92	72	2
	5. Mengetahui kemampuan diri	73	93	2
Motivasi	1. Keyakinan dalam mengerjakan tugas	80,74	85,94	4
	2. Memilih tujuan dalam belajar	71,90	86	3
	3. Reaksi emosional terhadap tugas	95,79	76,87	4
Perilaku	1. Mengatur diri dalam belajar	78	77	2
	2. Menyeleksi teman yang mendukung aktifitas belajar	89,96	88	3
	3. Memanfaatkan lingkungan untuk belajar	98	99	2
Jumlah		17	14	31

Respon jawaban dalam skala penelitian ini menggunakan 4 (empat) pilihan, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skor berkisar dari 4 sampai 1, skor yang tinggi menunjukkan *Self-regulated learning* yang baik.

Pada item favourable, pilihan SS mendapat skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2, STS mendapat skor 1. Pada item unfavourable, pilihan SS mendapat skor 1, S mendapat skor 2, TS mendapat skor 3, STS mendapat skor 4.

2. Skala *Self-efficacy*

Skala *self-efficacy* berjumlah 30 item (17 item *Favorable* dan 13 item *Unfavorable*). Jawaban merupakan gambaran *self-efficacy* siswa. *Self-efficacy* ini diungkap dengan skala yang mengacu pada pendapat Bandura yang mengungkapkan bahwa perbedaan *self-efficacy* pada setiap individu terletak pada tiga aspek, yaitu:

- a. *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasar ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas. Individu akan berupaya melakukan tugas tertentu yang ia persepsikan dapat dilaksanakannya dan ia akan menghindari situasi dan perilaku yang ia persepsikan di luar batas kemampuannya.
- b. *Strength* (kekuatan keyakinan), yaitu berkaitan dengan kekuatan pada keyakinan individu atas kemampuannya. Pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan,

walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. Sebaliknya pengharapan yang lemah dan ragu-ragu akan kemampuan diri akan mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak menunjang.

- c. *Generality* (generalitas), yaitu hal yang berkaitan cakupan luas bidang tingkah laku di mana individu merasa yakin terhadap kemampuannya. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya, terikat pada pemahaman kemampuan dirinya yang terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang lebih luas dan bervariasi.

Berdasarkan 3 (tiga) aspek yang dikemukakan bandura tersebut peneliti menyusun item – item yang didasarkan pada indikator yang merupakan penjabaran dari masing-masing aspek tersebut. Indikator dioperasionalkan dalam bentuk kata kerja dan dijadikan pedoman dalam pembuatan item pernyataan yang akan dijawab oleh siswa yang nantinya mampu mengukur apa yang akan diukur dalam diri siswa tersebut.

Item tersebut nantinya akan mengukur tingkat *self- efficacy* yang ada dalam diri siswa . seberapa besar siswa memiliki *self- efficacy* dalam belajar yang nantinya akan memberikan sumbangan bagi terbentuknya *self- regulated learning* pada siswa. Item yang telah disusun oleh penulis sendiri yang akan diuji cobakan kepada siswa sebanyak 30 Item yang terdiri dari 17 item favorable dan 13 item unfavorable. Detail aspek-aspek dan penyebaran Item *self-efficacy* sebelum diuji coba dapat dilihat pada tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2**Aspek-aspek dan Item *Self- efficacy* sebelum uji coba**

Aspek	Indikator <i>self- efficacy</i>	Item favorable	Item Unfavorable	Jumlah
Magnitude	1. Mampu mengerjakan tugas yang sulit	1,3,22	4,17	5
	2. Memilih tugas yang sesuai dengan kemampuannya	5,12	6	3
	3. Memiliki ketahanan terhadap tekanan	16,29	21	3
Strength	1. Gigih dalam mencapai tujuan walaupun ada hambatan	2,30	13,28	4
	2. Memiliki semangat dalam melakukan sesuatu	7,24	20,25,8	5
	3. Memiliki keyakinan akan kemampuan pada salah satu bidang	15,23	19	3
Generality	1. Dapat mengerjakan tugas dalam berbagai situasi	9,14	18,10	4
	2. Dapat mengerjakan berbagai macam tugas	11,27	26	3
jumlah		17	13	30

Respon jawaban dalam skala penelitian ini menggunakan 4 (empat) pilihan, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak

Setuju (STS). Skor berkisar dari 4 sampai 1, skor yang tinggi menunjukkan *Self-regulated learning* yang baik.

Pada item favourable, pilihan SS mendapat skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2, STS mendapat skor 1. Pada item unfavourable, pilihan SS mendapat skor 1, S mendapat skor 2, TS mendapat skor 3, STS mendapat skor 4.

3. Skala Dukungan sosial

Skala ini berjumlah 38 item (21 item *favorable* dan 17 item *unfavorable*). Untuk mendapatkan data tentang Dukungan sosial, subjek diminta untuk mengindikasikan seberapa jauh ia menilai keadaan sosialnya dalam empat skala penilaian (skala Likert). Jawaban merupakan gambaran dukungan sosial.

Dukungan Sosial ini diungkap dengan skala yang mengacu pada pendapat Sarafino yang mengungkapkan empat aspek : a) Dukungan emosional, mencakup empati dan perhatian; b) Dukungan penghargaan, mencakup penilaian positif dan dorongan untuk maju; c) Dukungan instrumental, berupa bantuan langsung; d) Dukungan informasi, berupa pemberian nasehat dan petunjuk

Berdasarkan 4 (empat) aspek yang dikemukakan sarafino peneliti menyusun item – item yang didasarkan pada indikator aspek dukungan sosial. Item yang telah disusun peneliti untuk mengukur tingkat dukungan sosial sebanyak 38 item yang nantinya akan dijawab oleh siswa. Detail aspek-aspek dan penyebaran Item dukungan sosial dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini

Tabel 3**Aspek-aspek dan Item Dukungan sosial sebelum uji coba**

Aspek-aspek	Indikator Dukungan sosial	Item favorable	Item Unfavorable	jumlah
Dukungan emosional	1. Memberi perhatian	46,36,32	60,55	5
	2. Memberi rasa nyaman	59,31	38	3
	3. Mendengarkan keluhan orang lain	54,61	45	3
Dukungan Penghargaan	1. Penilaian positif terhadap ide-ide	33,44	37,56	4
	2. Penilaian positif terhadap performa	34,49	50,39	4
	3. Penilaian positif terhadap perasaan orang lain	53,47	40,48	4
Dukungan Instrumental	1. Memberikan bantuan financial	41,35	58,42	4
	2. Memberikan bantuan tugas	51,43	52,57	4
Dukungan Informasi	1. Memberikan saran	63,66	67,64	4
	2. Memberikan bahan materi pelajaran	65,68	62	3
Jumlah		21	17	38

Respon jawaban dalam skala penelitian ini menggunakan 4 (empat) pilihan, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Skor berkisar dari 4 sampai 1, skor yang tinggi menunjukkan *Self-*

regulated learning yang baik.

Pada item favourable, pilihan SS mendapat skor 4, S mendapat skor 3, TS mendapat skor 2, STS mendapat skor 1. Pada item unfavourable, pilihan SS mendapat skor 1, S mendapat skor 2, TS mendapat skor 3, STS mendapat skor 4.

H. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam menjalankan fungsi ukurnya (Azwar, 2008). Dalam kata lain, suatu tes atau instrumen pengukur dikatakan memiliki validitas tinggi apabila memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud pengukuran, sementara tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai memiliki validitas rendah.

Validitas juga menunjukkan sifat dari alat ukur, yaitu seberapa akurat, seberapa mantap, seberapa konsisten, dan seberapa homogen alat ukur yang digunakan. Semakin akurat dan semakin homogen alat ukur yang digunakan berarti semakin valid alat ukur yang digunakan.

Dalam penelitian ini skala diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisis *product moment* rumus angka kasar dari person, yaitu mencari koefisien korelasi antara tiap butir dengan skor total, dimana rumusnya adalah

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left[\left(\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N} \right) \left(\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} \right) \right]}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X (skor subjek setiap item) dengan variabel Y (total skor dari seluruh item)

$\sum xy$ = Jumlah dari hasil perkalian antara variabel X dengan variabel Y

$\sum x$ = Jumlah skor pada seluruh item

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat skor x

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat skor Y

N = Jumlah subjek

Dari hasil perhitungan statistik diketahui validitas untuk masing-masing variabel sebagai berikut:

A. Validitas *Self-regulated learning*

Untuk instrumen *Self-regulated learning* terdiri dari 31 item pertanyaan dan diuji pada 28 siswa SMP Negeri 2 Peusangan, sampel yang diambil adalah siswa diluar sampel penelitian. Adapun hasil uji instrumen diketahui bahwa terdapat 2 item yang gugur dan 29 item yang valid. Item yang valid memiliki koefisien r antara 0.30 sampai r 0.679. Kemudian dari hasil uji reliabilitas yang menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, diketahui bahwa skala *Self-regulated learning* dinyatakan reliabel, dimana nilai koefisien *alpha Cronbach* = 0.917. hasil ini mengimplikasikan bahwa skala *Self-regulated*

learning memiliki tingkat kehandalan yang sangat baik, hampir mendekati 1 yang diduga akan mampu mengukur *Self-regulated learning* pada siswa.

Maka dapat disimpulkan bahwa untuk variabel *Self-regulated learning* Item pertanyaan nomor 93 dengan $r = 0.103$ dan 87 dengan $r = 0.296$ tidak valid karena r hasil < dari 0.30.

Untuk keterangan yang lebih detail atas item yang valid dan item yang gugur dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4
Item pernyataan skala *Self-regulated learning* setelah uji coba

Aspek-Aspek	Favorable		Unfavorable		jumlah
	Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	Item valid
Metakognisi	69,70,71,73,81,82,92		72,83,84,91,97	93	12
Motivasi	71,74,79,80,90,95		76,85,86,94	87	10
Perilaku	89,96,78,98		77,88,99		7
Jumlah	17		12	2	29

B. Validitas *Self-efficacy*

Untuk instrumen *self-efficacy* terdiri dari 30 item pertanyaan dan diuji pada 28 siswa SMP Negeri 2 Peusangan. Adapun hasil uji instrumen diketahui bahwa terdapat 3 item yang gugur dan 27 item yang valid. Item yang valid memiliki koefisien r antara 0.30 sampai $r = 0.756$. Kemudian dari hasil uji reliabilitas yang menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, diketahui bahwa skala *self-efficacy* dinyatakan reliabel, nilai koefisien *alpha Cronbach* = 0.911. Hasil ini mengimplikasikan bahwa skala Dukungan sosial memiliki tingkat kehandalan yang baik, hampir mendekati 1 yang diduga akan mampu mengukur *Self-efficacy*.

Maka dapat disimpulkan bahwa untuk variabel *Self-efficacy* Item pertanyaan nomor 2 dengan $r = -0.095$, nomor 4 dengan $r = 0.264$ dan 22 dengan $r = 0.234$ dinyatakan tidak valid karena r hasil < 0.30 . Untuk item yang valid dan item yang gugur dapat dilihat pada tabel 5

Tabel 5

Item pernyataan Skala *Self-efficacy* setelah uji coba

Aspek-Aspek	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item valid
	Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
Magnitude	1,3,5,12,16,29	22	6,17,21	4	9
Strength	7,15,23,24,30,	2	8,13,19,20,25,28		11
Generality	9,11,14,27		10,18,26		7
Jumlah	15	2	12	1	27

C. Validitas Dukungan Sosial

Untuk instrumen Dukungan sosial terdiri dari 38 item pertanyaan dan diuji pada 28 siswa SMP Negeri 2 Peusangan. Adapun hasil uji instrumen diketahui bahwa terdapat 3 item yang gugur dan 35 item yang valid. Item yang valid memiliki koefisien r antara 0.30 sampai $r = 0.822$. Kemudian dari hasil uji reliabilitas yang menggunakan rumus *Alpha Cronbach*, diketahui skala Dukungan sosial dinyatakan reliabel, nilai koefisien *alpha Cronbach* = 0.929. hasil ini mengimplikasikan bahwa skala Dukungan sosial memiliki tingkat kehandalan yang sangat baik, hampir mendekati 1 yang diduga akan mampu mengukur dukungan sosial.

Maka dapat disimpulkan bahwa untuk variabel Dukungan sosial Item pertanyaan nomor 46 dengan $r = -0.122$, nomor 63 dengan $r = 0.232$ dan 65 dengan $r = 0.091$ dinyatakan tidak valid karena r hasil < 0.30 . Untuk item yang valid dan item yang gugur dapat dilihat pada tabel 6

Tabel 6

Item pertanyaan Skala Dukungan Sosial setelah uji coba

Aspek-Aspek	Favorable		Unfavorable		Jumlah Item valid
	Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	
Dukungan Emosional	31,32,36,54,59,61	46	38,45,55,60		10
Dukungan Penghargaan	33,34,44,47,49,53		37,39,40,48,50,56		12
Dukungan Instrumental	35,41,43,51		42,52,57,58		8
Dukungan Informasi	66,68	63,65	62,64,67		5
Jumlah	18	3	17	-	35

2. Uji Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas alat ukur sering diartikan sebagai keajegan atau konsistensi dari alat ukur yang prinsipnya menunjukkan sejauhmana pengukuran itu dapat memberikan hasil yang relatif sama bila dilakukan secara ulang terhadap subjek yang sama, atau dengan kata lain, suatu alat ukur dikatakan reliabel apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataan meskipun telah beberapa kali digunakan (idris, 2011).

Hal yang sama diungkapkan oleh Ridwan (idris,2011) yang mengatakan bahwa reliabilitas adalah menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran tetap

konsisten bila dilakukan dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan alat pengukur yang sama . Pendekatan yang digunakan untuk mendapatkan atau mencari reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode reliabilitas internal, yaitu melakukan pengukuran terhadap sekelompok subjek dimana pengukuran dilakukan dengan suatu alat pengukur dan dilakukan sekali pengesanan saja. Menentukan reliabilitas alat ukur digunakan teknik analisis *Alpha Cronbach*. Rumusnya adalah :

$$r_{tt} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

- r_{tt} = Indeks reabilitas alat ukur
- k = Banyaknya butir pernyataan
- $\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir
- σ_t^2 = Varians total

Menurut Ridwan (idris,2011) alasan penggunaan teknik analisis varians *Alpha Cronbach* ini adalah karena lebih banyak keuntungannya. Hal ini karena teknik ini lebih baik dari pada teknik- teknik sebelumnya, dalam arti tidak lagi ditentukan oleh syarat-syarat tertentu dan jika terdapat jawaban “kosong”, maka tidak ada lagi pilihan dan kasusnya boleh digugurkan.

Uji reliabilitas penelitian ini dilakukan melalui formula koefisien *Alpha Cronbach*, dimana reliabilitas dinyatakan dalam koefisien dengan angka antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien mendekati angka 1,00 berarti reliabilitas alat ukur semakin tinggi. Sebaliknya reliabilitas alat ukur yang rendah ditandai oleh koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0. Nilai-nilai untuk pengujian reliabilitas berasal dari skor-skor item skala yang valid, Analisis reliabilitas item-

item kuesioner ini dilakukan dengan menggunakan program komputer SPSS v17 dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 7
Hasil Uji Reliabilitas

No.	Skala	Jumlah item pertanyaan valid	Koefisien Alpha (α)	Kesimpulan
1.	<i>Self-efficacy</i>	27	0.911	Reliabel
2.	Dukungan sosial	35	0.929	Reliabel
3.	<i>Self-regulated learning</i>	29	0.917	Reliabel

Dari tabel diatas diketahui jika Item pertanyaan valid bersifat reliabel, sehingga penelitian dapat dilanjutkan dengan kuesioner dari item-item pertanyaan yang telah lulus uji validitas sebelumnya.

I. Prosedur Pengumpulan Data Penelitian

Penelitian dilakukan dalam tiga tahap yang terdiri dari tahap persiapan, tahap pengumpulan data, dan tahap analisis data.

1. Tahap persiapan

- a. Persiapan penelitian dimulai dengan mempersiapkan persyaratan administrasi berupa permohonan izin penelitian dari Pengelola Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area. Berbekal surat izin dari Pasca sarjana, penulis melakukan pendekatan ke SMP Negeri 2 Peusangan
- b. Mempersiapkan alat penelitian berupa skala penelitian, yang disusun dan dikembangkan oleh peneliti sendiri. Skala yang telah disusun kemudian

dianalisis secara rasional yaitu dengan mempertimbangkan sejauhmana isi skala tersebut mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Prosedur validitas skala melalui analisis secara rasional ini dikenal dengan validitas isi (Suryabrata, 2006).

2. Tahap Pengumpulan Data

Dimulai dengan melakukan uji coba alat ukur penelitian terhadap 28 siswa SMP Negeri 2 Peusangan yang tidak diikutsertakan pada penelitian sesungguhnya dengan memberikan instrument skala sebanyak 99 item. Setelah data terkumpul, dilakukan analisis item untuk menguji validitas tiap item pada skala *Self-efficacy* dan Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* yang diujicobakan. Setelah itu dilakukan uji reliabilitas terhadap item yang valid tersebut. Butir-butir item yang valid dari alat ukur yang telah diujicobakan kemudian disusun kembali untuk disebarakan pada subjek penelitian sesungguhnya, yaitu kepada siswa-siswa SMP Negeri 2 Peusangan yang sudah ditetapkan sebagai sampel penelitian, yaitu siswa-siswi yang belum ikut serta dalam pengisian skala pada saat uji coba, yang diambil dengan menggunakan tehnik sampling yaitu random sampling setiap siswa diambil secara acak dan berdasarkan hasil undian .

J. Metode Analisi Data

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian yaitu regresi linier berganda untuk melihat seberapa besar hubungan *self-efficacy* dan Dukungan social dengan *Self-regulated learning* pada siswa SMP

Negeri 2 peusangan, penggunaan analisis regresi akan menunjukkan variabel yang dominan dalam mempengaruhi variabel terikat dan mengetahui sumbangan efektif dari masing-masing variabel. Adapun rumus dari Analisis Regresi adalah :

$$Y' = a_1X_1 + a_2X_2 + K$$

Keterangan :

Y' : koefisien Y (*Self-regulated learning*)

a_1x_1 : koefisien beta variabel 1 (*Self-efficacy*) dikali X_1 (*self-efficacy*)

a_2x_2 : koefisien beta Variabel 2 (*dukungan sosial*) dikali X_2 (*dukungan sosial*)

K : Bilangan Kontanta

Sebelum data dianalisis dengan teknik analisis regresi, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian, yaitu :

1. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing –masing variabel telah mentebar secara normal.
2. Uji Lineritas, yaitu untuk mengetahui apakah dari variabel bebas memiliki hubungan yang liner dengan variabel terikat
3. Uji Heteroskedastisitas, yaitu untuk mengetahui apakah adanya ketidak samaan varian dari residual untuk semua pengamatan pada model regresi . prasyarat yang harus terpenuhi dalam model regresi adalah tidak adanya gejala heteroskedastisitas.

BAB V

P E N U T U P

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Dari hasil penelitian didapat bahwa terdapat hubungan yg signifikan antara *self-efficacy* dengan *Self-regulated learning* . Hal ini dapat dilihat dari table model summary dimana korelasi r sebesar 0.933, mendekati nilai 1 artinya hubungan antara *self-efficacy* dan *Self-regulated learning* sangat signifikan. Korelasinya bersifat positif. Artinya jika *self-efficacy* meningkat maka *Self-regulated learning* juga akan meningkat. Koefisien determinan R^2 sebesar 0.871, artinya bahwa 87.1% *Self- efficacy* memberikan sumbangan terhadap *Self-regulated learning* . Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 1 yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
2. Dari hasil penelitian didapat bahwa terdapat hubungan yg signifikan antara dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* . Hal ini dapat dilihat dari table model summary dimana korelasi r sebesar 0.471, mendekati nilai 1 artinya hubungan antara Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* sangat signifikan. Korelasinya bersifat positif. Artinya jika dukungan sosial meningkat maka *Self-regulated learning* juga akan meningkat. Koefisien determinan R^2 sebesar 0.222, artinya bahwa 22,2% dukungan

sosial memberikan sumbangan terhadap *Self-regulated learning*. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 2 yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.

3. Secara umum hasil penelitian ini menggambarkan bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dan Dukungan sosial dengan *Self-regulated learning* siswa. Hal ini dapat dilihat dari Tabel Model Summary dimana dari table tersebut menerangkan bahwa besarnya korelasi (r) sebesar 0.934, mendekati nilai 1 artinya hubungan antara variable-variabel independen (X_1, X_2) dan dependen Y sangat erat atau sangat signifikan. Korelasinya bersifat positif. Artinya jika nilai X naik maka akan direspon dengan kenaikan nilai Y. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis 3 yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima.
4. Koefisien determinan R^2 sebesar 0.872, artinya bahwa 87.2% *Self- efficacy* dan dukungan social memberikan sumbangan kepada *self- regulated learning*. Sedangkan 12.8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dapat dijelaskan dalam persamaan regresi tersebut (residual).
5. subjek penelitian ini dinyatakan memiliki *self-efficacy* yang sangat baik, sebab nilai rata-rata empirik $>$ dari nilai rata-rata hipotetik. Kemudian dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, guru, maupun masyarakat sangat baik sehingga menghasilkan *Self-regulated learning* siswa yang sangat baik juga.

B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran yang berhubungan dengan variable penelitian, antara lain :

1. Siswa

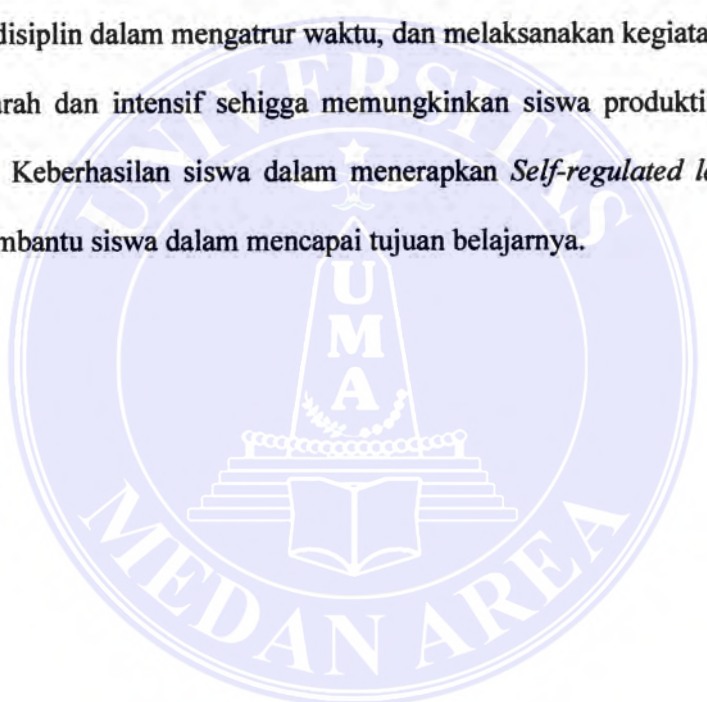
Melihat kondisi *self-efficacy* siswa yang sangat baik disarankan kepada siswa untuk dapat mempertahankan *self-efficacy* yang ada didalam dirinya agar *Self-regulated learning* tetap terus berjalan dengan baik. Siswa sangat dituntut untuk memiliki *self-efficacy* guna untuk menumbuhkan *Self-regulated learning* dengan adanya rasa keyakinan dalam diri siswa maka siswa akan mampu mengatur proses belajarnya sendiri.

2. Guru

Untuk mempertahankan agar *Self-regulated learning* siswa tetap baik maka disarankan kepada guru, agar tetap memberikan dukungannya kepada siswa, karena untuk meningkatkan *Self-regulated learning* bagi siswa diharapkan adanya dukungan social dalam setiap kegiatan atau proses belajar mengajar siswa, baik berupa dukungan emosional yang berupa pemberian perhatian, kepedulian sehingga siswa merasa nyaman, merasa dicintai dan diperhatikan. Dapat juga berupa pemberian dukungan penghargaan yaitu dengan pemberian ungkapan positif , dorongan untuk maju sehingga siswa merasa dihargai dalam setiap tindakan yang dilakukan dan dapat juga dengan memberikan dukungan informasi maupun dukungan instrumental

3. Orang tua

Melihat kondisi *Self-regulated learning* siswa sudah baik disarankan kepada pihak orang tua agar dapat terus memberikan motivasi bagi siswa agar mampu menjalankan *Self-regulated learning* ny secara konsisten agar dapat menjalankan segala tuntutan yang diberikan sekolah, orang tua harus terus membimbing dalam proses belajar dan memberikan kesempatan kepada anaknya untuk menemukan potensi dirinya sendiri agar setiap anak mampu belajar lebih mandiri, disiplin dalam mengatrrur waktu, dan melaksanakan kegiatan belajar yang lebih terarah dan intensif sehigga memungkinkan siswa produktif, kreatif, dan inovatif. Keberhasilan siswa dalam menerapkan *Self-regulated learning* akan dapat membantu siswa dalam mencapai tujuan belajarnya.



DAFTAR PUSTAKA

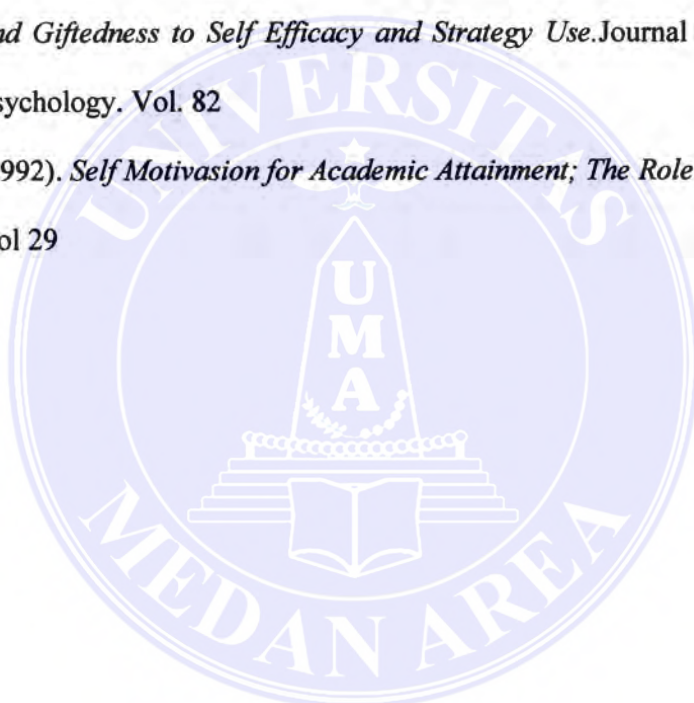
- Azwar, S. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Adicandro,N,. dan Purnama sari,A. 2003. *Hubungan self efficacy dan Dukungan social dengan Self-Regulated Learning*. Psikologi Universitas Ahmad Dahlan. Yogyakarta
- Bandura, albert . 1997. *Self-efficacy, the exercaise of control*. New york : stanford university
- Bandura, albert. 2009. *Self-efficacy, in changing societie*
- Hadi, sutrisno. 2000. *Metode penelitian*. Yogyakarta: andi cepewi
- Idris, jamaluddin. 2011. *Teknik Evaluasi dalam Pendidikan dan Pembelajaran*. Bandung : Cita Pustaka
- Kartika Sari, S.Kep Ns <http://artidukungansosial.blogspot.com/2011/02/teori-dukungan-sosial.html>
- Ormrod, J. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Erlangga
- Sarafino, Edward.P.
- Schunk,D.,Pintrich,P., dan Meece,J,p. 2012. *Motivasi dalam Pendidikan*. Jakarta : PT Indeks
- Sugiyono.2012.*Metode penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixet method)*. Bandung. Alvabeta
- Santrock, 2007.*Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group

Yoenanto,nano. Hubungan *Self-efficacy* dan Dukungan social dengan *Self-regulated learning* pada siswa Akselarasi sekolah menengah pertama.Jurnal pendidikan. Vol 12

Zimmerman Barry J dan Martinez-Pons Manuel, (1989).*Construct Validation of a Strategy model of Student Self Regulated Learning*.Journal of Education Psychology. Vol. 80

----- (1990). *Student Diffrences in Self Regulated Learning: relating grade, Sex, and Giftedness to Self Efficacy and Strategy Use*.Journal of Educational Psychology. Vol. 82

----- (1992). *Self Motivasion for Academic Attainment; The Role of Self Journal*. Vol 29



VALIDITAS DAN RELIABILITY ITEM

SCALE : SELF- EFFICACY

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	28	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	28	100.0

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	30

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	95.32	104.374	.543	.908
VAR00002	94.64	116.608	-.095	.916
VAR00003	94.96	108.925	.387	.910
VAR00004	94.75	112.269	.264	.911
VAR00005	95.18	108.522	.514	.908
VAR00006	95.00	107.111	.558	.907
VAR00007	94.61	110.544	.464	.909
VAR00008	95.00	102.074	.756	.903
VAR00009	95.32	104.374	.543	.908
VAR00010	94.61	109.210	.385	.910
VAR00011	95.29	107.471	.459	.909
VAR00012	94.93	107.328	.615	.906
VAR00013	94.96	108.925	.387	.910
VAR00014	95.04	106.554	.617	.906

VAR00015	94.93	107.328	.615	.906
VAR00016	95.18	108.522	.514	.908
VAR00017	94.61	110.544	.464	.909
VAR00018	94.61	110.544	.464	.909
VAR00019	94.54	110.258	.503	.908
VAR00020	94.61	108.766	.415	.909
VAR00021	95.00	102.074	.756	.903
VAR00022	94.86	112.423	.234	.912
VAR00023	94.75	110.935	.334	.910
VAR00024	94.61	110.544	.464	.909
VAR00025	95.00	102.074	.756	.903
VAR00026	94.82	110.967	.389	.910
VAR00027	94.57	110.624	.460	.909
VAR00028	95.04	106.554	.617	.906
VAR00029	94.93	107.328	.615	.906
VAR00030	94.50	111.222	.417	.909

SCALE : DUKUNGAN SOSIAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	28	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	28	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.