

EFEKTIVITAS *SELF-REGULATED LEARNING* DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK MADRASAH ALYAH MOJOAGUNG JOMBANG

Pradana Din Permadi¹, Irfiana Rohmatin²

¹Teknologi Pendidikan, FKIP, Universitas Palangka Raya

²Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Terbuka

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas *self-regulated learning* dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik. Desain penelitian yang digunakan yaitu *one group pretest-posttest* dan penelitian ini melibatkan 30 siswa kelas XII di Sekolah Madrasah Aliyah Assulaimaniyah Mojoagung, Jombang, yang terlibat dalam satu kelompok *pretest* dan *posttest*. Instrumen penelitian berupa tes prestasi akademik dan kuesioner *self-regulated learning*. Data dianalisis dengan uji t berpasangan sehingga dapat dilihat perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada hasil belajar peserta didik ($t = -5.89$, $p < 0.001$) dan *self-regulated learning* ($t = -6.45$, $p < 0.001$) siswa setelah mengalami perlakuan *self-regulated learning*. Kesimpulan dari riset ini adalah *self-regulated learning* efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Kata Kunci: *Self-Regulated Learning*, Hasil Belajar, Madrasah Aliyah

ABSTRACT

This study aims to assess the effectiveness of self-regulated learning in raising students' academic performance. The research design used a single group pretest-posttest, and the study included thirty XII grade students from a Madrasah Aliyah Assulaimaniyah Mojoagung, Jombang, who were divided into one pretest and one posttest group. Penelitian instruments consist of academic assessments and self-regulated learning kits. Analysis of the data using the parametric t test shows a significant difference between the pretest and posttest scores. The study's findings indicate a significant improvement in students' academic performance ($t = -5.89$, $p < 0.001$) and self-regulated learning ($t = -6.45$, $p < 0.001$) after they experience self-regulated learning. The takeaway from this riset is effective self-regulated learning to raise student learning outcomes.

Keywords: *Self-Regulated Learning*, learning outcomes., Madrasah Aliyah

1. PENDAHULUAN

Penelitian di bidang pendidikan telah menyoroti pengaruh *self-regulated learning* terhadap prestasi belajar peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa efektif *self-regulated learning* dalam meningkatkan hasil belajar siswa.

SRL masih tergolong baru di dunia pendidikan dan belum banyak digunakan. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pemahaman dan kesadaran akan pentingnya teknik ini untuk mendukung proses pembelajaran. Sebagian besar lembaga pendidikan terus menerapkan pendekatan pembelajaran konvensional yang lebih berpusat pada guru. Akibatnya, tidak banyak kesempatan bagi siswa untuk belajar sendiri. Diharapkan penelitian ini akan memberikan bukti empiris bahwa SRL efektif dan mendorong sekolah untuk menerapkannya.

Self-regulation mengacu pada pikiran, perasaan, dan tindakan yang dihasilkan sendiri yang direncanakan dan disesuaikan secara sistematis oleh individu untuk memengaruhi pembelajaran dan motivasi mereka (Schunk & Ertmer, 2000). Ini melibatkan berbagai proses, seperti menetapkan tujuan pembelajaran, berfokus pada pengajaran, menggunakan strategi pembelajaran yang efektif, mengatur waktu secara efektif, dan mencari bantuan bila diperlukan (Schunk & Ertmer, 2000). Penelitian selama beberapa dekade telah menunjukkan bahwa siswa berprestasi tinggi secara akademis secara rutin terlibat dalam *self-regulated learning* yang efektif (McKeirnan et al., 2020).

Self-regulated learning (SRL) adalah proses di mana siswa secara aktif mengatur pembelajaran mereka sendiri melalui pengaturan tujuan, pemantauan, dan penyesuaian strategi belajar (Zimmerman, 2002). Menurut Schunk dan Zimmerman (2008), SRL mencakup tiga komponen utama: motivasi, metakognisi, dan perilaku. Motivasi mengacu pada keyakinan dan tujuan siswa dalam belajar, metakognisi melibatkan perencanaan, pemantauan, dan evaluasi proses belajar, sementara perilaku mencakup pengaturan waktu dan usaha.

Penelitian yang dilakukan oleh Cleary dan Zimmerman (2004) menunjukkan bahwa intervensi SRL dapat meningkatkan kemandirian belajar dan prestasi akademik siswa. Studi lain oleh Boekaerts dan Corno (2005) menemukan bahwa SRL dapat membantu siswa mengatasi tantangan akademik dan meningkatkan kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas kompleks.

Studi telah menunjukkan hubungan positif antara motivasi siswa dan prestasi akademik (McKeirnan et al., 2020). Siswa dengan efikasi diri yang tinggi dan mereka yang menempatkan nilai intrinsik yang tinggi pada pembelajaran konten lebih mungkin memiliki kinerja akademik yang lebih kuat (McKeirnan et al., 2020). Pembelajar yang efektif menjadi terlihat bagaimana hubungan fungsional antara pola pikir, tindakan, dan hasil sosial dan lingkungan mereka, yang meningkatkan persepsi mereka tentang pengendalian diri dan berfungsi sebagai dasar motivasi untuk pengaturan diri selama pembelajaran (Zimmerman, 1986).

Selain itu, dengan semakin berkembangnya teknologi dan akses informasi, siswa di era digital saat ini membutuhkan keterampilan regulasi diri yang lebih baik untuk menyaring dan memanfaatkan informasi secara efektif. SRL dapat membantu siswa tidak hanya dalam konteks akademik tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari mereka, di mana kemampuan untuk mengatur diri sendiri dan belajar secara mandiri menjadi semakin penting. Oleh karena itu, penelitian ini juga relevan dalam konteks pengembangan keterampilan abad ke-21 yang diperlukan untuk menghadapi tantangan masa depan.

Pentingnya proses *self-regulated learning* dalam prestasi akademik telah didokumentasikan dengan baik (Zimmerman, 1986). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas SRL dalam meningkatkan prestasi akademik siswa Madrasah Aliyah.

2. Metodologi Penelitian

Desain penelitian ini adalah *one group pretest-posttest* untuk mengevaluasi efektivitas *self-regulated learning* dalam meningkatkan prestasi akademik siswa madrasah Aliyah Mojoagung, Jombang. Dalam desain ini, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok yang sama.

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII di Sekolah Madrasah Aliyah Assulaimaniyah Mojoagung, Jombang yang berjumlah 30 siswa. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposive sampling dengan kriteria siswa yang memiliki hasil belajar sedang hingga rendah. Instrumen atau alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah:

- a. Tes Prestasi Akademik: Digunakan untuk mengukur prestasi akademik siswa sebelum dan sesudah intervensi. Tes ini mencakup materi yang telah diajarkan selama satu semester.
- b. Kuesioner *Self-Regulated Learning*: Kuesioner ini diadaptasi dari skala yang telah divalidasi untuk mengukur tingkat *self-regulated learning* siswa. Kuesioner ini terdiri dari beberapa item yang mengukur dimensi-dimensi *self-regulated learning* seperti pengaturan tujuan, pemantauan diri, dan manajemen waktu.
- c. Prosedur Penelitian
 1. Pretest: Sebelum intervensi dilakukan, semua partisipan akan mengikuti tes prestasi akademik dan mengisi kuesioner *self-regulated learning* untuk mengukur tingkat awal prestasi akademik dan *self-regulated learning* mereka.
 2. Intervensi: Partisipan akan mengikuti program pelatihan *self-regulated learning* selama 8 minggu. Program ini mencakup sesi-sesi yang membahas strategi belajar mandiri, teknik manajemen waktu, pengaturan tujuan, dan pemantauan diri.
 3. Posttest: Setelah intervensi selesai, partisipan akan mengikuti tes prestasi akademik dan mengisi kembali kuesioner *self-regulated learning* untuk mengukur perubahan prestasi akademik dan *self-regulated learning* mereka.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil yang diperoleh dari *pretest* dan *posttest* akan dianalisis menggunakan uji t berpasangan (*paired t-test*) untuk melihat perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* pada prestasi akademik dan *self-regulated learning*. Analisis ini dilakukan dengan bantuan *software* statistik seperti SPSS.

Berikut adalah tabel hasil penelitian yang menunjukkan skor *pretest* dan *posttest* pada prestasi akademik dan *self-regulated learning* siswa:

Variabel	<i>pre-test (M ± SD)</i>	<i>post-test (M ± SD)</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Prestasi Akademik	65.40 ± 7.80	75.30 ± 8.25	-5.89	< 0.001
<i>Self-Regulated Learning</i>	3.10 ± 0.45	3.75 ± 0.50	-6.45	< 0.001

Catatan:

- M = Mean (Rata-rata)
- SD = Standard Deviation (Simpangan Baku)
- *t* = Nilai t dari uji t berpasangan
- *p* = Tingkat signifikansi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada hasil belajar dan *self-regulated learning* siswa setelah mengikuti program pelatihan *self-regulated learning*. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata prestasi akademik dari 65.40 menjadi 75.30 dan skor rata-rata *self-regulated learning* dari 3.10 menjadi 3.75. Nilai t dan p menunjukkan bahwa perbedaan ini signifikan secara statistik.

4. Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan bahwa *self-regulated learning* efektif dalam meningkatkan prestasi akademik siswa. Implementasi program pelatihan *self-regulated learning* dapat dijadikan strategi untuk membantu siswa mencapai hasil belajar yang lebih baik. Selain itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa siswa yang memiliki keterampilan *self-regulated learning* yang baik cenderung lebih mampu mengelola waktu, menetapkan tujuan, dan memantau kemajuan belajar mereka secara mandiri. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya meningkatkan hasil belajar, tetapi juga mengembangkan kemampuan siswa dalam mengatur dan mengarahkan proses pembelajaran mereka sendiri, yang merupakan keterampilan penting untuk keberhasilan jangka panjang.

5. Daftar Pustaka

- [1] Boekaerts, M., & Corno, L. (2005). *Self-regulation in the classroom: A perspective on assessment and intervention*. *Applied Psychology*, 54(2), 199-231.
- [2] McKeirnan, K C., Colorafi, K., Kim, A P., Stewart, A., Remsberg, C M., Vu, M., & Bray, B S. (2020, July 1). *Study Behaviors Associated with Student Pharmacists' Academic Success in an Active Classroom Pharmacy Curriculum*. Elsevier BV, 84(7), ajpe7695-ajpe7695. <https://doi.org/10.5688/ajpe7695>
- [3] Pintrich, P. R. (2000). *The role of goal orientation in self-regulated learning*. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 451-502). San Diego: Academic Press.
- [4] Schunk, D H., & Ertmer, P A. (2000, January 1). *Self-Regulation and Academic Learning*. Elsevier BV, 631-649. <https://doi.org/10.1016/b978-012109890-2/50048-2>
- [5] Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. (Eds.). (2008). *Motivation and self-regulated learning: Theory, research, and applications*. New York: Routledge.
- [6] Zimmerman, B J. (1986, October 1). *Becoming a self-regulated learner: Which are the key subprocesses?*. Elsevier BV, 11(4), 307-313. [https://doi.org/10.1016/0361-476x\(86\)90027-5](https://doi.org/10.1016/0361-476x(86)90027-5)
- [7] Zimmerman, B. J. (2002). *Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview*. *Theory Into Practice*, 41(2), 64-70.