

## TINGKAT REGULASI DIRI SISWA DI SEKOLAH KELAS X MEKATRONIKA SMKN SUMATERA SELATAN

Yogi Purwanda, Rahmi Sofah, Rani Mega Putri  
**Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya**

[Yogi\\_pur@gmail.com](mailto:Yogi_pur@gmail.com)

**Abstrak:** Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat regulasi diri siswa di sekolah kelas X Mekatronika SMKN Sumatera Selatan. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian 36 siswa dan sampel atau responden penelitian yaitu 36 siswa dengan menggunakan sampling jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan angket atau kuesioner dengan 40 item pernyataan. Teknik analisis data menggunakan hitungan persentase. Aspek yang diukur dari regulasi diri siswa di sekolah, meliputi 3 aspek yaitu, pikiran, motivasi, dan perilaku. Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat regulasi diri siswa di sekolah kelas X Mekatronika SMKN Sumatera Selatan, 25% dalam kategori sangat tinggi (ST), 61% dalam kategori tinggi (T), 8% dalam kategori sedang (S), dan 6% dalam kategori rendah (R).

**Kata Kunci:** Regulasi diri

### PENDAHULUAN

Siswa merupakan salah satu komponen yang sentral dalam dunia pendidikan, serta menjadi sasaran dalam perkembangan dan kemajuan dunia pendidikan. tentu pendidikan di Indonesia akan mengalami kemajuan jika siswanya mengalami perkembangan dan kemajuan, baik dalam bidang ilmu pengetahuan, pribadi dan sosialnya. Tidak hanya pendidikan, namun diri siswa itu sendiri yang sangat diuntungkan jika siswa tersebut mengalami kemajuan dan perkembangan baik pada pribadinya dan potensinya, sebagaimana yang telah dijelaskan Annurrahman (2014:121) bahwa keterlibatan langsung siswa didalam proses pembelajaran memiliki intensitas keaktifan yang lebih tinggi, dalam keadaan ini siswa tidak hanya sekedar aktif mendengar, mengamati dan mengikuti, akan tetapi terlibat langsung dalam melaksanakan suatu percobaan, peragaan atau mendemonstrasikan

sesuatu. Dengan keterlibatan langsung ini berarti siswa aktif mengalami dan melakukan proses pembelajaran sendiri.

Ada banyak faktor yang menjadi indikator dalam kemajuan siswa, seperti, kemajuan dalam prestasi belajar, kematangan hubungan sosial, kematangan spiritual serta kematangan berperilaku secara positif baik disekolah maupun diluar sekolah, untuk mendukung dan mewujudkan itu semua tidak hanya peran dari sekolah, guru dan orang tua, namun peran juga dari diri siswa itu sendiri. Maka diperlukan pengaturan diri yang tepat baik dalam belajar, berperilaku serta bersosialisasi di lingkungan sekolah.

Siswa yang mengembangkan regulasi dirinya di sekolah akan membantu siswa membentuk tujuan, arah, serta kepercayaan dalam belajar. siswa yang belum bisa mengatur dirinya dalam bertindak, bersikap

berprilaku, maupun bersosialisasi secara tepat dan sesuai dengan moral, norma dan aturan masyarakat, ataupun tidak dapat mendisiplinkan diri dalam belajar baik di sekolah maupun di luar sekolah tentu ini akan berdampak juga kepada penurunan prestasi belajar siswa itu sendiri. Sebenarnya ada beberapa faktor yang mempengaruhi dan menghambat siswa dalam mengembangkan regulasi diri. Seperti, perilaku remaja sekarang ini sering di habiskan untuk berfoya – foya dibandingkan mempersiapkan masa depannya, Menunda-nunda tugas, tidak mentaati peraturan sekolah, serta cenderung untuk bersikap pasif disekolah.

Untuk menjadi siswa yang berkembang secara baik, siswa itu sendiri harus bisa mengatur dirinya dengan baik, dapat memajemen dirinya dengan baik dan meningkatkan motivasinya dalam berperilaku sehari - hari, namun tidak sedikit siswa yang tidak memiliki tujuan hidup , arahan dari diri sendiri, kedisiplinan dalam waktu, tidak bisa mengatur dirinya, memajemen diri, dan mengembangkan motivasinya dan tidak memahami atau mengembangkan akan kesadarannya untuk mengarahkan perilaku kedepannya dengan baik dan positif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman & Pons (dalam Kusaeri, Mulhamah, 2016:33) menunjukkan bahwa regulasi diri memberikan sumbangan efektif hampir mencapai 70% terhadap prestasi belajar siswa. Dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mampu mengatur dirinya dengan baik dapat meningkatkan prestasi belajar siswa itu sendiri.

Regulasi diri juga tidak terlepas dari peran perilaku, kognitif dan motivasinya karena dengan menggunakan kognitifnya siswa dapat mengembangkan dirinya, mengatur dirinya atau menata arah yang akan dihadapinya dengan memilih strategi yang tepat, agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya dalam belajar, dan berperilaku. Jika siswa dapat mengembangkan motivasinya siswa dapat meningkatkan semangat, serta kepercayaan diri yang tinggi dalam belajar, mengatur diri serta memajemen dirinya dengan baik. Dan jika siswa dapat menyesuaikan perilakunya dan mengarahkannya kearah yang positif serta bertindak dan berperilaku sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku, maka siswa itu dapat dikatakan mempunyai *self regulation* (pengaturan diri) yang baik.

Ada beberapa bentuk *self regulation* bagi siswa di sekolah, seperti: mengatur jadwal belajar di kelas, mengatur diri untuk tidak melanggar peraturan sekolah, mengatur diri untuk disiplin, mengatur waktu kapan harus belajar dan kapan harus bermain, serta mengatur diri untuk mengerjakan tugas. Sa'id (2015:109) mengatakan bahwa teratur dalam mengerjakan tugas sekolah, dapat memudahkan pelajaran dan membuatnya terasa lebih menyenangkan, Jika tidak maka pelajaran akan menumpuk dan semakin sulit.

Untuk itu peneliti sangat tertarik untuk melihat bagaimana tingkat regulasi diri siswa kelas X mekatronika SMKN SUMSEL serta bagaimana mereka mengelola dan mengatur diri mereka sendiri di lingkungan sekolah.

## METODE PENELITIAN

Adapun metode yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu survey kuantitatif, karena analisis data bersifat statistik yang bertujuan untuk menghitung persentase, dari tingkat tinggi atau rendahnya regulasi diri siswa kelas X mekatronika SMKN Sumatera Selatan di sekolah. Menurut Sugiyono (2016:6-7) bahwa penelitian survey harus mendapatkan data dari tempat yang alamiah (bukan buatan). Jenis penelitian survey tergolong dalam metode penelitian kuantitatif.

Variabel dalam penelitian ini variabel tunggal yaitu regulasi diri dan tidak ada variabel *independen* dan variabel *dependen*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Sedangkan teknik analisis data menggunakan hitungan persentase dengan rumus  $P = \frac{F}{N} \times 100$  (Sugiyono 2016:95).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian secara keseluruhan mengenai tingkat regulasi diri siswa di sekolah kelas X Mekatronika SMKN Sumatera Selatan, yang sangat dominan berada pada kategori tinggi dengan persentase 61% atau frekuensinya 22 siswa, dari data tersebut menunjukkan bahwa kategori tinggi (T) sangat dominan pada regulasi diri siswa di sekolah, namun tidak semua siswa memiliki regulasi diri yang tinggi, siswa yang memiliki regulasi diri yang sangat tinggi (ST) hanya 9 siswa dan jika dipersentasekan 25% tentu tingkat ini di bawah kategori tinggi (T), selanjutnya pada tingkat sedang hanya ada 3 siswa atau sekitar 8% dan tingkat

rendah berada pada 6% atau 2 siswa, kemudian tidak ada siswa untuk tingkat sangat rendah (SR) atau 0%.

Tidak semua sekolah atau kelas memiliki kategori pengaturan diri yang tinggi sebagaimana penelitian yang relevan yang dilakukan oleh Friskilia S, & Winata (2018:42). Dalam penelitian yang dilakukan di SMK (sekolah menengah kejuruan) tersebut di temukan bahwa 53% regulasi diri siswa berada pada kategori (R) rendah. Hal ini menunjukan bahwa kemampuan regulasi diri yang rendah mencerminkan regulasi diri siswa untuk upaya meningkatkan prestasi belajar belum optimal.

Dari hasil diatas menunjukkan bahwa intensitas pengaturan diri siswa kelas X Mekatronika SMKN Sumatera Selatan cenderung tinggi, artinya siswa kelas X Mekatronika sudah mampu dalam mengatur dirinya di sekolah baik dalam mengatur dan mengarahkan pikiran, mengatur dan mengarahkan motivasi dan juga mengatur perilaku sendiri di sekolah, penelitian yang relevan menurut Zimmerman tentang *triadic model of self regulation* (dalam Rahman 2014:68) menjelaskan bahwa ada 3 bentuk pengaturan diri yang harus dilakukan, pertama pengaturan diri yang tersembunyi, yaitu terfokus pada pengaturan kognitif dan afektif dalam regulasi diri siswa di sekolah. Kemudian yang kedua pengaturan perilaku yaitu pada pengaturan perilaku siswa di sekolah. Ketiga pengaturan lingkungan hidup yaitu pengamatan dan pengelolaan lingkungan sehingga membantu dalam proses pencapaian tujuan.

Dari ketiga aspek yang diukur, pada aspek pikiran yang paling dominan atau

lebih tinggi dibandingkan dengan kedua aspek yang lain seperti aspek motivasi dan prilaku. Aspek pikiran 64% kategori tinggi (T), pada aspek motivasi 50% kategori tinggi (T), sedangkan pada aspek prilaku 55% kategori tinggi (T). Dalam mengarahkan pikiran, meningkatkan konsentrasi belajar dan menetapkan tujuan siswa kelas X Mekatronika sudah mampu dan tinggi dibandingkan dengan mengarahkan dan mengatur motivasi dan prilaku diri sendiri di sekolah.

### **KESIMPULAN**

Dalam mengukur regulasi diri siswa kelas X Mekatronika meliputi 3 aspek yang di ukur yaitu; pertama aspek pikiran (kognitif), kedua aspek motivasi dan ketiga aspek prilaku. Dari hasil penelitian tentang tingkat regulasi diri siswa di sekolah kelas X Mekatronika SMKN Sumatera Selatan dari hirarki tingkat regulasi diri tersebut menunjukkan, dan dominan pada posisi paling atas yaitu kategori pada kategori tinggi T dengan persentase 61%.

Artinya siswa kelas X mekatronika secara keseluruhan sudah mampu untuk mengatur dirinya dengan baik di sekolah, baik dalam mengatur, mengarahkan dan mengontrol pikiran, motivasi serta prilaku diri sendiri, seperti menetapkan tujuan, konsentrasi belajar, meningkatkan motivasi intrinsik dan ekstrinsik serta mengarahkan prilaku dengan baik dan juga bertindak dan berperilaku secara aktif di sekolah.

### **SARAN**

Dari hasil penelitian tentang tingkat regulasi diri siswa di sekolah kelas X

Mekatronika SMKN Sumatera Selatan, peneliti memberikan saran kepada pihak;

#### **1. Pihak Sekolah**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu pihak sekolah dalam memahami tingkat regulasi diri siswa di sekolah kelas X Mekatronika SMKN Sumatera untuk memberikan layanan dan sebagai langkah untuk meningkatkan dalam pengaturan dan pengarah prilaku, pikiran dan motivasi siswa di sekolah.

#### **2. Guru Bimbingan dan Konseling**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan data baru bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam merancang dan melaksanakan program BK di sekolah, serta sesuai dengan kebutuhan masing-masing siswa, baik dalam memberikan layanan individual, layanan bimbingan kelompok, maupun layanan bimbingan klasikal.

#### **3. Peneliti Selanjutnya**

Peneliti merekomendasikan dan menyarankan kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut mengenai regulasi diri siswa di sekolah, baik tentang pengaruh regulasi diri terhadap prestasi akademik di sekolah. Serta sesuatu yang dapat dikembangkan dari regulasi diri siswa di sekolah agar mendapatkan hasil yang lebih mendalam lagi.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Anurrahman. (2014). *Belajar Dan Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Kusaeri & Mulhamah Umi Nida. (2016). Kemampuan Regulasi Diri Siswa dan Dampaknya terhadap Prestasi Belajar Matematika. No.1 2016 31-42.
- Sa'id Musthofa Abu (2015). *Mendidik Remaja Nakal*. Yogyakarta: Semesta Hikmah.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian, Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Friskilia S, Ochteria & Winata Hendri (2018). Regulasi Diri (Pengaturan Diri) sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. Vol 1. No 2. (2018) 37-44.
- Rahman Agus Abdul. (2014). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.