****

**PENERAPAN TEKNIK *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* SISWA DI SMA NEGERI**

**01 UNGGULAN KAMANRE KABUPATEN LUWU**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Strata Satu Fakutas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Makassar

**Oleh:**

**MUHTADASARI S**

**NIM. 104404037**

**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR**

**2014**

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

**PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**

Jalan : Tamalate 1 Tidung Makassar Kode Pos 90222

Telepon (0411) 884457 Fax. (0411) 883076

Laman : [www.unm.ac.i](http://www.unm.ac.i)d

# PERSETUJUAN PEMBIMBING

# Skripsi dengan judul : “Penerapan Teknik *Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa di SMAN 01 Unggulan Kamanre Kabupaten Luwu”.

# Atas nama:

Nama : Muhtadasari S

Nim : 104404037

Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti, serta diadakan ujian skripsi hari Rabu, 12 Maret 2014 dan dinyatakan LULUS.

Makassar, Maret 2014

Disetujui Oleh:

Komisi Pembimbing

Pembimbing I Pembimbing II

**Dra. Hj Kustiah Sunarty, M.Pd Prof. Dr. H. Alimuddin Mahmud, M.Pd**

Nip. 19530303 198003 2 001 Nip. 1954 1015 197903 1 004

Disahkan Oleh:

Ketua Jurusan PPB FIP UNM

**Drs. Muhammad Anas, M.Si**

NIP. 19601213 198703 1 005

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

**PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN**

Jalan : Tamalate 1 Tidung Makassar Kode Pos 90222

Telepon (0411) 884457 Fax. (0411) 884457

Laman : www.unm.ac.id

# PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

# Skripsi diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar dengan SK Dekan Nomor 2466/UN36.4/PP/2014 tanggal 10 Maret 2014 untuk memenuhi syarat sebagai persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikanpada Jurusan/Prodi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan /Bimbingan Konseling pada hari Rabu tanggal 12 Maret 2014.

Disahkan oleh,

P.D Bidang Akademik FIP UNM

**Drs. M. Ali Latif Amri, M.Pd**

NIP. 19611231 198702 1 045

**Panitia Ujian :**

1. Ketua : Drs. M. Ali Latif Amri, M.Pd ( . . . . . . . . . . . . . )
2. Sekertaris : Drs. H. Muhammad Anas, M. Si (. . . . . . . . . . . . . )
3. Pembimbing I : Dra. Hj.Kustiah Sunarty, M.Pd (. .. . . . . . . . . . . . )
4. Pembimbing II : Prof. Dr.H. Alimuddinn Mahmud, M.Pd (. . . . .. . . . . . . . . )
5. Penguji I : Drs. H. Kulasse Kanto, M.Pd (. . . . . . . . . . . . . )
6. Penguji II : Dra. Nirmala, S.Pd, M.Si (.. . . . . . . . . . . . . )

**PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhtadasari S

NIM : 104404037

Jurusan : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : **Penerapan Teknik *Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa di SMAN 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlakut

Makassar, Maret 2014

Yang Membuat Pernyataan

**Muhtadasari S**

Nim. 104404037

**MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

***Jangan tunggu bersemangat - baru bekerja.   
Pemenang tetap rajin bekerja walau pun sedang merasa malas.***

***Mario Teguh***

*Kuperuntukkan karya ini kepada Ibunda dan Ayahanda tercinta,*

*kakak dan adik ku yang tersayang dan semua saudaraku* yang senantiasa mengarahkan, membimbing, memberi kasih sayang dan perhatian yang tulus

Tanpa cinta keluarga, Anakda tidak akan mampu mentabahi kesulitan dan tantangan kehidupan.

*Terima kasih atas segala dukungan dan doa’ kalian untuk keberhasilanku*

*Jazaakumullahu Khairan Katsiiran*

# ABSTRAK

**MUHTADASARI S. 2014.** Penerapan Teknik *Self Regulated Learning* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa di SMAN 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu. Skripsi. Dibimbing oleh Dra. Hj Kustiah Sunarty, M.Pd dan Prof. Dr. H. Alimuddin Mahmud, M.Pd Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini menelaah Penerapan Teknik *Self Regulated Learning* untuk Meningkatkan *Self-Efficacy* Siswa SMAN 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu. Masalah penelitian ini adalah: (1) Bagaimana gambaran pelaksanaan Teknik *Self Regulated Learning* dapat meningkatkan *Self-Efficacy* siswa di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu? (2) Bagaimana gambaran *Self-Efficacy* siswa sebelum dan setelah diberikan teknik *Self Regulated Learning* di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu? (3) Apakah ada pengaruh teknik *Self Regulated Learning* terhadap peningkatan *Self-Efficacy* siswa di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : (1) Gambaran pelaksanaan Teknik *Self Regulated Learning* dapat meningkatkan *Self-Efficacy* siswa di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu. (2) Gambaran *Self-Efficacy* siswa sebelum dan setelah diberikan teknik *Self Regulated Learning* di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu (3) Terdapat pengaruh teknik *Self Regulated Learning* terhadap peningkatan *Self-Efficacy* siswa di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan model *Tru-Eksperimental Design* terhadap 30 sampel penelitian yang merupakan siswa kelas X di SMAN 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu dengan klasifikasi 15 orang siswa sebagai kelompok eksperimen dan 15 orang siswa sebagai kelompok kontrol. Pengumpulan data dengan menggunakan angket dan observasi. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pelaksanaan teknik *Self Regulated Learning* di SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre dilaksanakan dengan 5 kali pertemuan secara bertahap. Pertama, Pemberian informasi latihan *Self Regulated Learning* dan *Self-Efficacy*. Kedua, Latihan Evaluasi Diri dan monitoring. ketiga, Latihan Menentukan tujuan dan perencanaan strategi. Keempat, Latihan Memonitor penerapan strategi. Dan terakhir, Latihan Memonitor hasil strategi . (2) Gambaran *Self-Efficacy s*iswa di SMAN 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu sebelum diberi perlakuan berada pada kategori sedang. Setelah diberi perlakuan tingkat *Self-Efficacy s*iswa mengalami peningkatan yakni berada pada kategori tinggi. (3) Ada pengaruh Teknik *Self Regulated Learning* terhadap peningkatkan *Self-Efficacy* pada siswa kelas X di SMAN 01 Unggulan Kamanre Kab. Luwu.

**PRAKATA**



Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat, rahmat, taufik dan hidayah-Nya, penyusunan skripsi yang berjudul “Penerapan Teknik *Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Siswa di SMANegeri 01 Unggulan Kamanre Kabupaten Luwu ” dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penulisan skripsi ini banyak mengalami kendala, namun berkat bantuan, bimbingan, kerjasama dari berbagai pihak dan berkah dari Allah SWT sehingga kendala-kendala yang dihadapi tersebut dapat diatasi. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada Ibu Dra. Hj Kustiah Sunarty, M.Pd selaku pembimbing I dan Bapak Prof. Dr. H. Alimuddin Mahmud, M.Pd selaku pembimbing II yang telah dengan sabar, tekun, tulus dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga dan pikiran memberikan bimbingan, motivasi, arahan, dan saran-saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi.

Selanjutnya ucapan terima kasih penulis sampaikan pula kepada:

1. Prof. Dr Arismunandar, M. Pd selaku Rektor Universitas Negeri Makassar atas segala kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Negeri Makassar.
2. Prof. Dr. Ismail Tolla, M. Pd selaku Dekan FIP Universitas Negeri Makassar, Drs. M. Ali Latif Amri, M.Pd sebagai Pembantu dekan I, Drs. Andi Mappincara, M.Pd sebagai pembantu Dekan II dan Drs. Muh. Faisal, M.Pd sebagai pembantu Dekan III.
3. Drs. Muhammad Anas, M.Si, dan Dr. Abdul Saman, M.Si, Kons, masing-masing sebagai Ketua dan Sekretaris Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan atas segala bantuannya dalam administrasi maupun dalam perkuliahan.
4. Kedua orang tuaku, Ayahanda Subbang dan Ibunda Nurhayati yang senantiasa mencurahkan perhatian dan kasih sayangnya dalam mendidik dan membesarkan peneliti yang disertai dengan iringan do’a sehingga penulis dapat menyelesaikan studinya.
5. Saudara-saudaraku, Asrianto S, S.Kom, Dharmawati S, S.Pt, Idhamayanti S, SE, Kiki Nurmi S, Farm, Kartini S, Amd. Keb, Hardianti Astuti S. Pd, Nurpitamalasari S, Ade Putri S, Yuni Kartika S, Dhisa Amalia S yang banyak memberikan bantuan moril, material, arahan, dan selalu mendoakan keberhasilan dan keselamatan selama menempuh pendidikan.
6. Bapak Drs. Suyuti Pananrang , M.M selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 01 Unggulan Kamanre Kabupaten Luwu, beserta guru-guru yang telah mengizinkan dan membantu penulis untuk melakukan penelitian dalam rangka penyelesaian penulisan skripsi ini.
7. Ibu Amina S.Pd selaku guru Pembimbing yang telah membantu penulis dalam pengumpulan data demi kelancaran dalam pelaksanaan penelitian dan penyelesaian penulisan skripsi ini.
8. Adik-adik “SMAN 01 Unggulan Kamanre” khususnya kelas X yang telah berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan peneliti terima kasih atas segala bantuannya.
9. Saudara sekaligus Sahabat Siti Rosita, Sutra Awaliyah, dan Mudrikah Zulkifli yang telah sabar menemani peneliti saat susah dan senang demi menyelesaikan skripsi dan telah menjadi kawan seperjuangan dalam menempuh pendidikan.
10. Kakanda Herman, yang selalu mendengarkan keluh kesah, memotivasi dan sabar menemani peneliti saat susah dan senang demi menyelesaikan skripsi.
11. Sahabat-sahabatku dari SMA hingga akhir: Hawa, Aan, Ochal, dan Iadh yang selalu hadir untuk mengisi waktu luang peneliti.
12. Saudara- saudaraku di Sanggar Parimpungang, Cha-cha, Etty, Lebang, Dheny, Ayu Tangahu, K Mail, K Yakub, K’Rambo, Sinta, Ruri, Subhan dan Lutfi.
13. Teman-teman Angkatan 2010 Kelas A terima kasih juga atas kebersamaan. Semuanya tidak akan pernah dilupakan oleh peneliti
14. Senior-senior: Kak Burhanuddin, Kak Ali Susanto, Kak Unhy, Kak Ceceng, Kak Rahim Akutagawa, Kak Akhmad, Kak Irma firgasari, Kak Rahmat, Kak Hasan, Kak Taqwa, Kak Mifta dan Kak Jayyid zulhaj yang telah membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
15. Kepada semua pihak yang tidak sempat saya sebutkan namanya satu-persatu, namun telah membantu penulis dalam penyelesaian studi. Terima kasih banyak.

Akhirnya, dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan-kekurangan, sehingga penulis mengharapkan adanya saran dan kritikyang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Semoga skripsi yang dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi bagi pembaca, dan semoga kebaikan dan keikhlasan serta bantuan dari semua pihak bernilai ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Makassar, Maret 2014

Muhtadasari S

**DAFTAR ISI**

HALAMAN JUDUL i

PERSETUJUAN PEMBIMBING ii

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI iii

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI iv

MOTTO v

ABSTRAK vi

PRAKATA vii

DAFTAR ISI xi

DAFTAR TABEL xiv

DAFTAR GAMBAR xv

DAFTAR LAMPIRAN xvi

BAB I. PENDAHULUAN 1

1. Latar Belakang 1
2. Rumusan Masalah 7
3. Tujuan Penelitian 8
4. Manfaat Penelitian 8

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS 10

1. KAJIAN PUSTAKA 10
2. *Self Efficacy* 10
3. Pengertian *Self Efficacy* 10
4. Dimensi *Self Efficacy* 11
5. Sumber-sumber *Self Efficacy* 12
6. Proses-proses *Self Efficacy* 14
7. Karakteristik Individu Yang Memiliki *Self Efficacy* 17

Tinggi dan Rendah

1. *Self Regulated Learning* 19
2. Pengertian *Self Regulated Learning*  19
3. Karkteristik dan Komponen *Self Regulated Learning* 20
4. Tahap-tahapan *Self Regulated Learning* 24
5. Kelemahan dan Kelebihan Teknik *Self Regulated Learning* 28
6. Teknik dan Langkah- langkah Penerapan *Self Regulated*

*Learning* 28

1. KERANGKA PIKIR 32
2. HIPOTESIS 36

BAB III. METODE PENELITIAN 37

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 37
2. Variabel dan Disain Penelitian 37
3. Definisi Operasional Variabel 38
4. Populasi Dan Sampel 39
5. Prosedur Pelaksanaan Eksperimen 40
6. Teknik Pengumpulan Data 41
7. Teknik Analisis Data 45

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 48

1. HASIL PENELITIAN 48
2. PEMBAHASAN 55

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN 60

1. KESIMPULAN 59
2. SARAN 60

DAFTAR PUSTAKA 61

LAMPIRAN 63

RIWAYAT HIDUP 129

**DAFTAR TABEL**

Nomor Nama Tabel Halaman

3.1 Penyebaran Siswa yang menjadi Populasi penelitian 39

3.2 Penyebaran Siswa yang Menjadi Sampel Penelitian 40

3.3 Pembobotan Angket Penelitian 43

3.4 Kriteria Penentuan Hasil Observasi 45

3.5 Kategorisasi *Self Efficacy* Siswa 47

4.1 Data Tingkat Self Efficacy Siswa Kelas X SMAN 01 Unggulan 50

Kamanre Sebelum (pretest) dan Sesudah (posttest) diberi Perlakuan

Teknik *Self Regulated Learning* pada kelompok Eksperimen

4.2 Data Tingkat Self Efficacy Siswa Kelas X SMAN 01 Unggulan 51

Kamanre Sebelum (pretest) dan Sesudah (posttest) pada

Kelompok Kontrol

4.3 Kecenderungan Umum observasi pelaksanaan teknik *Self Efficacy* 52

4.4 Data hasil persentasi observasi pelaksanaan teknik 53

*Self Regulated Learning*

4.5 Hasil Pengujian Hipotesis 54

**DAFTAR GAMBAR**

Nomor Nama Gambar Halaman

2.1 Model *Self Regulated Learning* 29

2.2 Skema Kerangka Pikir Penelitian 35

3.1 Model Rancangan Penelitian 37

3.2 Skala *semantic deferensial* 42

**DAFTAR LAMPIRAN**

Nomor Nama Tabel Halaman

1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian 64

2 Pelaksanaan Kegiatan Eksperimen 65

3 Skenario Pelaksanaan Ekperimen 67

4 Kisi-kisi Angket Sebelum Uji Coba 76

5 Angket *Self Efficacy* Sebelum Uji Coba 77

6 Kisi-kisi Angket Sesudah Uji Coba 81

7 Angket *Self Efficacy* Sesudah Uji Coba 82

8 RPBK 86

9 Skor Angket Uji Coba 88

10 Hasil Pretest Kelompok Eksperimen 90

11 Hasil Posttest Kelompok Kontrol 92

12 Hasil Analisis Uji Lapangan 94

13 Data Penelitian Gain Skor Kelompok Eksperimen dan 97

Kelompok Kontrol

14 Analisis Statistik Deskriptif Kelompok Eksperimen 99

15 Analisis Statistik Deskriptif Kelompok Kontrol 104

16 Uji Wilcoxon 108

17 Lembar Observasi *Self Efficacy* siswa 109

18 Hasil Observasi *Self Efficacy* siswa 110

19 Data Hasil Analisis Observasi setelah Pelaksanaan 115

Teknik *Self Regulated Learning*

20 Dokumentasi 118

21 Surat Pengusulan Judul 121

22 Surat Keterangan Pengesahan Judul 122

23 Surat Permohonan Penunjukan Pembimbing Skripsi 123

24 Surat Penunjukan Pembimbing Skripsi 124

25 Surat Izin melakukan penelitian 125

26 Surat Rekomendasi Peneltian dari BALITBANGDA 126

27 Surat Rekomendasi Penelitian dari LITBANG LUWU 127

28 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian 128

29 Riwayat Hidup 129