

## HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN SELF REGULATED LEARNING PADA SISWA SMPN X

### THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND SELF REGULATED LEARNING OF STUDENT IN SMPN X

**Harum Kembang Mustika Jagad**

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa. Email: [harumjagad@mhs.unesa.ac.id](mailto:harumjagad@mhs.unesa.ac.id)

**Riza Noviana Khoirunnisa**

Jurusan Psikologi, FIP, Unesa. Email: [rizanoviana@gmail.com](mailto:rizanoviana@gmail.com)

#### Abstrak

Setiap siswa memiliki perbedaan dalam proses belajarnya. Salah satu perbedaan tersebut adalah kemampuan mengatur diri dalam belajar atau *self regulated learning*. Siswa dengan *self regulated learning* yang baik akan mampu belajar dengan inisiatif sendiri. Salah satu faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* siswa adalah efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMPN X. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini menggunakan 249 siswa SMPN X. Instrumen penelitian ini menggunakan skala efikasi diri dan *self regulated learning*. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah *product moment*. Hasil dari analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan *self regulated learning*.

**Kata Kunci :** Efikasi Diri, *Self Regulated Learning*, Siswa

#### Abstract

*Every student has a difference in the learning process. One of these differences is the ability to regulate oneself in learning or self regulated learning. Students with good self regulated learning will be able to learn on their own initiative. One factor that influences students' self regulated learning is self-efficacy. The purpose of this research is to examine the relationship between self-efficacy and self regulated learning of students in SMPN X. This research applies quantitative research method. The subject of this research are 249 students in SMPN X. The Instrument of this research use self-efficacy scale and self regulated learning scale. Data analysis techniques used in this study using product moment correlation analysis. The result revealed that there is a positive relation between self-efficacy and self regulated learning.*

**Keywords:** *Self-Efficacy, Self Regulated Learning, Students*

#### PENDAHULUAN

Saat remaja, individu akan menghabiskan waktu untuk belajar di bangku sekolah sebagai siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Hurlock (2004) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia antara 13 sampai 18 tahun yang sedang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa dengan pembagian usia 13 sampai 16 tahun termasuk masa remaja awal dan usia 16 sampai 18 tahun termasuk masa remaja akhir. Berdasarkan usia kronologis, siswa Sekolah Menengah Pertama termasuk dalam kategori remaja awal, yaitu berada di rentang usia antara 13-16 tahun. Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan salah satu dari jenis pendidikan formal yang ada di Indonesia dalam rangka mewujudkan tujuan pendidikan nasional dan tentu saja harus diimbangi dengan kualitas lulusan siswa untuk siap menghadapi jenjang pendidikan selanjutnya. Oleh karena itu, siswa SMP sebagaimana disebut sebagai remaja awal

berdasarkan usia kronologis dituntut untuk bisa belajar mandiri agar dapat menyelesaikan tugas perkembangan selanjutnya. Salah satu cara untuk melatih kemandirian pada remaja ialah dengan belajar di sekolah karena saat mengikuti pembelajaran di sekolah, seorang siswa memiliki serangkaian beban tugas dan kewajiban yang harus dilakukan supaya bisa memiliki prestasi yang baik dan berhasil dalam belajar.

Saat ini sudah banyak sekolah yang menerapkan sistem *full day school* dengan tujuan agar siswa dapat menerima lebih banyak pelajaran di sekolah dan bisa memiliki prestasi akademik yang baik serta dapat memahami banyak pengetahuan yang diajarkan. Keberhasilan pencapaian prestasi baik akademik maupun nonakademik yang baik di sekolah merupakan harapan semua siswa, namun pada kenyataannya tidak semua siswa bisa berhasil dalam meraih prestasi khususnya prestasi akademik yang baik. Secara umum, kemampuan

siswa dalam bidang akademik dipengaruhi oleh faktor kecerdasan atau intelegensi. Siswa yang memperoleh nilai buruk, kemampuan akademik yang rendah atau kegagalan dalam proses memahami materi tidak semua karena memiliki intelegensi yang rendah. Hal yang perlu dipahami ialah bahwa dalam sebuah proses belajar terdapat perbedaan individual pada diri siswa dalam proses belajar.

Salah satu perbedaan tersebut ialah kemampuan mengatur diri dalam belajar atau *self regulated learning* siswa yang berbeda antara siswa satu dengan yang lainnya. Menurut Santrock (2007) *self regulated learning* adalah kemampuan untuk memunculkan atau memonitoring diri sendiri baik secara pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu dalam proses belajar seperti tujuan akademik yang meliputi meningkatkan pemahaman dalam membaca menjadi penulis yang baik, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan atau tujuan sosioemosional yang meliputi kemampuan mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya.

Siswa dengan regulasi diri yang baik biasanya memiliki efikasi diri yang tinggi akan kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas dengan sukses (Ormrod, 2009). Apabila siswa mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang ditetapkan, siswa tidak akan mengalami kekecewaan yang mendalam karena siswa mampu mengatasi tekanan tersebut dengan baik. Siswa juga mampu mengontrol, mengevaluasi, dan memodifikasi strategi belajar yang digunakan agar tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai. Dengan demikian, efikasi diri dan regulasi diri perlu dikembangkan dalam diri siswa agar siswa memiliki kemandirian dalam belajar.

Kondisi dilapangan, berdasarkan wawancara dengan beberapa siswa dan guru BK, siswa menyampaikan bahwa dengan diterapkannya sistem belajar *full day school* di sekolah, siswa merasa ada sisi positif dan negatifnya. Sisi positifnya siswa lebih banyak dapat menerima pelajaran yang disampaikan. Sisi negatifnya, jam belajar yang panjang membuat siswa mudah merasa jenuh saat jam pelajaran berlangsung dari siang hingga sore hari entah karena mengantuk, lapar, ingin bermain handphone atau yang lainnya. Waktu belajar yang padat dari pagi hingga sore hari membuat siswa merasa lelah dan lebih memilih untuk tidak belajar saat belajar di malam hari dan apabila ada tugas yang harus dikumpulkan besoknya siswa kadang ada yang mengerjakan hingga larut malam sehingga saat pagi harinya disekolah mudah mengantuk dan kurang bisa memahami materi pelajaran yang disampaikan atau memilih mengerjakan disekolah dengan menyontek pekerjaan temannya. Siswa juga menyampaikan bahwa saat ini hanya beberapa siswa saja yang mengikuti les privat dan mengikuti ekstrakurikuler.

Kegiatan yang dilakukan usai pulang sekolah ialah bermain handphone karena di sekolah tidak diperkenankan menggunakan handphone. Pada remaja perempuan rata-rata menggunakan handphone yang dimiliki untuk membuka social media sedangkan pada remaja laki-laki menggunakan handphone untuk bermain game. Saat waktu luang seperti hari Sabtu Minggu dan hari libur, mayoritas siswa siswi menggunakannya untuk pergi keluar atau jalan-jalan dengan teman. Beberapa siswa juga menyampaikan walaupun diterapkan sistem belajar *full day school*, tidak semua materi dapat dipahami dengan lebih baik karena menurut siswa ada beberapa mata pelajaran yang sulit dipahami sehingga sulit pula untuk mendapatkan nilai baik.

Schunk & Zimmerman (1989) menegaskan bahwa individu yang bisa dikatakan sebagai *self regulated learning* adalah individu yang secara metakognisi, motivasional dan *behavioral* aktif ikut serta dalam proses belajar mereka secara langsung untuk memperoleh pengetahuan dan keahlian yang mereka inginkan tanpa bergantung pada guru, orang tua dan orang lain. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman (1990) mengajukan sebuah skema konseptual mengenai akademik *self regulated* yang meliputi enam kunci proses belajar tersebut adalah efikasi diri, penggunaan energy, manajemen waktu, *self observation*, struktur lingkungan dan pencarian bantuan. Penelitian yang juga dilakukan oleh Cobb (2003) bahwa *self regulated learning* dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah efikasi diri, motivasi dan tujuan (*goals*).

Beberapa kunci dari proses belajar tersebut, efikasi diri memiliki peranan penting karena berkaitan dengan kesadaran individu untuk memahami dan yakin dengan kemampuan yang dimiliki untuk bisa belajar. Menurut Bandura (1997) efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Sedangkan menurut Baron & Byrne (2005) efikasi diri adalah bagian dari konsep diri yang merupakan keyakinan seseorang akan kemampuan untuk menangani tugas secara efektif dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk menangani masalah.

Bandura (dalam Veleyutham, dkk, 2012) bahwa dalam teori efikasi diri yang berpengaruh terhadap perilaku siswa adalah keyakinan yang mereka pegang tentang kemampuan mereka karena siswa lebih cenderung untuk belajar jika mereka percaya bahwa mereka mampu untuk belajar dan mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri dan *self regulated learning* akan membuat individu tersebut mampu mengelola mengelola secara efektif pengalaman belajarnya di dalam berbagai cara sehingga dapat mencapai hasil belajar yang optimal. Sebaliknya

individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan sangat mempengaruhi dalam menyelesaikan tugasnya untuk mencapai hasil tertentu (Abicondro dan Purnamasari, 2011).

Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan beserta pendapat para ahli serta penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa di SMPN X.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Lokasi penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah SMPN X. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMPN X. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh dengan melibatkan seluruh populasi sebanyak 249 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Pada penelitian ini digunakan teknik pengumpulan data dengan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan korelasi *product moment*. Penelitian ini menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis dalam teknik statistiknya. Uji asumsi diantaranya adalah uji normalitas dan uji linearitas. Pengujian ini digunakan bantuan program pengolahan data IBM SPSS *Statistics 24 for windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Uji hipotesis dengan *product moment*, menunjukkan hasil sesuai tabel berikut ini:

Tabel 1. Hasil Perhitungan *Pearson Correlations*

		Efikasi Diri	Self Regulated Learning
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	,773**
	Sig. (2.tailed)		,000
	N	249	249
Self Regulated Learning	Pearson Correlation	,773**	1
	Sig. (2.tailed)	,000	
	N	249	249

\*\* . Correlation is significant at the 0.001 level.

Berdasarkan analisis dari korelasi *product moment* menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ). Nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 tersebut menunjukkan hubungan yang signifikan. Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis yang menyebutkan “terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning*” diterima.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2017 Universitas Negeri Surabaya. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang menggunakan analisis korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS versi 24 *for windows* menunjukkan terdapat hubungan antara variabel kematangan emosi dengan variabel prokrastinasi akademik. Nilai signifikansi korelasi antara variabel kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik sebesar 0,005 ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis dalam penelitian yang berbunyi “terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi angkatan 2017” diterima.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMPN X. Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel efikasi diri dengan *self regulated learning*. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti kurang dari 0,05. Nilai tersebut menunjukkan bahwa hipotesis “terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMPN X”.

Nilai koefisien korelasi variabel efikasi diri dengan *self regulated learning* pada tabel sebesar 0,773 yang artinya variabel efikasi diri memiliki hubungan yang kuat dengan *self regulated learning*. Hubungan tersebut bersifat positif yang artinya searah. Data tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa maka semakin tinggi *self regulated learning* yang dimilikinya. Penelitian ini terbatas pada efikasi diri dan *self regulated learning* pada siswa kelas VII di SMPN X.

Hasil yang tinggi ini dapat dipengaruhi oleh transisi masa perkembangan yang dialami oleh siswa (Hurlock, 2004). Santrock (2007) mengatakan bahwa perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosi dialami oleh remaja. Kondisi emosi yang bergejolak dan ketegangan yang dialami harus dialami pada siswa remaja yang dihadapkan pada tuntutan dari dalam diri dan lingkungan yang menempatkan remaja dalam kondisi sulit. Remaja yang merasa emosinya bergejolak akibat banyaknya tuntutan dari pihak sekolah membuat mereka ragu untuk menyelesaikan tuntutan tugas tersebut. Keraguan ini membuat siswa tidak yakin akan kemampuannya sehingga ia cenderung melakukan hal-hal yang sia-sia dan dianggap lebih menyenangkan. Waktu yang tersita ini menjadikan siswa semakin memiliki waktu yang sedikit. Akibatnya, ia kesulitan dalam menyelesaikan tugas dengan maksimal. Kesulitan ini menyebabkan ia

kesulitan mengatur waktu belajarnya atau *self regulated learning*. Kurang maksimalnya siswa dalam mengerjakan tugas akan membuat nilai siswa jelek. Nilai yang jelek dapat mengakibatkan siswa menjadi ragu akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas sehingga hal ini terus menerus berlanjut.

Siswa yang berada dalam jenjang SMP harus memenuhi tugas perkembangan di masa remaja. Tugas perkembangan tersebut adalah kemandirian terutama dalam bidang akademik. Kemandirian dalam akademik ini dapat dilihat dari kemampuan siswa mengatur diri dalam belajar atau yang disebut sebagai *self regulated learning*. *Self regulated learning* menurut Santrock (2007) adalah kemampuan untuk memunculkan atau memonitoring diri sendiri baik secara pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan seperti tujuan akademik. Pengaturan diri yang baik akan membuat siswa mampu untuk belajar dengan inisiatif sendiri dengan atau tanpa bantuan dari pihak lain dalam hal penentuan tujuan belajar, metode belajar, dan evaluasi hasil belajar (dalam Mulyana, Bashori & Mujidin, 2015).

*Self regulated learning* yang tinggi akan membuat siswa mudah menerima materi dalam pelajaran sehingga hasil belajar dapat optimal. Salah satu faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* adalah efikasi diri. Bandura (dalam Feist dan Feist, 2011) mendefinisikan efikasi diri sebagai suatu keyakinan manusia pada kemampuan mereka untuk melatih sejumlah ukuran pengendalian terhadap fungsi diri mereka serta kejadian-kejadian di lingkungan kehidupannya. Efikasi diri memiliki peranan penting karena berkaitan dengan kesadaran individu dalam memahami dan yakin akan kemampuan yang dimiliki untuk bisa belajar. Bandura (dalam Veleyutham, dkk, 2012) bahwa dalam teori efikasi diri yang berpengaruh terhadap perilaku siswa adalah keyakinan yang mereka pegang tentang kemampuan mereka karena siswa lebih cenderung untuk belajar jika mereka percaya bahwa mereka mampu untuk belajar dan mencapai hasil yang diinginkan.

Siswa yang disibukkan dengan *full day school*, les privat, dan beberapa kesibukan lainnya perlu meningkatkan efikasi diri. Siswa yang memiliki kemampuan efikasi diri dan *self regulated learning* akan mampu mengelola pengalaman belajarnya di dalam berbagai cara sehingga dapat mencapai hasil belajar yang optimal (Abicondro dan Purnamasari, 2011). Kemampuan tersebut dapat tercermin pada kemampuan siswa untuk membuat rencana strategi belajar serta target yang dicapai dalam belajar merupakan karakteristik yang dimiliki oleh siswa yang memiliki *self regulated learning*.

Seperti dalam teori Cobb (2003), *self regulated learning* dipengaruhi faktor efikasi diri. Siswa dengan

efikasi yang baik akan membuatnya menjadi yakin dengan kemampuannya bahwa ia dapat menyelesaikan tugasnya yang dihadapi. Sebaliknya, seorang dengan efikasi rendah akan membuatnya tidak percaya pada kemampuannya sehingga mudah menyerah. Hal ini sesuai dengan fenomena yang terjadi pada SMPN X. Siswa memiliki tugas serta aktivitas yang padat. Tugas dan aktivitas yang padat ini perlu dihadapi dengan membuat strategi belajar atau *self regulated learning* yang tepat. Strategi belajar yang baik akan membuat siswa dapat mengatur diri dengan baik serta belajar yang maksimal. Melihat banyaknya tugas dan aktivitas yang padat memungkinkan siswa merasa tidak yakin dapat menyelesaikannya tepat waktu. Keyakinan yang rendah ini membuat proses belajar terhalangi karena siswa cenderung melakukan aktivitas yang sia-sia dibandingkan mengerjakan tugas yang ada.

Feist dan Feist (2011) menjelaskan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor tersebut adalah kondisi fisik dan emosional. Emosi yang dimaksud meliputi ketakutan yang kuat, kecemasan akut, atau tingkat stres yang tinggi. Emosi yang negatif membuat siswa mengurangi performanya terutama dalam mengerjakan tugas. Kecemasan ini dapat berupa kecemasan apabila ia tidak dapat menyelesaikan seluruh tugas tepat waktu. Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi adalah pengalaman menguasai sesuatu, modelling sosial, dan persuasi sosial.

Hasil dari penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mulyana, Bashori, dan Mujidin (2015) yang menunjukkan bahwa efikasi diri mempengaruhi *self regulated learning* sebesar 27,4%. Hasil ini memiliki nilai yang tinggi dibandingkan variabel lain yaitu motivasi belajar dan dukungan sosial keluarga. Efikasi diri yang tinggi akan memunculkan perilaku yang lebih aktif dan giat dalam berusaha serta berani untuk menetapkan tujuan yang diinginkan sehingga siswa mempunyai *self regulated learning* yang tinggi.

Hasil dari penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Putri (2012) yang menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi dengan *self regulated learning* sebesar 0,574. Penelitian yang dilakukan Putri (2012) menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki remaja, maka semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki oleh remaja. Individu yang menggunakan strategi *self regulated learning* akan memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak menggunakan strategi *self regulated learning*.

Hubungan efikasi diri dengan *self regulated learning* dapat dilihat dari aspek-aspek yang saling berhubungan. Menurut Mulyana, Bashori, dan Mujidin (2015), siswa

yang memiliki kemampuan dan keyakinan akan dirinya dapat menimbulkan berkembangnya sikap belajar yang positif. Sikap belajar yang positif ini adalah *time management* dan *efford regulation*. *Time management* atau pengaturan waktu yang baik dan bijak dibutuhkan agar dapat mengatur jadwal belajar. Siswa yang yakin terhadap kemampuan dirinya akan mengatur waktu dengan baik. Ia dapat menentukan kapan waktu bagi dirinya untuk belajar, istirahat, dan kegiatan non akademiknya. Pengaturan waktu yang dimiliki oleh siswa akan membuatnya memanfaatkan waktu sebaik dan semaksimal mungkin. Pemanfaatan waktu yang baik akan mempengaruhi prestasi belajar yang baik bagi siswa tersebut.

Sikap belajar positif lainnya yaitu *effort regulation*. *Effort regulation* mengarah pada kemampuan seseorang untuk menerima kegagalan dan membangun kepercayaan diri untuk bangkit kembali dari kegagalan tersebut. Siswa juga pasti akan menemui kegagalan dalam akademiknya. Kegagalan ini perlu disikapi dengan bijak. Apabila siswa yakin dengan kemampuan yang ada pada dirinya, maka akan muncul keyakinan bahwa ia mampu bangkit dari kegagalan tersebut dengan kemampuannya. Kegagalan ini dapat dihadapi dengan kemampuannya apabila ia yakin.

Selain itu, aspek selanjutnya yang memiliki hubungan adalah luas bidang tugas dengan *metacognitive self regulation*. Luas bidang tugas berhubungan dengan bidang tugas atau tingkah laku. Pengalaman yang berangsur-angsur akan menimbulkan penguasaan. Sedangkan pengalaman lain membangkitkan keyakinan meliputi tugas. Adiconro dan Purnamasari (2011) menjelaskan bahwa individu cenderung mengamati keberhasilan orang lain yang kemampuannya sama dengannya dan nasihat dari orang-orang terdekat. Pengalaman yang dirasakan oleh individu ini akan membuat individu melewati proses berpikir agar dapat mengatur atau memonitoring diri untuk melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan dengan *self regulated learning* sebesar 0,773 atau 73,3%. Sisanya sebesar 26,7% dipengaruhi oleh faktor lain. Menurut Cobb (2003) faktor lain yang mempengaruhi *self regulated learning* adalah motivasi dan tujuan. Motivasi ini dibutuhkan agar siswa dapat melaksanakan strategi yang mempengaruhi proses belajar. Tujuan (*goal*) menurut Cobb merupakan kriteria yang digunakan peserta didik untuk memonitor kemajuan dalam belajar. Faktor lain yang mempengaruhi menurut Mulyana, Bashori, dan Mujidin (2015) adalah dukungan sosial keluarga. Harlock (dalam Mulyana, Bashori, & Mujidin, 2015) menjelaskan bahwa dukungan sosial keluarga berupa penerimaan, rasa percaya, dan perhatian

akan meningkatkan kebahagiaan dalam remaja. Kebahagiaan ini akan memunculkan motivasi dalam remaja untuk terus berusaha mencapai tujuannya. Remaja juga mempunyai rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas yang dihadapi.

Faktor lain yang mempengaruhi *self regulated learning* adalah jenis kelamin. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Kusumawati & Cahyani, 2013) menunjukkan bahwa siswa menggunakan strategi regulasi diri dalam belajar. Terdapat perbedaan strategi regulasi diri dalam belajar siswa berdasarkan jenis kelamin. Siswa perempuan lebih rajin, memiliki tujuan perencanaan dan pemantauan, serta dapat menjaga catatan daripada siswa laki-laki. Hal ini disebabkan siswa perempuan sedikit tajam dalam motorik halusnyanya seperti menulis angka dan huruf. Siswa perempuan juga lebih termotivasi dalam bidang akademisnya dibandingkan dengan siswa laki-laki.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri yang dimiliki oleh siswa dapat mempengaruhi *self regulated learning* pada siswa di SMPN X. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri dengan *self regulated learning* memiliki keterkaitan satu sama lain.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Penelitian ini menunjukkan hasil adanya hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa di SMPN X. Hubungan ini ditunjukkan dengan perolehan hasil koefisien korelasi sebesar 0,773 dengan signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ). Artinya, semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi *self regulated learning* pada siswa di SMPN X.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait sehingga dapat dijadikan pertimbangan, yaitu:

1. Bagi SMPN X  
Peneliti ini dapat memberikan informasi mengenai keterkaitan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa di SMPN X yang diharapkan bahwa pihak sekolah dapat meningkatkan efikasi diri pada siswa agar semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki siswa. Efikasi diri dapat ditingkatkan dengan memberikan motivasi bahwa siswa dapat mengerjakan tugas dengan maksimal. Latihan mengerjakan soal juga perlu diberikan secara rutin saat jam pelajaran akan membuat siswa mudah memahami pelajaran sehingga ia memiliki keyakinan akan kemampuannya. Selain itu, motivasi dan penetapan tujuan siswa juga perlu ditingkatkan agar

semakin tinggi *self regulated learning* yang dimiliki oleh siswa sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat secara optimal.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini hanya menekankan pada variabel efikasi diri, jadi bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti hubungan variabel lain seperti jenis kelamin, motivasi, dan tujuan (*goal*). Pada penelitian selanjutnya juga perlu mempertimbangkan penambahan populasi lain seperti seluruh seluruh SMPN di suatu wilayah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abicondro, N. & Alfi P. (2011). Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII. [versi elektronik]. *Humanitas*. 7 (1), 17-27. Diunduh dari <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/448/290>.
- Bandura, A. (1997). *Self efficacy: the exercise of control*. New York: Freeman.
- Baron, R.A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Cobb, R. (2003). *The relationship between self-regulated learning behaviors and academic performance in web-based courses. desertation*. Virginia: Faculty of Virginia Polytechnic Institute and State Universit. Diunduh dari <https://vtechworks.lib.vt.edu/handle/10919/26469>.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Teori kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kusumawati, P. & Cahyani, B.H. (2013). Peran efikasi diri terhadap regulasi diri pada pelajaran matematika ditinjau dari jenis kelamin. [versi elektronik]. *Jurnal Spirits*. 4(1), 1-84. Diunduh dari <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi7nNbk94PdAhUiSY8KHxNGB0sQFjAAegQIABAC&url=http%3A%2F%2Fjurnal.ustjogja.ac.id%2Findex.php%2Fspirit%2Farticle%2Fdownload%2F1032%2F324&u sg=AOvVaw2N5FsqdfvhIMav-iSeRLXK>.
- Mulyana, E., Mujidin, M., dan Bashori K.. (2015). Peran motivasi belajar, *self-efficacy*, dan dukungan sosial keluarga terhadap *self-regulated learning* pada siswa. *psikopedagogia*. 4 (1), 165-173. Diunduh dari <http://journal.uad.ac.id/index.php/PSIKOPEDAGOGIA/article/view/4480>.
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi pendidikan membantu siswa tumbuh dan berkembang*. Jakarta: Erlangga.
- Putri, H.R. (2012). *Hubungan self efficacy dengan self regulated learning pada remaja*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Diunduh dari <http://eprints.umm.ac.id/30207/2/jiptummp-gdl-harletaroh-29332-1-pendahul-n.pdf>.
- Santrock, J. (2007). *Psikologi pendidikan edisi kedua*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Veleyutham, S. et al. (2012). *Gender differences in student motivation and self-regulation in science learning: A Multi-Group Structural Equation Modeling Analysis*. [versi elektronik]. *Journal of Science and Mathematics Education*. 1347-1368. Diunduh dari <https://link.springer.com/article/10.1007/s10763-012-9339-y>.
- Zimerman, B. J, & Schunk, D. H (1989). *Self regulation learning & academic achievement: theory, reasearah and practive*. New york: Spinger-verlag.
- Zimerman, B. J. (1990). Self Regulated learning and academic achievement : an overview. [versi elektronik]. *Journal Education Psychologist*. 25, 1, 3-37. Diunduh dari [https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15326985ep2501\\_2](https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15326985ep2501_2).