

## Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Berprestasi kelas 5 di SDN 9 Mataram Tahun Ajaran 2020/2021

Diaz\*, Darmiany, Itsna

Program Studi PGSD, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia

\*Corresponding Author: [diazaulia1@gmail.com](mailto:diazaulia1@gmail.com)

### Abstract

This study aims to examine the ability of self-regulation in the learning of fifth grade outstanding students at SDN 9 Mataram. The self-regulatory ability factors, dimensions of self-regulation ability, aspects of self-regulation ability. This study uses a descriptive qualitative research method with ethnography approach. The techniques of data collection used interviews and documentation. The data analysis used the Milles and Hubberman model, namely data condensation, data presentation, and drawing conclusions. The results of this study indicate the ability of self-regulation in high achieving students in grade 5 at SDN 9 Mataram that the study habits of outstanding students are already able to set learning goals, make study schedules at home, ask teachers when they have difficulties in learning, and look for tutorials on youtube. After learning, students repeat the material that has been learned and then make a small summary of the learning outcomes.

**Keywords:** *The ability of self – regulation, student achievement.*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai regulasi diri siswa berprestasi kelas 5 di SDN 9 Mataram. Kemampuan regulasi diri tersebut terdiri atas faktor-faktor kemampuan regulasi diri, dimensi kemampuan regulasi diri, dan aspek-aspek kemampuan regulasi diri. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan etnografi. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan dokumentasi. Analisis data menggunakan Model Milles dan Huberman yaitu, kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan kemampuan regulasi diri dalam siswa berprestasi kelas 5 di SDN 9 Mataram bahwa kebiasaan belajar siswa berprestasi yaitu mampu menetapkan tujuan belajarnya, membuat jadwal belajar di rumah, siswa bertanya kepada guru ketika mengalami kesulitan dalam belajar, dan mencari tutorial di youtube ketika tidak ada yang membantu dirumah. Setelah belajar siswa mengulang materi yang telah dipelajari lalu membuat ringkasan kecil dari hasil belajarnya.

**Kata Kunci:** Regulasi diri, siswa berprestasi.

### INTRODUCTION

Pendidikan merupakan salah satu pilar yang mampu meningkatkan pertumbuhan dan kesejahteraan suatu negara. Pendidikan yang dilaksanakan untuk mempersiapkan sumber daya manusia menuju kemajuan sebuah bangsa yang baik. Pendidikan merupakan kebutuhan bagi manusia. Pendidikan dianggap penting karena manusia dilahirkan dalam keadaan tidak berdaya dan tidak langsung dewasa. Dalam arti luas, pendidikan menyangkut aspek aspek kepribadian manusia, yaitu hati nurani, nilai-nilai, perasaan, pengetahuan, dan keterampilan. Aspek-aspek kepribadian manusia yang dikembangkan dalam proses pendidikan demi terwujudnya tujuan pendidikan. Belajar sudah menjadi kewajiban siswa di sekolah maupun di rumah. Belajar menjadi suatu hal yang penting dan salah satu faktor keberhasilan siswa untuk memperoleh pengetahuan dan memahami suatu ilmu. Setiap siswa dapat memiliki kemampuan dalam

mengatur belajar atau pola belajarnya dengan membuat perencanaan belajar, sehingga akan menimbulkan kebiasaan belajar yang terstruktur. Kebiasaan belajar yang terstruktur membuat siswa lebih bersungguh-sungguh untuk memahami suatu hal dan berkonsentrasi. Kemampuan mengatur diri dalam proses belajar sering disebut dengan kemampuan mandiri atau kemandirian dalam belajar.

Self-Regulation ini adalah usaha yang memiliki hubungan dengan prestasi dan mengacu pada niat siswa untuk mendapatkan sumber, energi, dan waktu untuk menyelesaikan tugas akademis yang penting. Shunck dkk, (2008: 157) berpendapat bahwa siswa yang mengeksplorasi bagaimana dan evaluasi diri akan mempengaruhi hasil prestasinya. Kemandirian belajar penting untuk dimiliki oleh setiap siswa karena kemandirian belajar dapat menjadi salah satu yang menentukan dalam keberhasilan belajar seorang siswa. Belajarnya mandiri didukung pula oleh hasil belajar Sumarmo (2004:6) dengan temuannya antara lain: individu yang memiliki kemandirian belajar yang tinggi mampu belajar dengan baik, mengembangkan, dan mengatur belajarnya efektif, membantu belajar secara efektif, belajar mandiri dan waktu secara efisien. Dalam pembelajaran, kemandirian sangat penting karena kemandirian merupakan suatu kemandirian yang sangat dibutuhkan oleh setiap individu.

Berdasarkan uraian di atas bahwa regulasi diri merupakan suatu kegiatan belajar yang melibatkan aspek metakognisi, motivasi dan perilaku siswa dalam melaksanakan kegiatan belajar. Siswa yang melibatkan aspek-aspek metakognisi, motivasi dan perilaku dalam melaksanakan kegiatan belajarnya akan cenderung menjadi otonom dalam melaksanakan kegiatan belajar. Keterlibatan aspek motivasi berupa pengarahan perilaku untuk mencapai kegiatan belajar. Siswa pada umumnya lebih bertanggung jawab terhadap kegiatan belajarnya karena siswa menyadari bahwa hanya atas usaha sendirilah tujuan belajar siswa dapat dicapai.

## **METHOD**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dekriptif, dengan pendekatan etnografi. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 9 Mataram. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 4 Mei 2021. Sumber data berasal dari siswa kelas 5 sebanyak 5 orang dan Guru kelas 5 di sekolah dasar 9 Mataram. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan dokumentasi. Metode analisis data menggunakan teknik analisis data model Milles dan Huberman yang terdiri atas, kondensasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi data yaitu triangulasi teknik, waktu dan sumber.

## **FINDINGS AND DISCUSSION**

Dari beberapa narasumber yang telah peneliti wawancarai, serta dokumentasi yang diperoleh, peneliti memperoleh data tentang kemampuan regulasi diri dalam belajar siswa berprestasi kelas 5 di SDN 9 Mataram. Siswa sudah mampu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dalam mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi dan perilaku aktif. Dari hasil penelitian ini juga, siswa sudah mampu mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan. Keberhasilan dari pencapaian siswa yang berprestasi ini juga di pengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor pendukung dari orangtua. Sehingga siswa tersebut mampu meregulasi dirinya dalam belajar. Siswa mampu mengatur pola belajar dengan membuat jadwal belajar dirumah, sehingga sudah menjadi kebiasaan untuk dilakukan setiap harinya. Kegiatan belajar yang dilakukan siswa sebelum mulai belajar biasanya siswa selalu menyiapkan alat tulis beserta buku-buku yang akan di gunakan untuk belajar, siswa membaca buku sebelum memulai pelajaran, mengulang pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya, atau dengan mempelajari materi baru yang akan diajarkan di sekolah. Pada saat belajar siswa selalu bertanya kepada teman atau guru materi yang tidak

dimengerti, setelah itu siswa akan mencatat dan membuat ringkasan terhadap materi yang sudah dipelajarinya. Dan pada saat setelah belajar, siswa akan mengevaluasi hasil belajarnya dengan menjawab soal-soal yang diberikan oleh guru, serta membaca kembali materi yang sudah di pelajarinya. Siswa juga merasa senang karena merasa puas dengan apa yang sudah dipelajari karena saat pembelajaran berlangsung siswa sangat aktif melakukan tanya jawab dengan guru. Begitu pula yang dikatakan oleh guru kelas 5 yang sudah peneliti wawancarai, bahwa 5 siswa ini adalah siswa pilihan, karena mereka dalam menerima pelajaran menjadi contoh kepada teman – temannya, baik secara akademik maupun emosi. 5 siswa tersebut juga sering dipercayakan oleh guru kelas untuk membantu guru didalam kelas dalam menyampaikan materi. Artinya mereka secara emosionalpun sering memberikan semangat kepada teman – teman yang lain.

### *Gambaran Kebiasaan Belajar Siswa Berprestasi Kelas 5 di SDN 9 Mataram*

Berdasarkan dari hasil penelitian, siswa sudah mampu meregulasi dirinya dalam belajar. Hal ini dapat dilihat dari respon yang muncul, pada fase sebelum belajar mereka selalu menyiapkan alat tulis beserta buku-buku yang akan digunakan saat belajar. Siswa juga membaca buku tema saat sedang menunggu guru yang akan mengajarnya. Pada fase saat belajar siswa mengkondisikan situasi dan lingkungan untuk lebih fokus dan konsentrasi, selain itu juga siswa melakukan sesuatu pada materi belajarnya dalam rangka meningkatkan pemahaman dalam belajarnya. Selain memiliki minat yang tinggi dalam belajar siswa tersebut juga memiliki nilai yang tinggi di kelas. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah peneliti lakukan bahwa kemampuan regulasi diri dalam belajar berdampak positif terhadap prestasi akademik. Seseorang harus mampu mengatur perilaku sendiri guna mencapai tujuan yang diinginkan. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi diri perlu dilakukan yaitu dengan cara manajemen waktu dan mengontrol perilaku sehingga tujuan yang hendak dicapai dapat dioptimalkan dengan baik. Bandura (dalam, Anggaraini 2019:84) menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan manusia mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. Kemampuan regulasi diri siswa dalam belajar akan dibahas secara lebih detail berikut ini:

#### *1) Fase Sebelum Belajar*

Secara umum, aktivitas – aktivitas dan keyakinan yang muncul dari respon siswa pada fase sebelum belajar cukup seragam. Dari 5 siswa, sejumlah respon dikumpulkan dan masuk kedalam seluruh subfase dari sebelum belajar. Pada subfase analisis tugas, sebagian besar siswa nampak mendahului proses belajar yang hendak dicapai, seperti nilai minimal yang harus terpenuhi atau batas waktu penyelesaian tugas. Selain menentukan tujuan belajar, seluruh siswa juga merencanakan aktivitas belajar yang hendak dilakukan. Kelima siswa tersebut cenderung mempersiapkan alat tulis dan buku pelajaran yang akan di gunakan saat belajar, siswa juga mempersiapkan belajarnya dengan mengulang materi lama dan membaca materi baru. Apabila hendak mengerjakan tugas individu atau kelompok biasanya menyiapkan bahan, atau merencanakan waktu, tempat, serta cara pengerjaannya. Siswa juga mempersiapkan ulangan dengan belajar materi, bahkan ada yang merencanakan pembegian waktu belajar agar seluruh materi dapat dipelajari. Nampak bahwa kelima siswa membuat perencanaan terhadap belajarnya.

#### *2) Fase Saat Belajar*

Pada fase ini banyak jenis respon dari siswa terutama pada subproses *self-control*. Pada Zimmerman (dalam, Aji 2016 : 71) *self – control* dapat diidentifikasi dari beberapa kategori aktivitas yaitu *imagery*, *self-instruction*, *attention focusing*, dan *task strategies*. Berdasarkan hasil penelitian, siswa merespon bahwa mereka melakukan atau menentukan dirinya sendiri untuk melakukan sesuatu, misalnya menyemangati diri sendiri. Selain itu, sebagian siswa juga

mengaku bahwa mereka tidak dapat belajar ditempat ramai dan akan mencari tempat yang nyaman agar lebih fokus dalam belajar. Siswa juga memberikan respon mengenai aktivitas yang dilakukan terhadap materi belajar dengan tujuan supaya lebih bisa memahami, misalnya mencatat dan membuat ringkasan. Setelah menganalisis data penelitian, peneliti menemukan respon bahwa siswa bertanya kepada teman, kakak, dan guru serta mencari tambahan informasi di internet atau youtube apabila masih belum paham. Respon siswa menunjukkan bahwa meminta bantuan teman, kakak, dan guru serta mencari tambahan informasi di internet tersebut dilakukan dalam rangka menambah pemahaman terhadap tugas atau materi yang diberikan oleh guru. Hal ini berarti masih dalam fase belajar. Selain itu, hal ini termasuk dalam kemampuan regulasi diri dalam belajar siswa untuk mencapai suatu pemahaman.

### 3) Fase Setelah Belajar

Pada fase setelah belajar, 5 siswa ini biasanya merapikan alat tulis beserta buku-buku yang digunakan saat belajar, siswa tersebut juga melakukan kegiatan dengan membaca ulang materi yang sudah dipelajarinya, salah satu siswa memberikan respon bahwa saat setelah belajar siswa mengevaluasi hasil belajarnya dengan cara menjawab pertanyaan – pertanyaan yang diberikan oleh guru, dan salah satu siswa lainnya merespon bahwa setelah belajar siswa merasa senang karena saat pembelajaran berlangsung siswa bisa menjawab pertanyaan – pertanyaan yang diberikan oleh guru. Siswa juga menunjukkan rasa puasnya karena mendapatkan nilai yang tinggi dibandingkan teman yang lain. Selain itu, salah satu dari lima siswa tersebut memberikan reward pada diri sendiri karena telah menyelesaikan proses belajar dengan baik, reward yang dilakukan pada dirinya sendiri dengan bermain hp bersama teman-temannya. Berdasarkan analisis dan pembahasan mengenai kemampuan regulasi diri dalam belajar siswa berdasarkan fasenya, bahwa 5 siswa yang berprestasi sudah mampu meregulasi dirinya dalam belajar karena siswa mampu mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan.

## *Penerapan Berbagai Aspek Regulasi Diri Siswa Berprestasi Kelas 5 di SDN 9 Mataram*

### 1) Metakognitif

Kemampuan metakognitif didalam regulasi diri meliputi 3 komponen yaitu merencanakan, mengorganisasi, menginstruksikan diri selama pembelajaran. Perencanaan yang mengarahkan pengontrolan belajar demi adanya *feedback* terhadap apa yang dikerjakan. Siswa yang sudah mampu merencanakan, mengorganisasi dan menginstruksikan diri dalam pembelajaran melakukan hal sebagai berikut :

- a. Membuat jadwal belajar dirumah. Siswa yang sukses memiliki jadwal belajar yang spesifik. Mereka akan menyelesaikan tugas mereka dan tetap konsisten dengan jadwal yang mereka tulis .
- b. Belajar di waktu yang sama. Belajar dengan rutin dapat memberikan efek positif dalam diri siswa. Ketika siswa belajar pada saat yang sama setiap hari, hal itu akan menjadi kebiasaan dalam hidup. Sehingga secara mental dan emosionalpun akan lebih siap untuk belajar.
- c. Tidak pernah menunda waktu belajar yang sudah direncanakan. Jika menunda waktu belajar sekali saja makan seterusnya akan menjadi kebiasaan, sehingga akan menjadi kurang efektif dalam menerima materi pelajaran.
- d. Mencari tempat yang nyaman untuk belajar. Siswa memilih tempat yang sepi untuk belajar, karena ketika siswa terganggu saat belajar, siswa akan kehilangan konsentrasi belajar.
- e. Nur (dalam Romli, 2000:2) mengemukakan bahwa metakognisi berhubungan dengan berpikir siswa tentang berpikir mereka sendiri dan kemampuan mereka menggunakan strategi-strategi belajar tertentu dengan tepat, metakognisi memiliki dua komponen, yaitu

(a) pengetahuan tentang kognisi, dan (b) mekanisme pengendalian diri dan monitoring kognitif.

## 2) *Motivasi*

Motivasi merupakan suatu kebutuhan dasar yang dimiliki setiap individu untuk tercapai tujuan personal. memiliki motivasi belajar contohnya motivasi intrinsik yang sangat berpengaruh bagi diri sendiri dikarenakan dari dalam diri memiliki kemauan yang kuat akan halnya suatu pembelajaran. Sehingga siswa memotivasi dirinya dalam belajar dengan cara: pertama, siswa menyemangati diri sendiri, dengan rajin belajar akan menghasilkan prestasi yang memuaskan. Kedua, dengan melihat kedua orangtua yang sudah lelah bekerja. Ketiga, dengan menyemangati diri sendiri agar bisa masuk kesekolah yang diinginkan. Keempat, karena motivasi yang diberikan oleh guru bahwa orang yang sukses tidak ada yang bersantai-santai. Menurut Sanjaya, (dalam Suprihatin, 2015:78: ) ada beberapa hal yang perlu dilakukan oleh seorang guru untuk meningkatkan motivasi belajar siswa, yaitu sebagai berikut: Memperjelas tujuan yang ingin dicapai. Tujuan yang jelas dapat membuat siswa paham kearah mana ia ingin dibawa. Pemahaman siswa terhadap tujuan pembelajaran dapat menumbuhkan minat siswa untuk belajar yang pada gilirannya dapat meningkatkan motivasi belajar mereka. Semakin jelas tujuan yang ingin dicapai, maka akan semakin kuat motivasi belajar siswa.

## 3) *Perilaku*

Individu memilih ,menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian aktifitas yang dilakukan. Dari ketiga aspek regulasi diri dapat disimpulkan komponen yang termasuk regulasi diri terdiri dari Metakognitif yang melibatkan individu merencanakan, mengorganisasikan dan menginstruksi diri dalam pembelajaran. Motivasi adalah kemampuan dasar yang dimiliki individu untuk memiliki keyakinan terhadap apa yang dikerjakan dan kemampuan terhadap tugas yang akan dikerjakan (*self-efficacy*) dalam pembelajaran. Perilaku adalah individu menciptakan, menyusun lingkungan sesuai dengan konsep kepribadian agar tercapai lingkungan yang sesuai. Cara siswa menciptakan lingkungan sosial yang seimbang adalah dengan cara tidak memilih-milih teman saat bermain, bisa menyesuaikan situasi dan kondisi kapan harus bermain dan kapan harus belajar. Saat belajar ada yang senang dengan belajar sendiri dan ada juga yang senang belajar kelompok. Jadi siswa tidak membeda-bedakan teman yang pintar dan teman yang biasa aja.

## CONCLUSION

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan regulasi diri dalam belajar siswa berprestasi kelas 5 di SDN 9 Mataram. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa 5 subjek dalam penelitian ini melakukan aktivitas belajardan keyakinan dalam belajarnya sendiri atau yang disebut sebagai kemampuan regulasi diri dalam belajar. Regulasi kemampuan diri dalam belajar siswa paling sering muncul pada perencanaan aktivitas belajar fase sebelum belajar dan melakukan sesuatu pada materi belajar demi mencapai pemahaman serta bertanya pada orang lain agar lebih paham (fase saat belajar).

Pada fase sebelum belajar, 5 menentukan tujuan dan merencanakan aktivitas belajar yang ingin dilakukan. Siswa juga memberikan motivasi terhadap dirinya bahwa keyakinan akan hasil yang baik yang akan didapat jika melakukan aktivitas belajar tertentu, serta belajar yang memahami pemahaman atau penguasaan materi. Pada fase saat belajar, siswa melakukan sesuatu pada materi/objek belajar yang dapat mengoptimalkan kinerja belajar, misalnya mencatat dan meringkas hasil belajar yang di dapat. Respon siswa dalam melakukan sesuatu terhadap materi/objek belajar serta mencari bantuan orang lain untuk memahami materi ini ditemukan pada 5 siswa ini. sebagian siswa ( 2 orang ) juga tempat belajar yang tidak ramai aga lebih fokus dalam belajar. Siswa juga menyemangati diri sendiri serta membayangkan suatu ide untuk tugas yang hendak dilaksanakan. Pada fase setelah belajar, 5 siswa melakukan

evaluasi terhadap belajarnya. Mereka merasa bahwa prestasi atau nilai jelek yang didapatkan disebabkan karena cara atau usaha belajar mereka yang kurang.

#### ACKNOWLEDGMENT

Penelitian ini dapat dilaksanakandengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada, Kaprodi PGSD Universitas Mataram, Dosen pembimbing skripsi peneliti yakni ibu Dr. Hj Darmiany, M.Pd dan ibu Itsna Oktavianti, M.Pd, yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti dengan baik. Kepala SDN 9 Mataram beserta jajarannya atas kerjasama yang baik dalam penelitian ini dan siswa-siswa SDN 9 Mataram yang telah sukarela meluangkan waktunya untuk membantu menyukseskan penelitian ini.

#### REFERENCES

- Astatika, F. D. (2018). *Self-Regulated Learning pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) 06 Muhammadiyah Dau*. 1–47.
- Creswell, J. W., & Miller, G. A. (1997). Research Methodologies and the Doctoral Process. *New Directions for Higher Education*, 99, 33–46.
- Darmiany, D. (2016). Self-regulated learning mahasiswa pendidikan guru Sekolah dasar (PGSD) tahun pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 72–83.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145–155.
- Kusaeri, M., & Mulhamah, U. N. (2016). Kemampuan regulasi diri siswa dan dampaknya terhadap prestasi belajar matematika. *Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Sruabaya*, 1(1), 31–42.
- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 33.
- Sugiyono, P. D. (2017). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D (Cetakan Ke). *Bandung: CV Alfabeta*.
- Sumarmo, U. (2004). Kemandirian belajar: apa, mengapa, dan bagaimana dikembangkan pada peserta didik. *Makalah Pada Seminar Tingkat Nasional. FPMIPA UNY Yogyakarta Tanggal, 8*.
- Sumarmo, U. (2004). Kemandirian belajar: apa, mengapa, dan bagaimana dikembangkan pada peserta didik. *Makalah Pada Seminar Tingkat Nasional. FPMIPA UNY Yogyakarta Tanggal, 8*.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2001). Reflections on theories of self-regulated learning and academic achievement. *Self-Regulated Learning and Academic Achievement: Theoretical Perspectives*, 2, 28 9–307.