

STUDI MENGENAI “SELF REGULATION” PADA SISWA KELAS XI DI KELAS IQ SMA PASUNDAN 1 BANDUNG

¹ *Eni Nuraeni Nugrahawati*, ² *Yuaninta Sari*, ³ *Delis Irmawati*

^{1,2,3} *Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung, Jalan Tamansari No. 1 Bandung*
e-mail: en_nugrahawati@ymail.com

Abstrak. Di kelas IQ SMA Pasundan 1 Bandung, terdapat siswa yang memiliki nilai dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum) padahal mereka memiliki IQ diatas rata-rata. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memiliki prestasi yang optimal selain inteligensi yaitu kepribadian dan lingkungan. Self regulation turut mempengaruhi keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi yang optimal. Berdasarkan hal tersebut peneliti bermaksud untuk meneliti self regulation siswa yang memiliki IQ diatas rata-rata. Metode yang digunakan yaitu metode deskriptif dengan jumlah subjek sebanyak 32 siswa di kelas IQ di SMA Pasundan 1 Bandung. Pengumpulan data menggunakan alat ukur self regulation berdasarkan teori Zimmerman. Hasilnya menunjukkan bahwa 68.7% siswa memiliki self regulation yang rendah. Berdasarkan fase self regulation diperoleh hasil bahwa 65.6% siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam melakukan perencanaan (*forethought*), 65.6% siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam melaksanakan rencana (*performance*) dan 68.7% siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam melakukan evaluasi dari tindakan dan rencana yang telah disusun sebelumnya (*self reflection*).

Kata Kunci: Self Regulation, Kelas IQ

1. Pendahuluan

Di Bandung terdapat banyak Sekolah Menengah Atas (SMA) negeri maupun swasta yang terkenal dan menjadi SMA favorit bagi calon siswa baru. Salah satu SMA swasta yang cukup dikenal di kota Bandung adalah SMA Pasundan 1. SMA Pasundan 1 Bandung memiliki akreditasi A. Di SMA ini selain memiliki kelas *regular*, sekolah juga memiliki beberapa penggolongan kelas yaitu: Kelas RSBI (Rintisan Sekolah Berstandar Internasional), Kelas atlet, Kelas berprestasi berdasarkan prestasi belajar siswa dan Kelas berdasarkan tes IQ (*Intelligence Quotient*).

Kelas RSBI diadakan dengan pertimbangan untuk meningkatkan kualitas sekolah agar dapat bersaing dengan sekolah-sekolah lain yang juga memiliki kelas RSBI. RSBI merupakan kelas yang memiliki fasilitas yang lebih baik dibanding dengan kelas-kelas yang lain. Pada kelas RSBI terdapat *infocus* serta memiliki pendingin ruangan (AC). Tenaga pengajar yang mengajar di kelas tersebut merupakan guru yang memiliki kemampuan Bahasa Inggris serta yang dirasa nyaman oleh siswa. Kelas RSBI terdapat di kelas X1, XIB1, XIIB1.

Kelas atlet merupakan kelas yang siswanya memiliki bakat di bidang olahraga. Untuk dapat masuk kelas atlet pada saat pendaftaran masuk sekolah, siswa diminta menunjukkan sertifikat atau bukti bahwa ia merupakan atlet yang berprestasi dan masih aktif. Tujuan diadakannya kelas tersebut yaitu untuk mengimbangi kesibukan siswa yang menjadi atlet tersebut.

Kelas berprestasi berdasarkan prestasi belajar siswa merupakan kelas yang dikelompokkan berdasarkan nilai *raport* yang didapat siswa di kelas satu. Siswa-siswa

yang berprestasi dimasukkan kedalam kelas XIB3 diharapkan akan dapat menaikkan prestasi serta daya saing diantara siswa di kelas tersebut.

Kelas berdasarkan tes IQ (*Intelligence Quotient*) merupakan kelas yang dikelompokkan berdasarkan IQ. Kelas ini mulai diadakan pada tahun ajaran 2010-2011. Pertimbangan diadakannya kelas IQ yaitu untuk dapat mengoptimalkan potensi siswa yang memiliki IQ tinggi agar dapat berkembang jika berada di lingkungan yang memiliki potensi yang sama. Kelas IQ merupakan kelas yang diseleksi menurut klasifikasi jumlah IQ. Tes IQ dilakukan pada saat siswa duduk di kelas X dengan menggunakan APM (*Advanced Progressive Matrices*), dengan kriteria sebagai berikut: *very superior* 130 ke atas, *superior* 120 - 129, *bright normal* 110 - 119, *average* 90 - 109, *dull normal* 89 ke bawah. IQ siswa yang ada di kelas tersebut berada pada klasifikasi di atas rata-rata. Pada tahun ajaran 2011-2012 kelas unggulan berdasarkan tes IQ di kelas XI terdapat di kelas XIB2.

Berdasarkan wawancara dengan pihak sekolah, diketahui bahwa siswa yang memiliki IQ tinggi masuk ke dalam kelas *regular* ternyata prestasinya kurang menonjol. Pengelompokan siswa tersebut diharapkan dapat membuat lingkungan belajar siswa (kelas) yang memiliki potensi akan lebih kompetitif. Berdasarkan informasi dari guru BK (Bimbingan Konseling), diketahui bahwa kelas tersebut diadakan untuk melihat prestasi siswa dari hasil psikotes dibanding kelas lain.

Berdasarkan data dari wali kelas di Kelas IQ menunjukkan presentase nilai dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum) dari nilai Ujian Akhir Semester (UAS) semester ganjil dari 44 siswa di kelas XIB2 pada 14 mata pelajaran yaitu 100% untuk mata pelajaran agama, 95% matematika dan Bahasa Jerman, 93% Bahasa Indonesia, 76% sejarah dan biologi, 72% fisika, 68% Bahasa Inggris, 65% kimia, 45% Bahasa Sunda, 43% PENJAS, 36% kewarganegaraan, 25% TIK, serta 18% seni tari. Sedangkan presentase nilai dibawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimum) dari nilai Ujian Tengah Semester (UTS) semester genap dari 42 siswa (nilai untuk satu siswa baru tidak ada dalam berkas nilai) di kelas XIB2 pada 14 mata pelajaran yaitu 100% untuk mata pelajaran matematika, agama, fisika, dan biologi, 90% kewarganegaraan, 85% seni rupa dan sejarah, 78% PENJAS, 74% Bahasa Jerman, 64% kimia, 57% Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, 55% Bahasa Sunda, serta 53% TIK.

Data tersebut menunjukkan bahwa siswa kurang dapat mengoptimalkan potensi kecerdasan yang dimilikinya. Mereka memiliki nilai di bawah harapan. Berdasarkan wawancara kepada guru, diketahui bahwa nilai siswa yang tidak optimal disebabkan oleh siswa kurang aktif di kelas seperti bertanya kepada guru jika ada materi yang tidak dimengerti. Beberapa siswa sering tidak berada didalam kelas ketika pelajaran sedang berlangsung. Siswa sering ribut di dalam kelas, terutama jika guru sedang keluar kelas meskipun telah memberikan tugas.

Berdasarkan wawancara kepada delapan siswa kelas XIB2 mereka tidak memiliki target nilai yang ingin dicapai karena menurut mereka jika mendapatkan nilai rendah mereka masih dapat memperbaikinya dengan cara mengikuti remedial. Mereka tidak memiliki waktu belajar khusus yang rutin dilakukan di rumah karena lebih memilih untuk melakukan hal-hal yang menurut mereka lebih menyenangkan seperti menonton televisi, *hangout* dengan teman, bermain *game*, dan membuka jejaring sosial seperti *facebook*, *twitter*, dsb. Hal tersebut menyebabkan mereka menjadi jarang membaca buku pelajaran di rumah. Mereka tidak memiliki kelompok belajar untuk berdiskusi dalam mengerjakan tugas, mereka lebih tertarik "bergosip" dibanding membicarakan hal-hal yang berkaitan dengan pelajaran. Siswa sering mengerjakan

tugas di sekolah sesaat sebelum dikumpulkan, tidak jarang tugas dalam satu hari bukan hanya satu pelajaran sehingga mencontek pun menjadi pilihan yang diambil agar tugas dapat selesai dan tidak dimarahi oleh guru.

Pada saat guru menerangkan materi pelajaran, perhatian siswa mudah teralihkan karena sebentar-sebentar melihat *handphone*. Beberapa siswa mengatakan bahwa mereka merasa kurang fokus dalam mengikuti pelajaran karena kebisingan siswa lain di kelas. Beberapa siswa pernah tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dengan alasan lupa untuk mengerjakan. Ketika pelajaran sedang berlangsung beberapa siswa sering mengantuk di kelas, alasannya karena sekolah diadakan pada siang hari sehingga membuat mereka mengantuk. Beberapa siswa sering berada diluar kelas ketika jam pelajaran, mereka meminta izin kepada guru untuk pergi ke mesjid dengan alasan solat, tetapi mereka kembali ke dalam kelas setelah pelajaran tersebut selesai.

Saat mereka mendapatkan nilai ujian yang kurang memuaskan mereka mengatakan walaupun telah belajar jika akan menghadapi ujian tetapi tetap saja mendapatkan nilai yang kurang memuaskan sehingga mereka malas untuk belajar lebih giat jika akan menghadapi ujian karena dirasa hasilnya sama saja dengan tidak belajar, hal tersebut menyebabkan mereka sering tidak yakin dalam mengerjakan soal ujian. Beberapa siswa mengatakan bahwa pada awal masuk kelas IQ mereka mengira akan ada persaingan untuk mencapai prestasi akademik karena berpikir bahwa mereka masuk pada kelas yang semua siswanya memiliki potensi kecerdasan yang tinggi, tetapi pada kenyataannya siswa yang lain tidak menunjukkan persaingan, mereka mengatakan sama saja seperti ketika mereka berada di kelas X yang belum dikelompokkan pada kelas IQ. Hal tersebut menyebabkan mereka jadi tidak terpacu untuk bersaing dan tidak berusaha secara maksimal untuk mencapai prestasi. Berdasarkan fenomena yang terjadi, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai Studi Mengenai *Self Regulation* pada Siswa Kelas XI di Kelas IQ SMA Pasundan 1 Bandung

2. Pembahasan

Berdasarkan pengukuran dengan menggunakan alat ukur *self regulation*, maka dapat digambarkan melalui tabel dan diagram sebagai berikut:

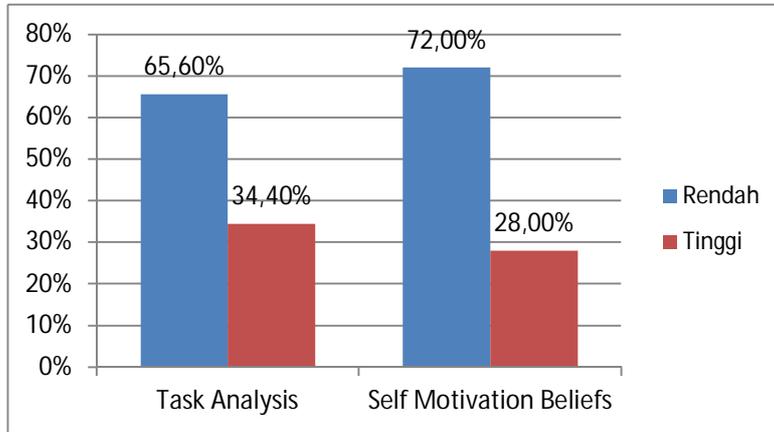
Tabel 1
Self Regulation

| No | Kategori | F | % |
|-------|----------|----|------|
| 1 | Rendah | 22 | 68.7 |
| 2 | Tinggi | 10 | 31.3 |
| Total | | 32 | 100 |

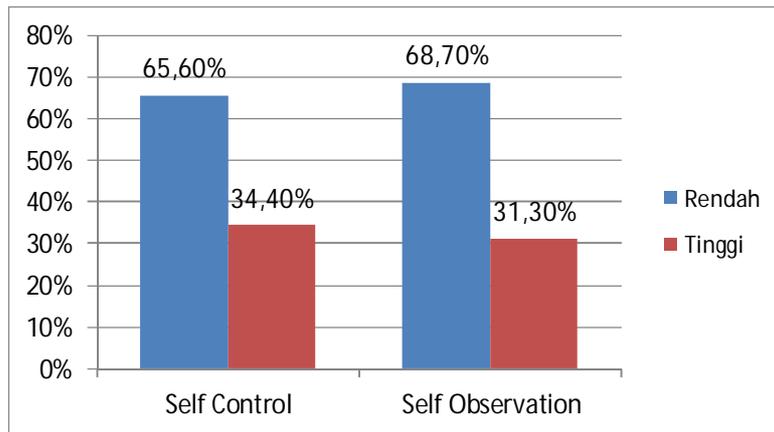
Tabel 2
Penyebaran Persentase Fase dan Sub-Fase Self Regulation

| No | Fase Self Regulation | Persentase | Sub-Fase Self Regulation | Persentase |
|----|--|----------------------------------|--|--|
| 1. | <i>Forethought</i> | Rendah : 65.6% Tinggi : 34.4% | a. <i>Task Analysis</i> b. <i>Self Motivation Beliefs</i> | Rendah : 65.6% Tinggi : 34.4% Rendah : 72% Tinggi : 28% |
| 2. | <i>Performance /Volitional Control</i> | Rendah : 65.6% Tinggi : 34.4% | a. <i>Self Control</i> b. <i>Self Observation</i> | Rendah : 65.6% Tinggi : 34.4% Rendah : 68.7 % |

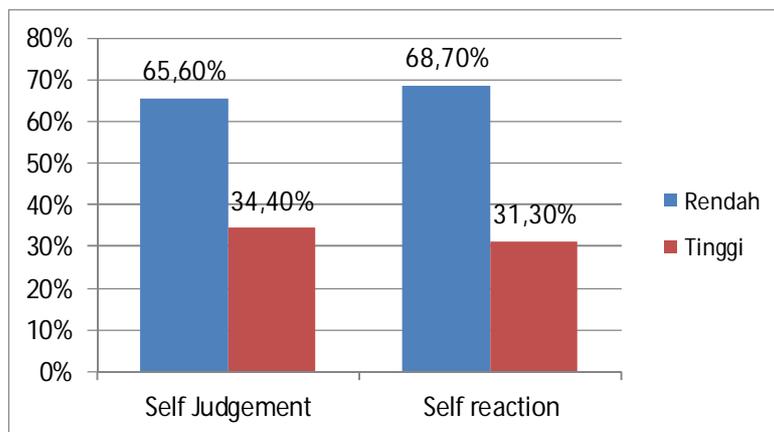
| | | | | |
|----|------------------------|----------------------------------|--|--|
| | | | | Tinggi : 31.3% |
| 3. | <i>Self Reflection</i> | Rendah : 68.7% Tinggi : 31.3% | a. <i>Self Judgment</i> b. <i>Self Reaction</i> | Rendah : 65.6% Tinggi : 34.4% Rendah : 68.7% Tinggi : 31.3% |



Gambar 1, Diagram Batang Penyebaran Fase-Fase Self Regulation



Gambar 2, Diagram Batang Penyebaran Fase Forethought



Gambar 3 Diagram Batang Penyebaran Fase Performance/Volitional Control

Self regulation adalah suatu proses individu mengaktifkan pikiran, perasaan dan tingkah laku, yang telah direncanakan dan secara sistematis telah disesuaikan dengan kebutuhan siswa untuk mempengaruhi belajar dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996: dalam Boekaerts, 2000: 631). *Self regulation* digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan. *Self regulation* meliputi proses penetapan tujuan untuk belajar, mengikuti dan berkonsentrasi pada pelajaran, penggunaan strategi yang efektif untuk mengorganisir, melakukan pengkodean, dan berlatih mengingat informasi, menetapkan suatu lingkungan kerja yang produktif, menggunakan sumber daya yang efektif, meminta bantuan ketika diperlukan, memiliki kepercayaan yang positif tentang kemampuan yang dimiliki, dan mengantisipasi hasil yang dicapai, dan merasakan kebanggaan dan kepuasan atas usaha yang telah dilakukan (Boekaerts, 2000: 631).

Proses *self regulatory* yang disertai adanya *beliefs* dibagi menjadi 3 (tiga) fase siklus, yaitu *forethought*, *performance or volitional control*, dan proses *self reflection*. *Forethought* merupakan proses yang terjadi sebelum adanya usaha-usaha untuk bertindak dan berpengaruh terhadap usaha-usaha tersebut dengan melakukan persiapan pelaksanaan tindakan tersebut. *Performance* atau *volitional control* melibatkan proses yang terjadi selama usaha itu berlangsung dan pengaruhnya terhadap persiapan yang telah dibuat dan tindakan yang dilakukan.

Self reflection melibatkan proses yang terjadi setelah adanya usaha-usaha yang dilakukan pada fase *performance* dan mempengaruhi reaksi individu terhadap pengalaman tersebut. *Self reflection* ini mempengaruhi *forethought* terhadap usaha-usaha berikutnya sehingga dengan demikian melengkapi siklus sebuah *self regulatory*. Ketidakefektifan dalam kemampuan *self regulation* ini bisa disebabkan oleh kurang berkembangnya salah satu fase dalam proses *self regulation* terutama pada fase *forethought* dan *performance control* yang tidak efektif (Bandura, 1991; Zimmerman, 1998 dalam Boekaerts, 2000).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 68.7% (22 orang) siswa kelas IQ di SMA Pasundan 1 Bandung memiliki *self regulation* yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang rendah dalam menyusun strategi dan perencanaan belajar, memiliki kemampuan yang rendah untuk mengendalikan atau mengatur tingkah laku dalam belajar, rendah dalam memberikan evaluasi terhadap usaha yang telah dilakukan dalam kegiatan belajar.

Menurut teori *self regulation* (D. H. Schunk & B. J. Zimmerman, 1998; dalam Boekaerts, 2000), untuk mencapai hasil maksimal dibutuhkan pelaksanaan dari ketiga siklus *self regulation*. Dibutuhkan perencanaan terlebih dahulu sebelum melakukan tindakan yang terkontrol dan adanya evaluasi seperti umpan balik terhadap tindakan yang telah dilakukan. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan 65.6% siswa rendah pada fase *forethought*. Pada fase ini siswa kurang mampu membuat perencanaan mengenai kegiatan belajar sebagai usaha mencapai nilai optimal. Melihat fase ini, 65.6% siswa kurang mampu menetapkan tujuan yang ingin dicapai dan kurang menyusun strategi yang efektif untuk dapat mencapai tujuan seperti tidak memiliki target nilai yang dicapai, tidak memiliki target untuk dapat memahami materi pada setiap pelajaran, tidak memiliki jadwal belajar secara rutin di rumah, tidak mencoba membuat pertanyaan di rumah untuk materi yang tidak dimengerti. Salah satu faktor

yang menghambat *self regulation* yaitu yang berhubungan dengan motivasi. Sebanyak 72% siswa yang kurang memiliki keyakinan untuk motivasi diri, sehingga siswa kurang memiliki keyakinan atas hasil yang ingin dicapai, kurang memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimiliki, kurang memiliki minat untuk belajar, dan kurang memiliki motivasi yang mengarah pada usaha untuk dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai seperti tidak yakin dapat mengikuti jadwal belajar, merasa pesimis akan dapat mengatasi hambatan untuk dapat mengikuti jadwal belajar, tidak mempelajari kembali di rumah materi pelajaran yang dianggap sulit, tidak memiliki keinginan untuk lebih memahami pelajaran sehingga tidak dipelajari kembali dan tidak berdiskusi dengan teman yang lebih pintar untuk dapat lebih memahami materi pelajaran.

Fase kedua setelah fase perencanaan adalah fase *performance/volitional control*. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 65.6% siswa kurang memiliki kemampuan dalam melaksanakan fase ini. Sebanyak 65.6% siswa kurang memiliki kemampuan dalam mengendalikan tingkah laku mereka dalam belajar. Siswa tidak belajar secara rutin di rumah karena tidak memiliki jadwal belajar, siswa jarang bertanya kepada guru ketika tidak mengerti pelajaran, sering memainkan *handphone* ketika guru sedang mengajar, melamun ketika pelajaran berlangsung, siswa dapat membayangkan mendapat nilai yang tinggi tetapi tetap malas untuk belajar. Sebanyak 68.7% siswa kurang mampu melakukan penilaian terhadap usaha yang telah dilakukan dalam belajar. Mereka sering mengabaikan tugas jika mengetahui bahwa siswa yang lain tidak mengerjakan tugas tersebut, siswa kurang dapat belajar dari pengalaman semester sebelumnya untuk dapat memperbaiki diri pada semester berikutnya, menganggap nilai ujian yang rendah bukan suatu masalah besar karena berpikir bahwa nilai ujian bukan satu-satunya penentuan nilai dalam *raport*.

Usaha-usaha yang muncul pada fase *performance* membutuhkan penilaian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 68.7% siswa kurang memiliki kemampuan dalam melakukan penilaian terhadap usaha yang telah dilakukannya. Sebanyak 65.6% siswa kurang dapat memberikan penilaian terhadap diri mereka. Siswa malas untuk melakukan evaluasi terhadap cara belajarnya apakah sudah efektif atau tidak, siswa malas untuk memeriksa kembali tugas yang telah dikerjakan. Siswa kurang dapat mengetahui penyebab dari kegagalan yang dialami dalam pencapaian nilai. Sebanyak 68.7% siswa kurang memiliki kemampuan dalam memberikan tanggapan atau reaksi terhadap diri mereka dalam usaha belajarnya. hal ini berpengaruh terhadap reaksi siswa dalam mengubah strategi belajarnya. *Self reflection* akan mempengaruhi *forethought* (perencanaan) terhadap usaha-usaha berikutnya.

Sesuai dengan karakteristik masa remaja sebagai usia bermasalah, kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam menghadapi masalah, ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini. Dalam hal ini siswa tidak mampu memperbaiki cara belajar karena tidak mengetahui bagaimana cara memperbaikinya atau tidak mengetahui apa yang harus dilakukan.

Self regulation merupakan suatu interaksi dari faktor-faktor pribadi, tingkah laku dan lingkungan (Bandura, 1986; dalam Boekaerts, 2003: 13). Hal utama dalam *self regulation* adalah *The Interdependent Roles of Social, Environmental, dan Self Influences*. Individu yang mengabaikan sumber lingkungan fisik dan sosial atau yang melihat lingkungan fisik dan sosial sebagai rintangan untuk perkembangan dirinya akan kurang efektif dalam meregulasi diri mereka. Berdasarkan hasil wawancara, siswa lebih

memilih untuk melakukan hal-hal yang menurut mereka lebih menyenangkan seperti menonton televisi, *hangout* dengan teman, bermain *game*, dan membuka jejaring sosial seperti *facebook*, *twitter*, dsb. Hal tersebut menyebabkan mereka menjadi malas untuk belajar dan jarang membaca buku pelajaran di rumah.

3. Penutup

Berdasarkan pembahasan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebanyak 22 siswa pada kelas XI di kelas IQ SMA Pasundan 1 Bandung memiliki *self regulation* yang rendah.
2. Sebanyak 21 siswa memiliki *forethought* yang rendah. Sebanyak 21 siswa memiliki *performance* atau *volitional control* yang rendah dan sebanyak 22 siswa memiliki *self reflection* yang rendah.

4. Daftar Pustaka

- Ancok, Djamaludin. 1989. *Teknik Penyusunan Skala Pengukuran*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar Saifuddin. 1999. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boekaerts, Monique; Paul R. Pintrich; Moshe Zeidner. 2000. *Handbook of Self Regulation*. USA: Academic Press.
- Hurlock, Elizabeth B. Alih Bahasa oleh Istiwidayanti & Soedjarwo. 1992. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga: Jakarta
- Noor Hasanuddin. 2009. *Aplikasi dalam Penyusunan Instrumen Pengukuran Perilaku*. Bandung: Fakultas Psikologi UNISBA.
- Prayogo, Andhany. 2010. *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi, Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri di Bidang Akademik Pada Pengurus OSIS Periode 2009-2010 di SMAN 3 Cimahi*. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Rahmatanti, Dwie. 2011. *Studi Mengenai Self Regulation pada Mahasiswa Underachiever di Fakultas Psikologi UNISBA*. Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Rienaldi, Rizky. 2007. *Hubungan Antara Self Regulation Dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISBA yang Lulus Dalam $\leq 4,5$ Tahun*. Bandung: Universitas Islam Bandung.

Sumber Internet:

Pentingnya pendidikan dalam membangun sumber daya manusia. Diunduh pada tanggal 10 April 2012 dari http://id.wikipedia.org/wiki/Pendidikan_di_Indonesia

Visi-misi SMA Pasundan 1 Bandung. Diunduh pada tanggal 5 April 2012 dari <http://www.smapasundan1bdg.sch.id/visi-misi>

Tujuan SMA Pasundan 1 Bandung. Diunduh pada tanggal 5 April 2012 dari <http://www.smapasundan1bdg.sch.id/tujuan>

Winkel. 1997. Hakikat Inteligensi. Diunduh pada tanggal 5 April 2012 dari <http://malannuqayah.sch.id/berita-194-mengapa-kecerdasan-emosional-itu-penting.html>.