GAMBARAN TINGKAT *SELF- REGULATED LEARNING* PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Fadilah Fitria Harahap

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
202110515247@mhs.ubharajaya.ac.id

Nurwahyuni Nasir

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Nurwahyuni.nasir@dsn.ubharajaya.ac.id

Lenny Utama Afriyenti

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
Lenny.utama@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak. *Self-regulated learning* (SRL) merupakan kemampuan penting dalam proses belajar siswa untuk mengatur pikiran, motivasi, dan perilaku secara mandiri dalam mencapai tujuan. Kemampuan siswa dalam meregulasi dirinya dalam belajar sejak dini penting dimiliki untuk membentuk kemandirian belajar, prestasi akademik, dan kesiapan menghadapi tantangan abad ke-21. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar. Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif deskriptif. Responden penelitian ini merupakan siswa aktif kelas 5 SD. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan responden sebanyak 125 siswa. Instrumen penelitian ini disusun berdasarkan aspek dari Zimmerman (1990) yaitu metakognitif, motivasional, dan perilaku. Hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas siswa (72.8%) memiliki tingkat SRL dalam kategori rendah, 16% dalam kategori tinggi, dan 11,2% dalam kategori rendah. Uji perbedaan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan SRL berdasarkan jenis kelamin, di mana siswa perempuan memiliki tingkat SRL lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki. Namun, tidak ditemukan perbedaan signifikan berdasarkan kelas maupun usia.

Kata kunci : *Self-regulated Learning*, siswa, Sekolah Dasar

Abstract. *Self-regulated learning* (SRL) is an important ability in the student learning process to manage thoughts, motivations, and behaviors independently in achieving goals. The ability of students to regulate themselves in learning from an early age is important to form learning independence, academic achievement, and readiness to face the challenges of the 21st century. This study aims to find out the overview of the level of *self-regulated learning* in elementary school students. The research method used in this study is a descriptive quantitative method. The respondents of this study are active students in grade 5 of elementary school. The sampling technique used a total sampling with 125 students. This research instrument was prepared based on aspects from Zimmerman (1990), namely metacognitive, motivational, and behavioral. The results of the categorization test showed that the majority of students (72.8%) had SRL levels in the low category, 16% in the high category, and 11.2% in the low category. The difference test showed that

there was a significant difference in SRL by gender, where female students had higher levels of SRL than male students. However, no significant differences were found by class or age.

Keywords: Self-regulated Learning, students, Elementary School

PENDAHULUAN

Siswa Sekolah Dasar berada pada tahap perkembangan kanak-kanak akhir, di mana mereka mulai memasuki dunia Pendidikan formal dengan tanggung jawab baru sebagai seorang pelajar. Ketika seorang anak memasuki jenjang Sekolah Dasar anak mulai belajar mengikuti aturan, berinteraksi dengan teman sebaya, dan menyelesaikan berbagai tugas akademik yang menuntut tanggung jawab dan kedisiplinan (Setiana & Eliasa, 2024). Menurut Erikson, periode ini ditandai oleh munculnya “*sense of accomplishment*” yaitu kemampuan anak untuk merasa siap dalam menerima berbagai tuntutan yang diberikan oleh orang lain (Jannah, 2015). Belajar merupakan tanggung jawab utama siswa, namun tidak semua siswa mampu mengelola proses belajarnya dengan baik (Khoirunnisa et al., 2024). Rendahnya prestasi akademik tidak selalu disebabkan oleh rendahnya intelegensi, melainkan dapat disebabkan oleh perbedaan individu dalam mengelola proses belajarnya. Salah satu faktor yang membedakan adalah kemampuan untuk mengatur diri dalam belajar atau *self-regulated learning* (Jagad & Khoirunnisa, 2018).

Self-Regulated Learning (SRL) adalah kemampuan pembelajar untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, motivasional, dan perilaku untuk mencapai tujuan belajar (Zimmerman, 1990). SRL merupakan kemampuan penting dalam konteks pendidikan modern, di mana siswa tidak hanya belajar dari instruksi guru tetapi juga melalui pengaturan diri mereka sendiri. Pada jenjang Sekolah Dasar (SD), kemampuan SRL sangat penting untuk dikembangkan sejak dini, karena pada tahap ini siswa sedang berada dalam periode krusial untuk membentuk kebiasaan belajar dan keterampilan pengaturan diri yang akan bermanfaat sepanjang hidup mereka (Chumdari et al., 2024). Meskipun SRL sering difokuskan pada jenjang pendidikan menengah dan tinggi, dengan anggapan bahwa Sekolah Dasar belum memiliki kemampuan untuk mengatur proses belajar mereka secara mandiri. Studi mutakhir menunjukkan bahwa siswa Sekolah Dasar pun telah mampu menerapkan bentuk dasar dari proses pengaturan diri dalam belajar. Bahkan, memori kerja pada anak usia SD cenderung berkembang selama tahun-tahun Sekolah Dasar, sehingga meningkatkan kemampuan mereka dalam memantau dan mengontrol strategi metakognitif (De Ruig et al., 2023).

Self-regulated learning memiliki peran yang signifikan terhadap prestasi akademik siswa Sekolah Dasar. Prestasi belajar siswa dapat meningkat ketika siswa tersebut mampu mengatur kegiatan belajarnya seperti menentukan tujuan belajar, menentukan usahanya untuk belajar, mengelola waktu, dan mampu menentukan lingkungan yang nyaman untuk belajar (Fridayani & Putri, 2022). Siswa dengan

regulasi diri memiliki kemampuan dalam menentukan pilihan dan bertanggung jawab terhadap apa yang diterimanya. Regulasi diri ini juga membuat siswa inisiatif sendiri dalam mengatur jadwal belajar, memilih aktivitas yang mendukung prestasi akademik, merancang strategi pembelajaran dan serta menunjukkan berbagai perilaku yang mencerminkan tanggung jawab pribadi agar dapat mencapai prestasi belajar (Nahdi & Juju, 2016).

Hasil studi dari Maryani et al., (2023) menemukan bahwa SRL berperan penting dalam meningkatkan keterampilan berpikir kreatif pada siswa Sekolah Dasar, terutama dalam konteks pembelajaran jarak jauh selama pandemi. Keterlibatan aktif siswa dalam mengatur proses belajarnya, termasuk penggunaan metakognisi, motivasi, dan perilaku memberikan kontribusi langsung terhadap penguatan kemampuan berpikir kreatif, seperti mengungkapkan pikiran dengan lancar, menjawab pertanyaan yang relevan, memberikan banyak solusi terhadap suatu masalah, dan memberikan contoh berdasarkan kenyataan atau pengalaman.

Regulasi diri dalam belajar untuk tingkat Sekolah Dasar masih memerlukan arahan dan dukungan dari guru. Kontribusi lingkungan belajar seperti interaksi guru-siswa yang berkualitas menjadi faktor penting dalam pembentukan SRL. Interaksi emosional yang suportif serta dukungan instruksional yang memadai dapat memperkuat komponen metakognisi dan motivasi dalam SRL siswa (Ruig et al., 2023). Hal ini selaras dengan temuan Opdenakker (2022) perkembangan kemampuan regulasi diri siswa dalam belajar memiliki hubungan positif dengan berbagai bentuk dukungan yang diberikan oleh guru, seperti dukungan terhadap otonomi siswa, pemberian struktur yang jelas, serta keterlibatan aktif guru dalam proses pembelajaran. Selain dukungan dari guru, peran pengasuhan orang tua juga memberikan kontribusi terhadap kemampuan siswa dalam meregulasi dirinya dalam belajar. Seperti hasil penelitian Viena (2021) yang menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam meregulasi diri saat belajar dipengaruhi oleh peran orang tua, terutama dalam menetapkan aturan yang disertai dengan penjelasan yang dapat dipahami oleh anak. Orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis dapat berperan dalam mendukung anak untuk mengembangkan kemampuan *self-regulated learning*.

Pentingnya SRL dibangun sejak duduk di Sekolah Dasar menjadi semakin terlihat ketika melihat hasil *Programme for International Student Assessment (PISA) 2022* yang menunjukkan bahwa performa siswa Indonesia dalam bidang matematika, membaca, dan sains masih berada di bawah rata-rata negara OECD, bahkan hasil tahun 2022 turun dibandingkan dengan tahun 2018 dalam bidang matematika, membaca, dan sains. Hanya 18% siswa Indonesia yang mampu mencapai level 2 atau lebih dalam kecakapan matematika (rata-rata OECD: 69%), 25% siswa mencapai level 2 atau lebih untuk literasi membaca (rata-rata OECD: 74%), dan 34% siswa mencapai level 2 atau lebih untuk bidang sains jauh dibawah rata-rata OECD: 76%. (OECD, 2023). Meskipun sasaran utamanya adalah siswa usia 15 tahun, hasil PISA mencerminkan akumulasi dari proses pendidikan dasar hingga

menengah. Dengan kata lain, rendahnya hasil PISA adalah cerminan dari lemahnya fondasi pendidikan di tingkat SD dalam kemampuan memecahkan masalah yang kompleks, berpikir kritis dan berkomunikasi secara efektif.

Jika dilihat dari masa perkembangan anak-anak pertengahan dan akhir, telah terjadi kapasitas peningkatan regulasi diri. Peningkatan ini ditandai dengan kemampuan anak dalam mengendalikan perilaku, emosi, dan pikirannya secara lebih efektif, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap kompetensi sosial serta mendorong pencapaian yang lebih baik. Meningkatnya kapasitas dalam regulasi diri terkait dengan kemajuan perkembangan pada *cortex* prefrontal otak, yang terkait untuk meningkatkan kendali kognitif, di mana mencakup pula regulasi diri. Pada masa perkembangan ini juga telah terjadi perkembangan efikasi diri yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatasi situasi tertentu dan meraih hasil yang positif. Efikasi diri ini mempengaruhi pemilihan aktivitas siswa guna mencapai prestasi belajarnya, yang merupakan salah satu indikator dari *self-regulated learning*. Di sisi lain, menurut teori perkembangan kognitif piaget, anak-anak pada Sekolah Dasar berada dalam tahap operasional konkret, di mana mereka sudah mampu berpikir logis terhadap situasi nyata, memahami hubungan sebab akibat, dan mengorganisasikan informasi dengan meningkatnya memori, kemampuan berpikir, dan metakognisi (Santrock, 2012).

Kemampuan siswa dalam mengatur meregulasi diri dalam proses belajar menjadi salah satu keterampilan penting untuk menunjang peningkatan literasi digital serta kemampuan berpikir kritis yang diperlukan dalam menghadapi abad ke-21, yaitu abad terjadinya globalisasi, teknologi informasi, dan revolusi Industri 4.0 yang membawa perubahan di berbagai aspek kehidupan seperti bidang ekonomi, teknologi, komunikasi, dan informasi. Oleh karena itu, untuk dapat beradaptasi dengan perubahan tersebut, diperlukan penguasaan keterampilan abad ke-21 yang meliputi *critical thinking, collaboration, communication, dan creativity* (Puspitasari et al., 2023).

SRL memiliki hubungan erat dengan tahap perkembangan psikososial anak, khususnya pada fase *industry versus inferiority* yang berlangsung pada rentang usia Sekolah Dasar (6-12 tahun). Pada tahap ini, anak diharapkan mampu membangun rasa percaya diri dan merasa kompeten melalui pencapaian dalam keterampilan intelektual maupun sosial. Jika gagal, mereka berisiko mengalami perasaan rendah diri yang menghambat perkembangan psikologis berikutnya. Dalam konteks ini, SRL berperan penting sebagai mekanisme internal yang memungkinkan anak untuk secara metakognitif, motivasional, dan perilaku mengelola proses belajarnya secara aktif dan mandiri. Anak yang mampu mengatur belajar secara efektif akan lebih mudah mencapai *success identity* (Laka, 2017). Sehingga pada penelitian ini ditentukan pada siswa kelas 5 dimana usia berada pada rentang 6-12 tahun.

Pada *self-regulated learning* siswa terlebih dahulu akan berupaya secara mandiri untuk mempelajari dan memahami materi pelajaran yang diperoleh melalui media

visual maupun audio. Jika kemudian siswa menghadapi kesulitan, berulah mereka akan mencari bantuan dengan cara bertanya atau berdiskusi bersama teman, guru, atau pihak lain yang dianggap lebih mampu membantu menyelesaikan permasalahan tersebut (Apriyani, 2024). Pembelajaran yang diregulasi secara mandiri juga merupakan bentuk kemampuan belajar mandiri, yang mencerminkan partisipasi aktif dan inisiatif subjektif siswa dalam proses belajar. Kemampuan ini tidak hanya memungkinkan siswa untuk meraih prestasi akademik yang lebih optimal dalam pendidikan formal di sekolah, tetapi juga membentuk landasan psikologis yang penting bagi pembelajaran sepanjang hayat mereka di masa depan (Li, 2024).

Melalui proses wawancara yang dilakukan peneliti dengan 2 guru wali kelas V diketahui terdapat sejumlah siswa yang belum memiliki *self-regulated learning* dalam proses belajar, hal tersebut tercermin dari perilaku siswa yang masih bergantung pada guru maupun teman-temannya, siswa cenderung mengandalkan teman atau guru dalam menyelesaikan tugas individu dan kelompok. Kelompok belajar yang dibentuk guru sering tidak efektif, karena siswa cenderung mengobrol dan bermain bersama, dan mengandalkan teman yang pintar untuk menyelesaikan tugas. Kurangnya inisiatif dan keaktifan seperti tidak bertanya jika tidak mengerti pelajaran. Siswa juga enggan menjawab pertanyaan dan menolak untuk maju ke depan kelas. Selain itu, siswa juga sering mengobrol dan berjalan-jalan di kelas, sehingga terkadang kelas tidak kondusif dan mengharuskan guru untuk selalu menegurnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 siswa kelas 5 menunjukkan kemampuan regulasi diri yang berbeda. Pada 10 orang siswa kelas 5, siswa (FAF), (YDS), (SPU), (NS), (DF), (AR), (AN), (DA), (KI) dan (MFZ) memiliki jadwal belajar yang rutin di setiap malam hari, namun jadwal yang ada juga tidak selalu digunakan untuk belajar, siswa juga pernah menggunakannya untuk bermain *handphone* dan menonton televisi. (AN), (DA), (YDS), (KI), (MFZ), (AR) mengaku jika dirinya menemui kesulitan dalam mengerjakan tugas, siswa tersebut akan melihat jawaban dari temannya tanpa berusaha untuk mengerjakan terlebih dahulu. Sedangkan pada siswa (DF) mengaku bahwa seluruh tugas yang diberikan guru, dikerjakan oleh kakaknya. Pada siswa (IK) ia mengaku sengaja tidak masuk pada hari di mana ia tidak menyukai pelajarannya. Selain itu, seluruh siswa juga pernah terlambat atau tidak mengerjakan tugas tepat waktu, pertama disebabkan oleh tidak dicatatnya tugas tersebut dan karena adanya rasa malas untuk mengerjakan. Siswa juga ketika belajar mencari lingkungan yang membuatnya dapat belajar dengan fokus seperti di dalam kamar. Namun semua siswa setuju bahwa mereka sering terdistraksi dengan *handphone* pada saat belajar dan mengobrol pada saat guru menjelaskan. Seluruh siswa juga mengaku pernah mendapatkan nilai yang jelek. Selain itu, siswa (FAF), (NS), (SPU), (AN) ketika hasil ujian dibagikan, siswa biasanya meninjau kembali jawaban yang salah dan berupaya mencari jawaban yang

tepat. Semua siswa juga mengaku pernah mengobrol pada saat guru menjelaskan dengan alasan bosan dan karena diajak temannya ngobrol.

Desmita (dalam Nahdi & Juju, 2016) mengungkapkan bahwa terdapat fenomena dalam proses pembelajaran di mana siswa belum menunjukkan kemandirian dalam belajar, yang berpotensi menimbulkan masalah psikologis saat memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Kebiasaan belajar yang kurang baik seperti tidak mampu belajar dalam waktu lama, hanya belajar saat menjelang ujian, sering membolos, dan melakukan tindakan menyontek, jika sudah terbentuk sejak Sekolah Dasar, besar kemungkinan akan terbawa hingga ke jenjang Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, bahkan hingga Perguruan Tinggi.

Peneliti menetapkan siswa kelas 5 sebagai subjek penelitian dengan pertimbangan bahwa mereka telah menjalani proses pembelajaran selama kurang lebih lima tahun, sehingga diharapkan mampu melakukan evaluasi terhadap diri sendiri. Siswa kelas 5 secara tidak langsung sudah dituntut memiliki regulasi dalam belajar sebagai persiapan dalam menghadapi ujian nasional di kelas 6, Berdasarkan paparan di atas, pengembangan *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar menjadi hal yang penting sejak dini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tingkat *self-regulated learning* pada siswa kelas 5 Sekolah Dasar.

TINJAUAN PUSTAKA

Definisi Self-Regulated Learning

Zimmerman (1990) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai proses proaktif siswa dalam mengarahkan dirinya sendiri dalam pembelajaran melalui pengelolaan pikiran, motivasi dan perilaku untuk mencapai tujuan pembelajaran. Santrock (2014) mengungkapkan bahwa SRL merupakan proses di mana individu mengatur dan mengendalikan pikiran, perilaku, serta emosinya sendiri untuk mencapai tujuan belajar. Wolters (2003) mendefinisikan SRL sebagai upaya siswa dalam mengendalikan, memantau, dan mengelola perilaku, kognisi, serta motivasi selama kegiatan belajar guna meraih tujuan yang diinginkan. Menurut Woolfolk (2016) menjelaskan bahwa SRL adalah kemampuan seseorang dalam memahami dan mengevaluasi tugas belajar, menetapkan target yang ingin dicapai, serta merancang strategi penyelesaian tugas tersebut, termasuk cara terbaik untuk melaksanakan tugas tersebut secara efektif. Pintrich (2004) mendefinisikan SRL sebagai kemampuan siswa untuk secara aktif memantau, mengendalikan, dan mengatur aspek-aspek kognitif, motivasi, dan perilaku mereka sendiri, serta beberapa aspek dari lingkungan belajar mereka.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* adalah suatu proses aktif di mana individu secara sadar mengarahkan dan mengontrol pikiran, perasaan, serta perilakunya dalam mencapai tujuan belajar.

Aspek-aspek Self-Regulated Learning

Menurut Zimmerman, (1990) SRL terdiri atas pengaturan dari tiga aspek umum pembelajaran akademis, yaitu:

1. Metakognitif

Pada proses metakognitif, siswa akan melakukan hal-hal yang berkaitan dengan kesadaran dan kesiapan terhadap proses pembelajaran, seperti membuat perencanaan belajar, menentukan tujuan belajar, mengorganisir pembelajaran, memonitor proses pembelajaran, dan melakukan evaluasi strategi pembelajarannya. Kemampuan ini memungkinkan siswa untuk lebih sadar terhadap pembelajaran yang dijalani, memiliki pengetahuan yang cukup, serta mampu mengambil keputusan dengan tepat dalam proses belajar mereka.

2. Motivasi

Motivasi dalam SRL merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada diri individu yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri (*self-efficacy*), atribusi diri (*self-attributions*), serta minat instrinsik terhadap tugas yang dikerjakan (*intrinsic task interest*). Siswa memiliki inisiatif sendiri dalam belajar serta menunjukkan usaha dan ketekunan luar biasa selama pembelajaran.

3. Perilaku

Perilaku dalam SRL ini mengacu pada kemampuan siswa mengatur, memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan yang mengoptimalkan pembelajaran. Mereka mencari nasihat, informasi, dan tempat yang memungkinkan bagi mereka untuk belajar. Selain itu, siswa memberi intruksi kepada diri sendiri (*self-instruction*) selama belajar dan memberikan penguatan diri (*self-reinforcement*) selama pelaksanaan tugas.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi Self-Regulated Learning

Zimmerman (1989) mengemukakan bahwa SRL dipengaruhi oleh tiga faktor utama yang saling berinteraksi, yaitu:

1. Faktor dalam diri (*Personal*)

Faktor personal meliputi efikasi diri yaitu keyakinan siswa terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas. Metakognisi yaitu kemampuan untuk merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajar sendiri. Pengetahuan meliputi pengetahuan deklaratif, pengetahuan prosedural dan pengetahuan kondisional. Tujuan pribadi yaitu siswa memiliki tujuan yang spesifik dan terukur menunjukkan regulasi diri yang tinggi. Afeksi yaitu kondisi emosional seperti kecemasan dapat menghambat regulasi diri dalam belajar.

2. Faktor perilaku

SRL dipengaruhi oleh perilaku yang muncul ketika individu menjalankan tugas dan aktivitas belajar. Perilaku-perilaku ini saling berkaitan dan memberntuk proses regulasi diri, yang meliputi: a. *self-observation* yaitu kemampuan individu untuk secara sistematis memantau dan mengawasi kinerja belajarnya sendiri. b. *self-judgment* yakni proses membandingkan hasil belajar dengan standar tertentu atau pencapaian orang lain, sesuai dengan target yang telah ditetapkan. c. *self-reaction* yaitu tanggapan individu terhadap sejauh mana kemajuan mereka dalam mencapai tujuan yang direncanakan.

3. Faktor lingkungan

Pengaruh lingkungan dapat terlihat melalui *modeling*, yaitu proses belajar dengan mengamati orang lain. Selain itu, dukungan sosial seperti bantuan dari guru, teman sebaya, maupun orang tua, persuasi verbal yang bersifat memotivasi, serta bantuan fisik dan simbolik berupa media visual, diagram, atau panduan belajar juga turut memfasilitasi perkembangan regulasi diri siswa. Disisi lain, struktur lingkungan belajar seperti suasana kelas, tingkat kesulitan tugas, serta keteraturan ruang belajar turut mempengaruhi kemampuan siswa dalam mengelola waktu, strategi belajar, dan efikasi diri.

Alat Ukur Self-Regulated Learning

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek dari Zimmerman (1990) yaitu metakognisi, emosional, dan perilaku.

METODOLOGI PENELITIAN

Tipe penelitian

Tipe penelitian yang akan digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2021).

Sedangkan tipe penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi (Sugiyono, 2021).

Populasi

Menurut Sugiyono (2021) populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki kuantitas, ciri-ciri dan sifat tertentu yang telah ditetapkan peneliti sebagai fokus kajian, yang nantinya akan dianalisis untuk ditarik kesimpulan. Pada penelitian ini, populasi yang akan diteliti adalah siswa aktif kelas 5 SDN X Kota Bekasi yang berjumlah 127 siswa, terdiri dari 70 siswa laki-laki dan 57 siswa perempuan.

Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari populasi yang mewakili ciri-ciri atau karakteristik yang dimiliki oleh keseluruhan populasi tersebut. Ukuran sampel penelitian $n > 30$ dan $n < 500$ dianggap cukup layak untuk penelitian pada umumnya (Sugiyono, 2021). Maka demikian, sampel penelitian ini berjumlah 127 siswa kelas 5 SDN X Kota Bekasi.

Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono (2021) Teknik sampling merupakan cara yang digunakan untuk memilih sampel dari suatu populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling*, di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* teknik pengambilan sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden penelitian. Alasan pengambilan teknik sampling ini dikarenakan populasi spesifik dan memungkinkan untuk mengambil menggunakan teknik ini (Periantalo, 2016).

Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2021) teknik pengumpulan data merupakan tahapan yang paling penting dalam proses penelitian, karena inti dari kegiatan penelitian adalah memperoleh data. Pada penelitian ini, metode yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah melalui kuesioner (angket) yaitu dengan memberikan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab sesuai dengan kondisi atau pendapat responden.

3.5.1 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang sedang diteliti. Tujuan dari instrument ini adalah untuk memperoleh data kuantitatif yang tepat dan dapat dipercaya, sehingga setiap instrument perlu memiliki skala pengukuran tertentu (Sugiyono, 2021).

Skala pengukuran merupakan suatu pedoman yang dipakai untuk menentukan panjang pendeknya interval pada alat ukur. Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Skala likert yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pandangan, maupun persepsi

individu atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial (Sugiyono, 2021). Penelitian ini, terdapat satu macam skala likert yaitu skala *self-regulated learning*.

Tabel 3.1 Skala Likert

Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Sumber: Sugiyono (2021)

Pada tabel 3.1 skala likert, merupakan penilaian skala likert yang dikelompokkan menjadi pernyataan *favorabel* dan *unfavorable* dengan empat alternatif jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Adapun skala dalam penelitian ini hanya terdiri dari empat skala, hal ini untuk menghindari jawaban bias atau cenderung untuk menjawab netral dari responden.

Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

Validitas

Validitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur benar-benar mampu mengukur apa yang memang seharusnya diukur (Sugiyono, 2021). Penelitian ini menggunakan validitas isi, yaitu validitas yang ditentukan dengan berkonsultasi dengan panel yang memenuhi syarat atau menggunakan *expert judgment* (Azwar, 2017). Keabsahan validitas tergantung pada hasil uji coba yang dilakukan, sehingga dapat ditentukan apakah skala layak digunakan secara kuantitatif atau tidak. Teknik yang dapat digunakan untuk menilai validitas adalah dengan memanfaatkan teknik daya diskriminasi item, yang mengevaluasi apakah suatu item dapat mengukur perbedaan dengan tepat sesuai dengan skala yang digunakan. Kemudian, penentuan kevalidan sebuah item dapat dinilai berdasarkan *Corrected Item Total Correlation*. Interpretasi nilai validitas dapat dilihat pada tabel 3.3.

Tabel 3.3 Interpretasi Nilai Validitas

Skor	Klasifikasi
$\geq 0,400$	Sangat Bagus
0,300- 0,399	Bagus
0,250 – 0,259	Cukup Bagus
0,200 – 0,249	Agak Bagus
$< 0,200$	Jelek
-(minus)	Sangat Jelek

Sumber: (Periantalo, 2016)

Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada tingkat konsistensi atau ketepatan hasil ukur. Artinya, sejauh mana hasil pengukuran tetap stabil atau serupa jika dilakukan pada waktu yang berbeda. Nilai reliabilitas biasanya berada dalam rentang antara 0 hingga 1. Pada penelitian, skor reliabilitas sebesar 0,6 sudah dinilai memuaskan. Uji reliabilitas dilakukan setelah perakitan alat ukur final. Teknik yang digunakan dalam uji ini adalah *Cronbach alpha*. *Cronbach alpha* adalah metode

statistik yang umum digunakan karena tersedia dalam *software IBM SPSS* (Periantalo, 2016). Adapun interpretasi nilai reliabilitas dijelaskan pada tabel 3.7.

Tabel 3.4 Interpretasi Nilai Reliabilitas

Skor	Klasifikasi
$\geq 0,90$	Sangat Reliabel
0,80-0,89	Reliabel
0,70-0,79	Cukup Reliabel
0,6-0,69	Kurang Reliabel
$\geq 0,60$	Tidak Reliabel

Sumber: (Periantalo, 2016)

Analisis Data

Analisis data adalah melakukan pengelompokan data berdasarkan variabel dan karakteristik responden, menyusun tabulasi data berdasarkan masing-masing variabel dari seluruh responden, menyajikan data dari setiap variabel yang diteliti, melakukan analisis perhitungan guna menjawab rumusan masalah, serta melakukan perhitungan statistik guna menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2021). Pada penelitian ini, analisis data yang digunakan adalah uji normalitas yaitu uji yang digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi secara normal atau tidak. Selanjutnya untuk menguji hipotesis, analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif, yaitu untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti dalam bentuk tabel, grafik, diagram lingkaran, pictogram, perhitungan modus, median, mean, perhitungan desil, persentil, perhitungan data melalui perhitungan rata-rata dan standar deviasi, perhitungan persentase (Sugiyono, 2021).

Analisis ini dilakukan karena sesuai dengan hipotesis yang telah disebutkan di awal yaitu untuk mengetahui gambaran *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar. Analisis data untuk keseluruhan perhitungan statistik dilakukan dengan menggunakan software JASP (*Jeffreys's Amazing Statistic Program*) 0.18.3.0.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Berdasarkan hasil uji coba terpakai ditemukan adanya 7 item yang dinyatakan gugur dan sebanyak 29 aitem lainnya dinyatakan valid dengan koefisien korelasi berkisar antara 0.314 – 0.638. Ketujuh aitem yang tidak valid akan dieliminasi dan 29 aitem yang valid akan digunakan untuk analisis reliabilitas lebih lanjut.

Berdasarkan analisis menggunakan JASP, didapatkan skor reliabilitas *self-regulated learning* adalah 0,912. Berdasarkan tabel kategorisasi menurut Periantalo (2016) dapat diketahui bahwa alat ukur variabel *self-regulated learning* termasuk kategori reliabel

Hasil Penelitian

Profil Demografis

Responden pada penelitian ini sebanyak 125 siswa kelas 5 yang terdiri dari 67 siswa laki-laki dan 58 siswa perempuan. Peneliti melakukan analisis terhadap nilai mean, median, dan standar deviasi (SD) dengan hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Mean, Median, dan Standar Deviasi Skala SRL

Variabel	Mean	Median	SD
<i>Self-regulated Learning</i>	76.064	78.000	11.158

Berdasarkan data yang diperoleh pada variabel *Self-regulated learning* menunjukkan hasil mean yang didapatkan sebesar 76.064, median 78.000, dan nilai standar deviasi (SD) yang didapatkan sebesar 11.158. Adapun hasil demografis kelompok responden berdasarkan karakteristik responden disajikan pada tabel 4.5 dibawah ini.

Tabel 4.5 Hasil Demografis Kelompok Responden

Karakteristik Responden	<i>Self-regulated Learning</i>			
	Mean	Median	Minimum	SD
Kelas				
5A	76.000	74.594	55.000	10.913
5B	73.828	78.000	48.000	12.809
5C	76.903	80.000	46.000	11.226
5D	78.667	79.000	62.000	9.538
Jenis Kelamin				
Laki-laki	73.507	76.000	46.000	09.712
Perempuan	79.017	82.000	48.000	12.004
Usia				
11	76.600	79.000	48.000	10.913
12	74.925	76.500	46.000	11.720

Uji Asumsi Penelitian

Pada penelitian ini uji asumsi yang digunakan untuk menganalisa data penelitian yaitu uji normalitas. Uji asumsi dilakukan dengan menggunakan bantuan JASP. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 4.6.

Tabel 4.6 Uji Normalitas

Variabel	Normalitas
<i>Self-regulated learning</i>	0.081

Pada uji normalitas, peneliti menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov. Apabila nilai signifikansi menunjukkan $p < 0,05$, maka data tidak terdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai

signifikansi $p > 0.05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal (Malay, 2022). Maka, dapat ditarik kesimpulan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal, karena nilai signifikansinya lebih besar dari 0.05 (0.081).

Kategorisasi Penelitian

Uji kategorisasi dilakukan untuk mengelompokkan individu ke dalam kelompok- kelompok yang terpisah secara bertingkat berdasarkan kontinum dari atribut yang diukur (Azwar, 2017a). Pada penelitian ini, kategori yang digunakan meliputi rendah, sedang, dan tinggi, yang ditentukan menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 4.7 Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Batas Interval
Rendah	$X < (\mu - 1\sigma)$
Sedang	$(\mu - 1\sigma) \leq X (\mu + 1\sigma)$
Tinggi	$(\mu + 1\sigma) \leq X$

Keterangan:

μ = Mean hipotetik

σ = Standar deviasi hipotetik

Tabel 4.9 Kategorisasi Data *Self-Regulated Learning*

Kategori	Batas Nilai	Jumlah Subjek	Persentase
Tinggi	$X > 76$	20	16%
Sedang	$67 \leq X < 76$	91	72.8 %
Rendah	$68 \leq X$	14	11.2 %
Total		125	100 %

Berdasarkan tabel 4.9 Kategorisasi data penelitian diatas, terdapat 20 siswa yang memiliki SRL tinggi dengan persentase sebesar 16%, kemudian 91 siswa tergolong memiliki tingkat SRL yang sedang dengan persentase 72.8%, dan 14 siswa memiliki tingkat SRL rendah dengan persentase 11.2%.

Tabel 4.10 Kategorisasi Skala SRL Berdasarkan Jenis Kelamin

		Kategorisasi								
Hasil	Kelas	Rendah		Sedang		Tinggi		Total		uji
		N	%	N	%	N	%	N	%	
	5A	4	3.2%	24	19.2%	4	3.2%	32	25,6%	
	5B	7	5.6%	18	14.4%	4	3.2%	29	46.4%	
	5C	3	2.4%	23	18.4%	5	4.0%	31	24.8%	
	5D	0	0.0%	26	20.8%	7	5.6%	33	33	
	Total	14	11.2%	91	72.8%	20	16%	125	100%	

kategorisasi berdasarkan jenis kelamin pada tabel 4.10 diatas menunjukkan jumlah siswa laki-laki yang termasuk dalam kategorisasi rendah sebanyak 7 siswa atau sekitar 5.6%. Sementara itu, sebanyak 58 siswa atau sekitar 46.4% berada dalam kategori sedang, dan 2 siswa laki-laki atau sekitar 1.6% termasuk dalam kategori tinggi. Pada siswa perempuan, sebanyak 7 siswa atau sekitar 5.6% berada dalam kategori rendah, 33 siswa atau sekitar 26.4% berada dalam kategori sedang dan 18 siswa atau sekitar 14.4% berada dalam kategori tinggi.

Tabel 4.11 Kategorisasi Skala SRL berdasarkan kelas

		Kategorisasi							
Jenis Kelamin	Jenis Kelamin	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
		N	%	N	%	N	%	N	%
	Laki-laki	7	5.6%	58	46.4%	2	1.6%	67	53,6%
	Perempuan	7	5.6%	33	26.4%	18	14.4%	58	46.4%
	Total	14	11,2%	91	72,8%	20	16%	125	100%

Bedasarkan hasil uji kategorisasi *self-regulated learning* pada masing-masing kelas pada tabel 4.11, diperoleh data sebagai berikut. Pada kelas 5A, terdapat 4 siswa (3.2%) yang masuk dalam kategori rendah, 24 siswa (19.2%) dalam ketegori sedang, dan 4 siswa (3.2%) dalam ketegori tinggi. Sementara itu, pada kelas 5B, sebanyak 7 siswa (5.6%) berada pada kategori rendah, 18 siswa (14.4%) dalam kategori sedang, dan 4 siswa (3.2%) tergolong kategori tinggi. Hasil pada kelas 5C menunjukkan bahwa 3 siswa (2.4%) termasuk dalam kategori rendah, 23 siswa (18.4%) dalam kategori sedang, dan 5 siswa (4.0%) dalam kategori tinggi. Adapun pada kelas 5D, tidak terdapat siswa yang berada pada kategori rendah (0%), sebanyak 26 siswa (20.8%) berada pada kategori sedang, dan 7 siswa (5.6%) termasuk dalam kategori tinggi.

Tabel 4. 12 Kategorisasi Skala SRL Berdasarkan Usia

		Kategorisasi							
Usia	Usia	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
		N	%	N	%	N	%	N	%

11	8	6.4%	62	49.6%	15	12%	85	68%
12	6	4.8%	29	23.2%	5	4.0%	40	32%
Tota	14	11.2%	91	72.8%	20	16%	125	100%
1								

Berdasarkan hasil uji kategorisasi SRL berdasarkan usia pada tabel 4.12, diketahui bahwa pada usia 11, sebanyak 8 siswa (6.4%) berada dalam kategori rendah, 62 siswa (49.6%) dalam ketegori sedang, dan 15 siswa (12%) termasuk dalam kategori tinggi. Sementara itu, pada siswa dengan usia 12 tahun sebanyak 6 siswa (4.8%) berada dalam ketegori rendah, 29 siswa (23.2%) dalam kategori sedang, dan 5 siswa (4.0%) berada dalam kategori tinggi.

Selanjutnya peneliti mencoba untuk mengetahui apakah ada perbedaan rata-rata (mean) antara laki-laki dan perempuan dengan menggunakan uji t dua sampel (*independent sample t test*) dan Anova. Berikut ini adalah hasil perhitungan uji perbedaan independent sampel t-test yang disajikan pada tabel 4.10.

Tabel 4.13 Skor SRL Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	Homogenitas	P value
Laki-laki	67	73.507	0.163	0.005
Perempuan	58	79.071		

Berdasarkan tabel 4.13 diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan memiliki rata-rata SRL lebih tinggi yaitu sebesar 79.071 dibandingkan dengan rata-rata SRL pada laki-laki sebesar 73.507. Perbedaan juga signifikan karena nilai signifikansinya < 0.05 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan Perempuan.

Tabel 4.14 Skor *Self-regulated Learning* berdasarkan kelas

Kelas	N	Mean	Homogenitas	P value
5A	32	74.594	0.332	0.299
5B	29	73.826		
5C	31	76.903		
5D	33	78.667		

Berdasarkan tabel 4.14 hasil perhitungan ANOVA dengan aplikasi JASP di atas, terlihat perbedaan mean antara kelompok kelas dengan keterangan data bersifat homogen (lebih dari 0,05). Mean SRL tertinggi dimiliki kelas 5C dengan nilai mean 76.903 dan mean kontrol diri terendah dimiliki oleh kelas 5B dengan nilai 73.826. Akan tetapi perbedaan tersebut tidak signifikan antara kelompok satu dengan yang lainnya karena berdasarkan nilai *p value* mencapai 0.299 yang dimana nilai tersebut lebih besar dari 0.05.

Tabel 4.14 Skor *self-regulated Learning* Berdasarkan Usia

Usia	N	Mean	Homogenitas	P value
11	85	76.600	0.690	0.436
12	40	74.925		

Berdasarkan tabel 4.14 hasil perhitungan *independent sample t-test* dengan aplikasi JASP diatas, terlihat perbedaan mean SRL antara kelompok usia, dengan keterangan data bersifat homogen (lebih dari 0.05). Usia 11 tahun memperoleh mean sebesar 76.600 dan usia 12 tahun memiliki mean 74.925. Hal ini menunjukkan bahwa usia 11 tahun memiliki mean SRL lebih tinggi daripada usia 12 tahun. Akan tetapi, hal tersebut tidak memiliki perbedaan yang signifikan antar kedua kelompok usia.

Diskusi dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan lembar kuesioner ke masing-masing kelas 5 dengan metode total sampling. Adapun responden yang terkumpul sebanyak 125 siswa yang terdiri dari 67 siswa laki-laki dan 58 siswa perempuan.

Hasil uji kategorisasi *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar SDN X Kota Bekasi menunjukkan bahwa sebanyak 20 siswa atau 16% berada pada kategori tinggi, 91 siswa atau 72.8% berada pada kategori sedang, dan 14 siswa atau 11.2% berada pada kategori rendah. Berdasarkan hasil uji kategorisasi tersebut, dapat dilihat bahwa mayoritas siswa berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas 5 cukup mampu mengelola metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam proses belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Siswa dalam kategori ini sudah menunjukkan perencanaan, pemantauan, dan evaluasi belajar secara mandiri, meskipun belum konsisten. Motivasi belajarnya cukup baik, dengan efikasi diri dan minat yang sedang terhadap tugas. Secara perilaku, mereka cukup aktif menciptakan lingkungan belajar yang mendukung aktivitas belajar, walaupun masih membutuhkan arahan.

Sebagaimana yang dikatakan Zimmerman (1990) kemampuan siswa dalam meregulasi dirinya dilihat dari kemampuannya dalam mengatur metakognisi, motivasi, dan perilaku untuk mencapai tujuan belajar. Metakognisi yaitu kemampuan dalam perencanaan, pengaturan diri, dan evaluasi terhadap proses belajar. Sedangkan motivasi yaitu adanya minat terhadap tugas, efikasi diri, dan ketekunan dalam menyelesaikan tugas. Terakhir dari perilaku yaitu dilihat dari kemampuannya dalam menciptakan lingkungan belajar, mengatur waktu, dan mencari sumber belajar yang mendukungnya dalam proses belajar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan hasil penelitian Astuti dan Wangid (2018) yang menghasilkan gambaran tingkat regulasi diri dalam belajar pada siswa kelas 5 berada pada kategori sedang. Chumdari et al., (2024) juga menyatakan mayoritas SRL siswa Sekolah Dasar berada pada kategori sedang. Didukung oleh penelitian Aini (2019) yang menghasilkan bahwa siswa SD imigran secara umum sudah memiliki *self-regulated learning* yang mumpuni artinya adalah siswa Sekolah Dasar belum memaksimalkan kemampuan regulasi diri yang dimilikinya dan berpotensi menuju regulasi diri rendah maupun tinggi.

Pada pembahasan ini juga menjelaskan berdasarkan kategorisasi kelas. Kategorisasi kelompok kelas 5A sebanyak 24 (19.2%) siswa berada pada kategori sedang, dengan jumlah siswa dalam kategori rendah dan tinggi yang sama, masing-masing 4 (3,2%) siswa. Kelas 5B menunjukkan jumlah siswa dalam kategori rendah yang lebih tinggi dibandingkan kelas 5A, yaitu sebanyak 7 (5.6%) siswa. Kelas 5C didominasi siswa dalam kategori sedang yaitu 23 (18.4%) siswa dan jumlah siswa dalam kategori tinggi sebanyak 5 (2.4%) siswa. Adapun kelas 5D tidak memiliki siswa dengan tingkat SRL rendah, kategori sedang sebanyak 26 (20.8%) siswa dan kategori tinggi sebanyak 7 (5.6%) siswa. Adanya tingkat SRL yang bervariasi pada tiap kelas dapat dipengaruhi oleh relasi

guru-siswa dan motivasi berprestasi. Menurut penelitian Fatikansari & Ansyah (2025) relasi yang positif antara guru dan siswa yang ditandai dengan komunikasi yang baik, dukungan emosional, serta apresiasi terhadap upaya siswa terbukti mampu meningkatkan keterampilan *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar. Namun, jika ditinjau dari hasil uji anova, tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok kelas. Tidak adanya perbedaan siswa antar kelas dapat dikarenakan berada di kelas 5 dengan pengalaman yang serupa, metode pembelajaran yang diajarkan guru tidak jauh berbeda. Menurut hasil penelitian Juaini et al., (2024) fasilitas pembelajaran, gaya mengajar guru, dan lingkungan belajar memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan motivasi belajar siswa.

Hasil uji kategorisasi tingkat SRL berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa siswa laki-laki sebanyak 58 (46.4%) siswa termasuk dalam kategori SRL sedang, 7 (5.6%) siswa berada dalam kategori rendah, dan hanya 2 (1.6%) siswa yang mencapai kategori tinggi. Sementara itu, pada kategori siswa perempuan, sebanyak 33 (26.4%) siswa berkategori sedang, kategori rendah sebanyak 7 siswa sebesar (5.6%) dan kategori tinggi mencapai sebanyak 18 (14.4%) siswa. Berdasarkan hasil uji *independent samples t-test* terdapat adanya perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin. Diketahui bahwa siswa perempuan Sekolah Dasar kelas 5 memiliki tingkat SRL yang lebih besar daripada siswa laki-laki. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alhadi et al., (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan SRL antara laki-laki dan Perempuan. Hasil penelitian dari Zimmerman & Martinez-Pons (1990) terhadap siswa kelas 5, 8, dan 11 juga mengungkapkan bahwa perempuan lebih sering menerapkan strategi-strategi seperti pemantauan diri, penetapan tujuan, perencanaan, dan pengorganisasian lingkungan belajar dibandingkan laki-laki.

Hasil uji kategorisasi SRL berdasarkan usia, ditemukan pada siswa 11 tahun, sebanyak 8 (6,4%) siswa berada dalam kategori rendah, 62 (49,6%) siswa berada dalam kategori sedang, dan 15 (12%) siswa tergolong dalam kategori tinggi. Sementara itu, pada kelompok usia 12 tahun, ditemukan 6 (4.8%) siswa dalam kategori rendah, 29 (23,2%) siswa dalam kategori sedang, dan hanya 5 (4.0%) siswa dalam kategori tinggi. Siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning* yang rendah umumnya menunjukkan kurangnya perencanaan dan minimnya upaya dalam menjalani proses pembelajaran. Mereka cenderung mudah menyerah Ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas, mengalami hambatan dalam belajar, bersikap pasif selama kegiatan di kelas, serta kesulitan meraih hasil yang optimal, yang pada akhirnya berdampak pada rendahnya prestasi belajar (Atmoko et al., 2022). Hal ini mungkin disebabkan oleh faktor internal seperti rendahnya motivasi. Menurut Wolters (2003) Motivasi dipandang sebagai komponen penting dalam mengatur pembelajarannya sendiri untuk meningkatkan usaha dan ketekunan mereka dalam mengerjakan tugas akademik. Kurangnya motivasi merupakan permasalahan umum yang kerap dialami oleh siswa di berbagai jenjang usia.

Siswa berusia 11 tahun menunjukkan nilai mean yang lebih besar dibandingkan siswa 12 tahun. Namun perbedaan tersebut tidak signifikan sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat SRL antara kelompok usia 11 tahun 12 tahun. Hal ini dapat dipahami karena usia 11 dan 12 tahun berada dalam tahapan perkembangan yang berdekatan secara psikososial dan kognitif. Menurut Piaget siswa pada usia 6-12 tahun berada pada tahap operasional konkret serta sudah memiliki kemampuan dalam meregulasi diri (Santrock, 2012).

Berdasarkan hasil tersebut diatas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil SRL kelas 5 berada kategori sedang. Pada siswa kelas 5A, 5B, 5C, dan 5D mayoritas berada pada kategori sedang. Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, mayoritas memiliki tingkat SRL sedang baik pada perempuan maupun laki-laki. Hasil yang diperoleh berdasarkan kelompok usia juga mayoritas siswa usia 11

dan 12 tahun memperoleh tingkat SRL sedang. Setelah dilakukan uji perbedaan mean, antar kelompok kelas tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Berdasarkan jenis kelamin, terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan, dimana nilai mean siswa perempuan lebih besar dibanding siswa laki-laki. Pada kelompok usia, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara usia 11 tahun dan 12 tahun.

Peneliti mengakui adanya berbagai kekurangan dalam pelaksanaan penelitian ini. Studi ini hanya terbatas pada pada satu lingkup sekolah dan hanya pada satu jenjang kelas saja, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi ke seluruh populasi siswa kelas 5 maupun seluruh tingkatan kelas Sekolah Dasar. Penelitian ini hanya menggunakan variabel tunggal sehingga peneliti tidak mampu meneliti faktor-faktor yang memengaruhi *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar. Selain itu, dalam pelaksanaan *preliminary study*, peneliti hanya melakukan wawancara kepada 10 siswa kelas 5D, tanpa melibatkan siswa dari kelas 5A, 5B, dan 5C. Sehingga temuan yang diperoleh hanya merepresentasikan kondisi di kelas 5D. Namun demikian, peneliti juga melakukan wawancara dengan wali kelas 5A dan 5D sebagai upaya untuk memperoleh fenomena yang diteliti.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Dasar mayoritas berada pada kategori sedang
2. Berdasarkan hasil uji kategorisasi per kelas, siswa kelas 5A, 5B, 5C, dan 5D mayoritas berada pada kategori sedang. Meskipun terdapat variasi dalam nilai mean SRL, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok kelas.
3. Berdasarkan hasil uji kategorisasi berdasarkan jenis kelamin, baik laki-laki maupun perempuan mayoritas berada pada kategori sedang. Terdapat perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin, dengan nilai mean siswa perempuan lebih besar dari siswa laki-laki
4. Berdasarkan hasil uji kategorisasi SRL berdasarkan kelompok usia, siswa pada usia 11 dan 12 tahun mayoritas memiliki tingkat SRL pada kategori sedang. Meskipun siswa usia 11 tahun memiliki nilai rata-rata SRL yang lebih tinggi, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok usia.

Saran

Saran Praktis

- a. Bagi siswa Sekolah Dasar, diharapkan dapat meningkatkan kemampuan regulasi diri dalam belajar dengan menjalin pertemanan bersama teman-teman yang aktif dalam belajar serta mampu memberikan dukungan, seperti rasa dihargai, perhatian, penerimaan, dan dorongan semangat. Dukungan tersebut dapat membantu menumbuhkan kepercayaan diri dan meningkatkan motivasi dalam belajar. Siswa juga dapat memiliki jadwal kegiatan harian yang terstruktur, termasuk waktu khusus untuk bermain dan menyelesaikan tugas sekolah agar dapat diselesaikan tepat waktu, memilih lingkungan belajar yang nyaman, memiliki kelompok belajar dan melakukan diskusi dengan guru, orang tua dan teman.
- b. Kepada sekolah dan guru-guru di sekolah untuk meningkatkan *self-regulated learning* pada siswa, dengan memberikan cara pengajaran yang mendukung pengembangan regulasi diri dalam belajar melalui model pembelajaran kooperatif Tipe *Think Pair Share* (TPS), menciptakan relasi yang positif antara guru dan siswa, psikoedukasi *growth mindset* agar siswa mampu membuat SMART *goals*, dan penerapan strategi *self-regulated learning*.

- c. Bagi orang tua diharapkan dapat memantau dan menerapkan pola asuh demokratis untuk mendukung peningkatan *self-regulated learning*.

Saran Teoritis

Bagi penelitian selanjutnya, peneliti merekomendasikan agar dapat mengkaji berbagai faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya *self-regulated learning*, seperti relasi guru-siswa, pola asuh orang tua, motivasi dan faktor relevan lainnya. Maka dengan itu, cakupan analisis terkait penelitian *self-regulated learning* semakin berkembang dan beragam dalam ranah penelitian ilmiah. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat meneliti siswa Sekolah Dasar dari kelas 1- 6, tidak terbatas hanya pada siswa kelas lima, agar jangkauan populasi penelitiannya lebih luas dan memungkinkan analisis perbandingan antar tingkat kelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, S., Nanda, W., Saputra, E., Supriyanto, A., & Costa, A. Da. (2018). Self-Regulated Learning : Is it Different between Men and Women Students ? *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *VII*(2)(December), 46–52.
- Apriyani, N. (2024). *Self-Regulated Learning dalam Proses Belajar Matematika Sekolah*. 1(1), 1–5.
- Atmoko, A., Baiyyah, K., Costa, A. Da, Hanafi, H., & Wahyuni, E. T. (2022). *Perilaku belajar dan self regulated learning siswa selama belajar dari rumah pada masa pandemi covid-19*. 10(2), 294–302.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II* (II). Pustaka Belajar.
- Chumdari, Atmojo, I. R. W., Matsuri, Adi, F. P., Ardiansyah, R., & Saputri, D. Y. (2024). Analisis tingkat self regulated learning di Sekolah Dasar Indonesia Bangkok. *Jurnal Pendidikan Dasar*, *12*(2), 142–147.
- de Ruig, N. J., de Jong, P. F., & Zee, M. (2023). Stimulating Elementary School Students' Self-Regulated Learning Through High-Quality Interactions and Relationships: A Narrative Review. *Educational Psychology Review*, *35*(3), 1–34. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09795-5>
- Fatikansari, W. D., & Ansyah, E. H. (2025). *BERPRESTASI TERHADAP SELF REGULATED LEARNING PADA SISWA SD KELAS ATAS DI SD MUHAMMADIYAH 1 SIDOARJO THE INFLUENCE OF TEACHER-STUDENT RELATIONS AND ACHIEVEMENT MOTIVATION ON SELF-REGULATED LEARNING IN UPPER CLASS ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS AT MUHAMMADIYAH*. 8(1), 33–58.
- Fridayani, & Putri, S. (2022). *Jurnal Riset Pendidikan Dasar ACADEMIC ACHIEVEMENT : THE DEVELOPMENT OF A METACOGNITION*. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar*, *05*(2), 174–181.
- Jagad, H. K. M., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Self Regulated Learning Pada Siswa SMPN X. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *5*(3), 1–6. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/26184>
- Jannah, M. (2015). Tugas-Tugas Perkembangan Pada Usia Kanak-Kanak. *International Journal of Child and Gender Studies*, *1*(2), 87–98.
- Juaini, A., Aliyah, N. D., & Darmawan, D. (2024). Pengaruh Fasilitas Belajar dan Gaya Mengajar Guru dan Lingkungan Belajar terhadap Motivasi Belajar Siswa MTsNW KotaRaja Lombok Timur, NTB. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 1890–1909.
- Khoirunnisa, S., Rakhmawati, D., & Mustianah. (2024). Tingkat Self Regulated Learning Siswa Kelas X Sma Negeri 14 Semarang. *Ristekdik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *9*(1), 118. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2024.v9i1.118-125>
- Laka, L. (2017). OPTIMALISASI SELF-REGULATED LEARNING UNTUK MENINGKATKAN SUCCESS IDENTITY Abstrak Pendahuluan. *SAPA Jurnal Kateketik Dan Pastoral*, *2*(2), 89–109.

- Li, Y. (2024). The mechanism of self-regulated learning among rural primary middle school students: Academic delay of gratification and resilience. *Learning and Motivation*, 87, 102013. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2024.102013>
- Malay, M. M. (2022). *Belajar Mudah & Praktis Analisis Data dengan SPSS dan JASP*. CV. Madani Jaya.
- Maryani, I., Estriningrum, U., & Nuryana, Z. (2023). *Self-Regulated Learning And Creative Thinking Skills Of Elementary School Students In The Distance Education During The Covid-19 Pandemic*. 16(2), 496–508.
- Nahdi, D. S., & Juju. (2016). *PENINGKATAN KEMAMPUAN SELF-REGULATED LEARNING (SRL) SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE THINK PAIR SHARE (TPS)*. 2(1).
- OECD. (2023). *PISA 2022 Results: Factsheets - Indonesia*.
- Opdenakker, M. (2022). Developments in early adolescents ' self-regulation : The importance of teachers ' supportive vs . undermining behavior. *Frontiers in Psychology*, November, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1021904>
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407. <https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x>
- Puspitasari, A., Masturi, & Ardiansyah, R. (2023). Hubungan Kemampuan Berpikir Kritis dan Self Regulated Learning dengan Tingkat Literasi Digital pada Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Universitas Sebelas Maret*, 11(2), 165–169.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1* (ketigabel). Erlangga.
- Santrock, J. W. (2014). *Psikologi Pendidikan Educational Psychology* (5th ed.). Salemba Humanika.
- Setiana, & Eliasa, E. I. (2024). *Karakteristik Perkembangan Fisik , Kognitif , Emosi Sosial , dan*. 4(6), 127–138.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (2nd ed.). ALFABETA.
- Viena, Y. (2021). Pola Asuh Orang Tua Demokratis terhadap Self Regulated Learning pada Anak. *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*, 5(12), 904–914.
- Wolters, C. A. (2003). Regulation of Motivation: Evaluating an Underemphasized Aspect of Self-Regulated Learning. *Educational Psychologist*, 38(4), 189–205. https://doi.org/10.1207/S15326985EP3804_1
- Woolfolk, A. (2016). *Educational Psychology, Thirteenth Edition*. In *Pearson Education Ltd.*
- Zimmerman, B. J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. J. (1990). *Self-Regulated Learning and Academic Achievement : An Overview*. December. <https://doi.org/10.1207/s15326985ep2501>
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons. (1990). Zelfregulatie en zelfinstructie in het middelbaar agrarisch onderwijs. *Early Childhood Education Journal*, 36(1), 403–406. <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00461520701263426%0Ahttp://doi.wiley.com/10.1111/j.1467-9647.2011.00772.x>