

PENGARUH SELF-EFFICACY TERHADAP SELF REGULATED LEARNING PADA SISWA KELAS X DI SMAN 4 KARAWANG

Nur Aisyah Farha Dillah¹, ps19.nurdillah@mhs.ubpkarawang.ac.id

Linda Mora², linda.siregar@ubpkarawang.ac.id

Randwitya Ayu Ganis Hemasti³, randwitya.ganis@ubpkarawang.ac.id

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat - 41361

Abstrak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat pengumpulan data berupa skala *self-efficacy* dan skala *self regulated learning*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dalam bentuk *convenience sampling* dengan perhitungan menggunakan tabel Isaac dan Michael taraf 5%, sehingga dari 359 populasi yang terdiri dari siswa kelas X terdapat 177 siswa yang menjadi subjek penelitian. Berdasarkan hasil uji hipotesis (regresi linear sederhana) diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak dengan nilai R square sebesar 0,155, yaitu ada pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang sebesar 15,5%.

Kata Kunci: Siswa SMA, *Self-Efficacy*, *Self Regulated Learning*

Abstract. The purpose of this study was to determine the effect of self-efficacy on self regulated learning in class X students at SMAN 4 Karawang. This study uses a quantitative method with data collection tools in the form of self-efficacy scales and self regulated learning scales. The sampling technique in this study used a non-probability sampling technique in the form of convenience sampling with calculations using the Isaac and Michael tables at a level of 5%, so that out of 359 population consisting of class X students, there were 177 students who were the research subjects. Based on the results of the hypothesis test (simple linear regression) a significance value of $0,000 < 0,05$ is obtained, which means that H_a is accepted and H_0 is rejected with an R square value of 0,155, there is an effect of self-efficacy on self regulated learning in class X students at SMAN 4 Karawang of 15,5%.

Keyword: High School Students, *Self-Efficacy*, *Self Regulated Learning*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu dari banyak aspek kehidupan yang sangat penting bagi manusia. Tidak hanya berperan merealisasikan proses pembelajaran yang efektif, pendidikan juga memiliki fungsi mengembangkan potensi peserta didiknya. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan latihan, proses, perbuatan, melalui cara-cara formal, informal dan nonformal.

Jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan salah satu pendidikan yang ditempuh secara formal oleh peserta didik selama tiga tahun, mulai dari kelas X hingga kelas XII (Usroh dkk., 2022). Menurut Savira dan Suharsono (2013), SMA adalah salah satu tempat untuk menempuh pendidikan yang dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki siswa dalam segi kognitif, afektif maupun psikomotor melalui proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah.

Santrock (2014) menjelaskan bahwa siswa SMA berada pada masa remaja yaitu berusia 15-18 tahun, yang dirasa sudah mampu dalam mengelola diri serta mengambil keputusan sendiri atas apa yang diinginkan dalam hidupnya. Pengelolaan diri tersebut diharapkan terjadi dalam proses belajarnya dimana siswa

sebaiknya bisa mengatur jadwal belajarnya sendiri, menentukan kegiatan yang dapat menunjang prestasi pada akademiknya dan menentukan strategi apa yang digunakan dalam belajarnya untuk menunjang kehidupan pendidikannya (Priskila & Savira, 2019). Namun, dalam kenyataannya masih ada saja siswa SMA yang belum mampu mengelola diri dalam belajarnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru (BK) Bimbingan Konseling serta salah satu guru mata pelajaran menyatakan sering kali siswa hanya mengeluh jika nilai mereka rendah, tetapi tidak ada keinginan untuk memperbaiki pengelolaan diri dalam proses belajarnya, khususnya pada siswa kelas X. Hal yang sering kali didapatkan yaitu siswa tidak mengulang materi yang telah diajarkan, membaca kembali buku-buku pelajaran, serta mengerjakan latihan soal, oleh karena itu jika di kelas diadakan ulangan secara tiba-tiba maka banyak siswa yang tidak maksimal dalam mengerjakan soal ulangan tersebut. Siswa pula mengatakan kurang memiliki rasa semangat dalam belajar, hal tersebut membuat siswa seringkali tidak aktif dalam pembelajaran di kelas maupun dalam penyelesaian tugas/ujian hanya memberikan hasil apa adanya. Sehingga, membuat rata-rata nilai siswa kelas X pada semester ganjil dapat dikatakan cukup rendah.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner studi pendahuluan kepada 59 siswa kelas X di SMAN 4 Karawang yang dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober 2022, memberikan hasil bahwa 43 siswa kurang memiliki kemampuan pengelolaan diri dalam belajarnya. Hal ini terlihat dari rendahnya kemampuan siswa dalam membuat ringkasan terkait materi pembelajaran, menyiapkan strategi dalam menyelesaikan tugas, mengulang kembali materi pembelajaran, mencari tahu jawaban yang benar apabila salah dalam mengerjakan soal tugas/ujian, mengurangi waktu bermain jika mendapatkan nilai tugas/ujian yang rendah, terus berusaha dalam menyelesaikan tugas yang sulit, serta meminta bantuan kepada orang lain seperti teman, guru ataupun orang tua ketika materi pembelajaran belum dipahami.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan menggunakan wawancara dan kuesioner yang telah dilakukan didapatkan hasil yaitu siswa kelas X yang sedang mengalami perubahan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke Sekolah Menengah Atas (SMA). Tentunya perubahan tersebut berpengaruh terhadap proses akademik yan siswa alami, diantaranya dalam melaksanakan penyelesaian kewajiban belajarnya (Saraswati, 2019). Menurut Wulandari dan Swandi (2020) dalam penelitiannya, menjelaskan ketika dalam masa transisi siswa mencoba mencerna serta beradaptasi terhadap proses belajarnya yang baru sehingga sering kali belum memiliki pengelolaan diri dalam belajar dengan baik.

Menurut Saraswati (2019) siswa memerlukan suatu kemampuan pengelolaan diri dalam belajar atau disebut dengan *self regulated learning*. Menurut Zimmerman (dalam Ma'ruf dkk., 2017) *self regulated learning* mengacu pada tingkat bagaimana individu dapat menggunakan dirinya untuk mengatur strategi dalam berperilaku dan mengatur lingkungan belajarnya. *Self regulated learning* merupakan upaya individu untuk memonitor kemampuan diri sendiri, untuk membuat perencanaan dan melakukan pemantauan dalam menyelesaikan tugas-tugas secara baik (Sutikno, 2016).

Self regulated learning merupakan salah satu hal penting yang harus diperhatikan untuk mencapai hasil belajar yang baik, dimana siswa seharusnya dapat mengatur jam belajarnya sendiri, lalu menyusun strategi dalam belajar sehingga mampu menunjukkan bahwa ia bertanggung jawab atas dirinya sendiri (Ayupuspitasari dkk., 2020). Sejalan dengan penelitian Rochmatika dkk., (2021) menjelaskan bahwa *self regulated learning* menekankan pada pentingnya tanggung jawab personal dalam mengontrol pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* merupakan perilaku positif dalam mengontrol perilaku belajar.

Zimmerman (2008) mengungkapkan bahwa kemampuan *self regulated learning* yang baik dimiliki oleh individu yang melibatkan tiga aspek dalam proses pembelajarannya, pertama aspek metakognisi yaitu siswa mampu memberi arahan pada kegiatan belajarnya seperti merencanakan, menginstruksi diri,

memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar. Kedua, aspek motivasi intrinsik yaitu siswa memiliki keinginan dalam diri tanpa ada paksaan dorongan dari orang lain untuk berhasil dalam proses pembelajaran. Ketiga, aspek perilaku belajar yaitu upaya siswa untuk mengatur serta memanfaatkan kondisi lingkungan yang mendukung aktivitas belajar dengan berbagai cara.

Kemampuan *self regulated learning* ini sangat diperlukan terutama untuk siswa, agar menunjang prestasinya selama menempuh pendidikan (Priskila & Savira, 2019). Sejalan dengan Savira dan Suharsono (2013) yang menjelaskan bahwa *self regulated learning* merupakan sebuah strategi yang sangat baik untuk meningkatkan pembelajaran dan pemantauan akan prestasi yang diperolehnya.

Menurut Stone dkk (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) *self regulated learning* yang dimiliki oleh individu dapat dipengaruhi beberapa faktor salah satunya yaitu *self-efficacy*. Santrock (2014) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang bermanfaat. Keyakinan akan kemampuan diri mendorong individu berbuat lebih efektif dengan memilih langkah-langkah dan cara-cara yang akan ditempuh dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan. Menurut Bandura (dalam Oktariani, 2018) *self-efficacy* yang berpengaruh terhadap perilaku siswa adalah keyakinan yang mereka miliki tentang kemampuan akademik mereka. Siswa lebih cenderung untuk belajar jika mereka percaya bahwa mereka mampu untuk belajar dan mencapai hasil yang diinginkannya (Mulyana dkk., 2015).

Santrock (dalam Utomo, 2019) menjelaskan, *self-efficacy* dapat mempengaruhi siswa dalam memilih suatu tugas, usahanya, ketekunannya dan prestasinya. Individu yang memiliki *self-efficacy* yang baik ialah yang mampu memiliki tiga dimensi dalam dirinya. Pertama, dimensi tingkat (*level*) yang merupakan keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas. Kedua, dimensi kekuatan (*strength*) yang merupakan keyakinan atau kemampuan individu mengenai kemampuannya. Individu yang mempunyai keyakinan kuat maka ia akan memiliki ketekunan dalam usaha yang akan dicapai meskipun banyak rintangan. Ketiga, dimensi keluasan (*generality*) yang merupakan keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktifitas (Bandura dalam Ghufron & Risnawita, 2012).

Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi lebih senang menerima tugas yang menantang, memberikan lebih banyak usaha dalam mengerjakan tugasnya dan menggunakan strategi belajar yang lebih efektif (Rusman & Nasution, 2020). Tanpa *self-efficacy*, individu akan enggan mencoba melakukan suatu perilaku (Oktariani dkk., 2018). Oleh karena itu, *self-efficacy* menjadi salah satu hal penting dalam memberikan pengaruh pada perilaku proses akademik seperti dalam penggunaan kemampuan *self regulated learning*. Jika individu memiliki *self-efficacy* yang tinggi dalam proses belajarnya maka semakin tinggi *self regulated learning*-nya, sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah *self regulated learning*-nya.

Berdasarkan dari uraian di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang.

Landasan Teori

Self Regulated Learning

Self regulated learning yang dikenal dengan SRL merupakan kemampuan individu untuk belajar secara aktif dan mampu mengatur proses belajarnya dengan membuat perencanaan, memonitor, mengelola serta menilai dirinya secara sistematis guna mencapai tujuan pembelajaran (Fasikhah & Fatimah, 2013). *Self regulated learning* adalah pengetahuan potensial yang dimiliki oleh individu dalam kegiatan belajarnya untuk meningkatkan prestasi belajar, seperti merencanakan cara belajar, menentukan langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam mencapai tujuan belajar serta mengevaluasi keberhasilan dan kekurangan yang diperoleh

(Zimmerman, 2008). Selain itu, Slavin (2011) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai pengetahuan siswa terkait keefektifan strategi belajar serta mengetahui kapan dan bagaimana cara menggunakannya

Zimmerman (2008) mengatakan individu yang memiliki *self regulated learning* terdiri dari tiga aspek, yaitu: metakognisi (kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasi atau mengatur, menginstruksi diri dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar), motivasi intrinsik (usaha mendorong diri sendiri yang timbul dari dalam diri individu itu sendiri tanpa ada paksaan atau dorongan dari orang lain, melainkan atas dasar kehendaknya sendiri untuk melaksanakan proses pembelajaran), dan perilaku belajar (upaya individu untuk mengatur dirinya, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar).

Stone dkk (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) menjelaskan *self regulated learning* dipengaruhi beberapa faktor, yaitu: keyakinan diri/*self-efficacy* (kepercayaan tentang kemampuan dirinya untuk belajar atau melakukan keterampilan pada tingkat tertentu), motivasi (sesuatu yang menggerakkan individu pada tujuan, dengan harapan akan mendapatkan hasil dari tindakannya itu. Motivasi dibutuhkan peserta didik untuk melaksanakan strategi yang akan mempengaruhi proses belajar), dan tujuan (kriteria yang digunakan individu untuk memonitor kemajuan belajarnya atau diartikan pula sebagai penetapan tujuan apa yang hendak dicapai seseorang).

Self-Efficacy

Bandura (dalam Ghufron & Risnawita, 2012) mendefinisikan *self-efficacy* atau efikasi diri yaitu berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Self-efficacy* merupakan keyakinan akan penguasaan individu atas kehidupan dan kemampuan dalam menghadapi tantangan (Stoltz dalam Sitaniapessy, 2017). Selain itu, Hidayat (dalam Lestari & Afifah, 2014) menjelaskan *self-efficacy* sebagai penilaian diri terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai kinerja yang ditetapkan.

Menurut Bandura (dalam Ghufron & Risnawita, 2012) *self-efficacy* terdiri dari tiga aspek, yaitu: tingkat (*level*) berkaitan dengan keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas, kekuatan (*strength*) berkaitan dengan keyakinan atau kemampuan individu mengenai kemampuannya, dan keluasan (*generality*) berkaitan dengan keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktifitas.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah kausalitas . Variabel yang diteliti dalam penelitian ini yaitu *self-efficacy* (X) dan *self regulated learning* (Y). Populasi penelitian ini adalah siswa SMAN 4 Karawang kelas X, diketahui jumlah siswa kelas X yaitu 359 siswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik pengambilan *convenience sampling* dan dilihat menggunakan tabel penentuan sampel yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5% maka sampel yang didapat berjumlah 177 responden. *Convenience sampling* yaitu responden dipilih berdasarkan kemudahan peneliti, yaitu yang ditemui peneliti dan dipandang cocok serta bersedia menjadi sumber data dan sesuai dengan kriteria yang ditentukan oleh peneliti (Siregar, 2017).

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah skala konstruk yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi-dimensi *self-efficacy* dikemukakan oleh Bandura (dalam Ghufron & Risnawita, 2012) yang terdiri dari 24 aitem, serta untuk mengukur variabel *self regulated learning* digunakan

skala konstruk yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *self regulated learning* dikemukakan oleh Zimmerman (2008) yang terdiri dari 42 aitem. Kedua skala tersebut menggunakan model skala *likert* 1-5 yang diisi secara personal. Peneliti melakukan uji coba skala (*try out*) kepada 65 responden yang memiliki karakteristik yang sama yaitu kelas X SMAN 2 Klari dan menghasilkan koefisien *alpha* skala *self-efficacy* sebesar 0,875 dengan hasil 6 aitem memiliki nilai *item-rest correlation* $r < 0,30$ sehingga 18 aitem yang digunakan dalam penelitian, kemudian untuk koefisien *alpha* skala *self regulated learning* sebesar 0,933 dengan hasil 9 aitem memiliki nilai *item-rest correlation* $r < 0,30$ sehingga 33 aitem yang digunakan dalam penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji regresi sederhana, teknik ini dapat digunakan untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning*. Dalam penelitian ini menambahkan dua analisis tambahan yaitu uji koefisien determinasi dan uji kategorisasi. Seluruh analisis dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS statistics version 27.

Hasil Dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diketahui bahwa uji hipotesis penelitian ini mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang. Hal ini selaras dengan teori yang dikemukakan oleh Stone dkk (dalam Fasikhah & Fatimah, 2013) bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*.

Persamaan regresi linier sederhana menunjukkan hasil $Y = 54,525 + 0.769X$, di mana persamaan regresi tersebut menjelaskan bahwa perubahan skor *self regulated learning* (Y) bergantung pada skor *self-efficacy* (X). Sehingga apabila skor *self-efficacy* (X) ditambahkan, maka skor *self regulated learning* (Y) pun akan semakin tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Wijaya dkk (2020) yang menunjukkan bahwa apabila *self-efficacy* pada siswa tinggi, maka *self regulated learning* yang dimiliki siswa akan tinggi. Sebaliknya, apabila *self-efficacy* pada siswa rendah, maka *self regulated learning* yang dimiliki siswa akan rendah.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rochmatika dkk (2021) serta Suwarti dkk (2022) yang menunjukkan hasil yang sama, yaitu adanya pengaruh positif yang signifikan *self-efficacy* terhadap *self regulated learning*. Artinya, apabila *self-efficacy* pada siswa tinggi, maka *self regulated learning* yang dimiliki siswa akan tinggi. Sebaliknya, apabila *self-efficacy* pada siswa rendah, maka *self regulated learning* yang dimiliki siswa akan rendah.

Hasil analisis data uji koefisien determinasi menunjukkan besarnya pengaruh dari variabel independen (*self-efficacy*) terhadap variabel dependen (*self regulated learning*), yakni sebesar 0,155 (15,5%) dan 84,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil analisis uji kategorisasi pada variabel *self-efficacy* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMAN 4 Karawang memiliki *self-efficacy* dalam kategori sedang yang berjumlah 120 orang, artinya siswa memiliki *self-efficacy* yang cukup baik. Siswa yang memiliki *self-efficacy* yang cukup baik maka siswa tersebut cukup mampu dalam memiliki keyakinan yang baik akan kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan sehingga individu akan terus berusaha lebih keras dan tidak menyerah ketika mengalami suatu kegagalan pada proses belajarnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bandura (dalam Ghufron & Risnawita, 2012) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* yang dimiliki individu dapat dikatakan baik, apabila individu tersebut mampu memiliki dimensi tingkat (*level*) yang merupakan keyakinan individu atas kemampuannya terhadap tingkat kesulitan tugas. Kedua, dimensi kekuatan (*strength*) yang merupakan keyakinan atau kemampuan individu mengenai kemampuannya.

Ketiga, dimensi keluasan (*generality*) yang merupakan keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas di berbagai aktifitas.

Kemudian, hasil analisis data uji kategorisasi pada variabel *self regulated learning* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMAN 4 Karawang memiliki kemampuan *self regulated learning* dalam kategori sedang yang berjumlah 116 orang, artinya siswa memiliki kemampuan *self regulated learning* yang cukup baik. Siswa yang memiliki *self regulated learning* yang cukup baik maka siswa tersebut cukup mampu dalam merencanakan, mengevaluasi dan memotivasi dirinya untuk belajar, serta cukup mampu dalam mengatur waktu dan menciptakan lingkungan belajar. Hal ini sesuai dengan pendapat Zimmerman (2008) yang menyatakan bahwa *self regulated learning* yang dimiliki individu dapat dikatakan baik, apabila individu tersebut mampu mengatur metakognisi, motivasi dan perilaku belajar.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah didapatkan, maka kesimpulannya yaitu ada pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang, dibuktikan dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ sehingga hipotesis penelitian ini H_a diterima dan H_0 ditolak. Selain itu, hasil analisis koefisien determinasi memperoleh nilai R square sebesar 0,155, sehingga dapat disimpulkan pengaruh dari *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang sebesar 15,5% dan 84,5% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan bagi siswa hendaknya meningkatkan *self-efficacy* pada proses akademik yang dimilikinya agar dapat mengoptimalkan dalam kemampuan *self regulated learning* pada proses belajarnya. Bagi orang tua hendaknya dapat lebih meningkatkan perhatiannya terhadap proses belajar anak, seperti dalam pemberian motivasi atau dorongan. Dengan demikian, anak dapat lebih yakin akan kemampuan terhadap proses akademik yang sedang dilakukannya serta dapat memaksimalkan penggunaan kemampuan *self regulated learning* pada proses pembelajarannya.

Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi serta referensi dalam meningkatkan *self-efficacy* pada siswa yang salah satunya dapat dilakukan dengan cara memberikan seminar. Selain itu, pihak sekolah juga dapat membuat bimbingan khusus sebagai upaya untuk mencegah ketidakmampuan siswa dalam memiliki kemampuan *self regulated learning* agar proses belajar siswa dapat lebih optimal.

Untuk peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian menggunakan variabel independen dan dependen yang sama disarankan untuk memilih responden yang berbeda, misalnya siswa SMP sehingga bisa mendapatkan gambaran lain yang lebih variatif di luar penelitian ini. Untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel independen berbeda yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti motivasi dan tujuan (Stone dkk dalam Fasikhah & Fatimah, 2013).

Kepustakaan

- Ayupuspitasari, R., Rakhamawati, D., & Lestari, F. W. (2020). Tingkat regulasi diri dalam belajar siswa SMK. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 92-109.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). *Self regulated learning (SRL)* dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145-155.
- Ghufron, M. N. & Risnawita, R. S. (2012). *Teori teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia). *Kamus versi online/daring (Dalam Jaringan)*. Diakses pada 21 Desember 2022. <https://kbbi.web.id/didik>
- Lestari, W. P., & Afifah, D. R. (2014). Pengaruh *self efficacy* dan kecerdasan emosi terhadap motivasi berprestasi siswa SMK PGRI 1 Madiun. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 1-16.

- Ma'ruf, S. F., Muwaffiqillah, M., & Burhani, M. I. (2017). Pengaruh dukungan sosial keluarga dan iklim sekolah terhadap *self regulated learning* siswa. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic*, 1(2), 97-109.
- Mulyana, E., Bashori, K., & Mujidin. (2015). Peran motivasi belajar, *self efficacy*, dan dukungan sosial keluarga terhadap *self regulated learning* pada siswa. *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 165-173.
- Oktariani. (2018). Hubungan *self efficacy* dan dukungan sosial teman sebaya dengan *self regulated learning* pada mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Kognisi Jurnal*, 2(2), 2528-4495.
- Priskila, V., & Savira, S. I. (2019). Hubungan antara *self regulated learning* dengan stres akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri X Tulungagung dengan sistem *full day school*. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3), 1-7.
- Rochmatika, A., Eva, N., & Tantiani, F. F. (2021). Pengaruh *self-efficacy* terhadap *self regulated learning* pada santriwati. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 3(2), 134-144.
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi pendidikan (educational psychology)* (Edisi V, Buku 2). Jakarta: Salemba Humanika.
- Saraswati, P. (2019). Kemampuan *self regulated learning* ditinjau dari *achievement goal* dan kepribadian pada pelajar usia remaja. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 69-78.
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). *Self-regulated learning* dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 66-75.
- Siregar, S. (2017). *Metode penelitian kuantitatif: dilengkapi dengan perbandingan perhitungan manual dan SPSS*. Jakarta: Penerbit kencana.
- Sitaniapessy, Y. V. Y. (2017). Pengaruh *self efficacy* dan pola asuh orang tua demokratis terhadap prestasi belajar melalui *self regulated learning* sebagai mediator pada siswa kelas VII SMPN 139 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(2), 1-13.
- Slavin, R. E (2011). *Psikologi pendidikan: teori dan praktik* (Edisi 9). Jakarta: Indeks.
- Sutikno. (2016). Kontribusi *self regulated learning* dalam pembelajaran. *Dewantara: Karya Ilmiah Dosen*, 2(2), 188-204.
- Suwarti., Aulia, M. R., Setyawati, R., Herdian. (2022). *Self efficacy* dan *self regulated learning* pada siswa sekolah menengah pertama. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 2(2), 116-125.
- Usroh, L., Laily, N., & Munir, F. (2022). Manajemen waktu dan *self regulated learning* pada siswa. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 9(1), 47-63.
- Utomo, N. B. (2019). Pengaruh *self efficacy* dan *positive affect* terhadap *self-regulated learning*. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 8(9), 374-377.
- Wulandari, P. N. P., & Swandi, N. L. I. D. (2020). Pola asuh autoritatif dan efikasi diri pada *self-regulated learning* siswa remaja. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12 (2), 210-220.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self regulation and motivation: historical background, methodological developments, and future prospects. *American Educational Research Journal*, 45 (1), 166-183.