**Lampiran 3**

**SKENARIO PELAKSANAAN TEKNIK SELF REGULATED LEARNING**

**UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR SISWA**

**DI SMA NEGERI 2 LUWU**

1. **TUJUAN**

Tujuan pelaksanaan penerapan teknik *self regulated learning* adalah untuk meningkatkan disiplin belajar siswa di SMA Negeri 2 Luwu yang teridentifikasi mengalami disiplin belajar rendah.

1. **PERSIAPAN**

Pada tahap ini peneliti memfasilitasi pelaksanaan teknik *self regulated learning*. Adapun kegiatan yang dilakukan oleh peneliti adalah:

1. Menyiapkan media penunjang yaitu lembar kerja siswa.
2. Menyiapkan lembar observasi kegiatan
3. Menata setting pertemuan
4. Tempat yang ditentukan adalah ruangan yang cukup tenang dan nyaman
5. Perlengkapan yang dipakai adalah alat tulis menulis.
6. **PELAKSANAAN TEKNIK SELF REGULATED LEARNING**

Pelaksanaan teknik *self regulated learning* dibagi menjadi 6 tahap yaitu:

1. **Pertemuan Pertama: Rational treatment (45 menit)**
2. Pendahuluan
3. Peneliti membangun rapport dengan siswa (7 menit)

* Peneliti menyambut siswa dengan berjabat tangan dan mempersilahkan duduk
* Peneliti melakukan perkenalan dengan siswa dengan menggunakan games perkenalan

1. Peneliti menyampaikan tujuan diadakannya kegiatan (2 menit)
2. Peneliti menyampaikan asas-asas bimbingan kelompok (3 menit)
3. Peneliti menyampaikan durasi kegiatan (3 menit)
4. Inti

Peneliti berdiskusi dengan siswa dan memberikan uraian singkat mengenai disiplin belajar dan teknik *self regulated learning* serta menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan teknik *self regulated learning.* (15 menit)

1. Penutup
2. Peneliti memberikan tugas rumah (6 menit)

Peneliti meminta siswa untuk membuat jurnal harian dan menuliskan aktivitas-aktivitas yang mereka lakukan setiap hari secara rinci selama 24 jam

1. Peneliti membuat kesepakatan waktu dengan siswa untuk pertemuan selanjutnya (5 menit)
2. **Pertemuan Kedua: Penetapan tujuan, perencanaan strategi, dan keyakinan motivasi diri (60 menit)**
3. Pendahuluan
4. Peneliti membangun rapport dengan siswa (7 menit)

* Peneliti menyambut siswa dengan berjabat tangan dan mempersilahkan duduk
* Peneliti menanyakan kabar siswa
* Peneliti melakukan *ice breaking* dengan bermain *games* untuk mencairkan suasana dalam kelompok

1. Evaluasi tugas rumah (10 menit)

Peneliti meminta siswa untuk memaparkan jurnal harian yang telah mereka buat masing-masing

1. Inti
2. Penetapan tujuan (15 menit)

* Peneliti menjelaskan bahwa kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini yaitu penetapan tujuan dan strategi
* Peneliti meminta siswa mengidentifikasi aktivitas-aktivitas pada jurnal harian yang telah mereka buat dan perilaku belajar mereka dikelas sehari-hari apakah sudah termasuk disiplin belajar atau tidak
* Peneliti meyakinkan pada siswa bahwa perilaku-perilaku yang mereka identifikasi sebagai perilaku yang tidak mencerminkan disiplin belajar tersebut dapat diubah oleh siswa apabila siswa mau dan yakin mampu mengubah hal tersebut
* Peneliti membagikan lembar kerja 1 “tujuan dan strategi” kemudian menjelaskan kepada siswa tujuan lembar kerja tersebut dan cara pengisiannya yaitu siswa menuliskan perilaku-perilaku yang mereka ingin ubah yang berkaitan dengan perilaku tidak disiplin belajar dari hasil identifikasi tadi pada lembar kerja 1 pada kolom “yang ingin diubah”, aktivitas yang ingin diubah tersebut dituliskan secara spesifik agar mudah diamati
* Peneliti meminta siswa untuk menuliskan perubahan seperti apa yang ingin siswa capai dari masing-masing aktivitas tersebut pada lembar kerja 1 pada kolom “yang ingin dicapai”, perubahan yang ingin dicapai tersebut dituliskan secara spesifik agar mudah diamati
* Peneliti menjelaskan bahwa target perubahan yang siswa tuliskan pada lembar kerja 1 merupakan tujuan yang akan dicapai dalam pelaksanaan teknik *self regulated learning* ini.

1. Perencanaan strategi (15 menit)

* Peneliti menjelaskan bahwa setelah penentuan target tujuan yang akan dicapai dilakukan maka selanjutnya siswa akan melakukan perencanaan strategi yang akan digunakan untuk mencapai target tersebut
* Peneliti menjelaskan bahwa dalam membuat strategi-strategi, siswa diharapkan membuat secara spesifik mengenai apa yang akan dilakukan agar memudahkan siswa dalam mengukur pelaksanaan strategi-strategi tersebut
* Peneliti mempersilahkan siswa mengisi strategi-strategi atau langkah-langkah yang akan mereka lakukan untuk mencapai masing-masing target yang mereka buat pada lembar kerja 1 pada kolom “strategi untuk berubah”
* Peneliti mencermati siswa membuat strategi-strategi dan setelahnya mempersilahkan siswa untuk berdiskusi dengan siswa yang lain mengenai strategi yang telah mereka buat masing-masing dengan saling mengomentari strategi apakah sudah baik atau ada masukan dari siswa yang lain
* Peneliti kemudian mempersilahkan masing-masing siswa untuk membaca strategi yang telah dibuatnya agar mereka benar-benar memahami strategi yang mereka buat.

1. Keyakinan motivasi diri (7 menit)

* Peneliti menjelaskan bahwa untuk melaksanakan strategi dan mencapai target siswa harus memiliki keyakinan dan motivasi dari dalam dirinya bahwa ia mampu melaksanakan strategi dan mencapai targetnya
* Peneliti menjelaskan bahwa siswa dapat melakukan *self talk* untuk membangkitkan motivasinya ketika melaksanakan strategi sehingga terus yakin bahwa ia mampu mencapai targetnya
* Peneliti memberikan contoh *self talk* yang bisa dilakukan siswa untuk memotivasi dirinya
* Peneliti meminta siswa untuk berlatih melakukan *self talk* pada dirinya sebagai motivasi bahwa ia yakin mampu untuk melakukan strategi yang telah dibuatnya
* Peneliti mengingatkan siswa untuk terus melakukan *self talk* pada dirinya selama pengimplementasian strategi untuk meningkatkan keyakinannya mampu mencapai target yang di buat.

1. Penutup
2. Peneliti memberikan tugas rumah (5 menit)

* Peneliti memberi tugas rumah pada siswa berupa daftar cek pelaksanaan strategi setiap hari yang bertujuan sebagai monitoring pengimplementasian strategi yang telah dibuat
* Peneliti menjelaskan cara pengerjaan daftar cek ini yaitu mengecek pelaksanaan strategi dengan cara memberikan tanda (√) pada setiap strategi yang terlaksana pada kolom “pelaksanaan” dan tanda (-) pada strategi yang tidak terlaksana dan menuliskan hambatan yang di hadapi dalam pelaksanaan masing-masing strategi pada lembar “hambatan yang dialami”.

1. Peneliti membuat kesepakatan waktu dengan siswa untuk pertemuan selanjutnya (1 menit)
2. **Pertemuan Ketiga: Kontrol diri (45 menit)**
3. Pendahuluan
4. Peneliti membangun rapport dengan siswa (8 menit)

* Peneliti menyambut siswa dengan berjabat tangan dan mempersilahkan duduk
* Peneliti menanyakan kabar siswa
* Peneliti melakukan *ice breaking* dengan bermain games untuk mencairkan suasana dalam kelompok

1. Peneliti mengevaluasi tugas rumah (12 menit)

Peneliti mengecek tugas rumah yang telah dikerjakan siswa dan meminta siswa membacakan tugas rumah yang telah dikerjakan

1. Inti: Kontrol diri (20 menit)
2. Peneliti menjelaskan pada siswa bahwa kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini yaitu kontrol diri
3. Peneliti meminta siswa untuk memerhatikan kembali implementasi strategi yang telah dilaksanakan sebelumnya
4. Peneliti meminta siswa memerhatikan keterlaksanaan dan hambatan-hambatan yang dihadapi dalam pengimplementasian strategi tersebut
5. Peneliti mengarahkan siswa untuk menganalisis frekuensi ketidakterlaksanaan dan hambatan-hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaan strategi
6. Peneliti membagikan lembar kerja 2 “kontrol diri”
7. Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat dan menuliskan instruksi-instruksi untuk dirinya pada kolom “instruksi diri” agar fokus pada strategi yang telah dibuat untuk mencapai tujuan
8. Peneliti menjelaskan pada siswa untuk berfokus pada strateginya sesuai dengan instruksi-instruksi diri yang dibuat untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan
9. Penutup
10. Peneliti memberi tugas rumah (4 menit)

Peneliti menjelaskan tugas rumah untuk siswa yaitu mengarahkan siswa untuk kembali membuat monitoring diri mengenai pengimplementasian strategi berupa daftar cek pelaksanaan yaitu mengecek pelaksanaan strategi dengan cara memberikan tanda (√) pada setiap strategi yang terlaksana pada kolom “pelaksanaan” dan tanda (-) pada strategi yang tidak terlaksana dan menuliskan hambatan yang di hadapi dalam pelaksanaan masing-masing strategi pada lembar “hambatan yang dialami”.

1. Peneliti dan siswa menetapkan dan menyepakati bersama waktu dan tempat pertemuan selanjutnya (1 menit)
2. **Pertemuan Keempat: Observasi diri (45 menit)**
3. Pendahuluan
4. Peneliti membangun rapport (8 menit)

* Peneliti menyambut siswa dengan berjabat tangan dan mempersilahkan duduk
* Peneliti menanyakan kabar siswa
* Peneliti melakukan *ice breaking* dengan bermain games untuk mencairkan suasana antara peneliti dengan siswa dan antar siswa

1. Peneliti mengevaluasi tugas rumah (12 menit)

Peneliti mengecek tugas rumah yang telah dibuat siswa dan meminta siswa untuk membacakan tugas rumah yang telah dibuatnya masing-masing

1. Inti: Observasi diri (20 menit)
2. Peneliti menjelaskan pada siswa bahwa kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini yaitu observasi diri
3. Peneliti mengarahkan siswa untuk melakukan monitoring apakah ada kemajuan dalam pelaksanaan strategi sesuai dengan tugas rumah yang sudah dikerjakan
4. Peneliti membagikan lembar kerja 3 “observasi diri” yang bertujuan untuk mengetahui proses-proses pelaksanaan strategi dalam mencapai tujuan siswa kemudian mengarahkan siswa untuk menuliskan kembali tujuan awalnya pada lembar kerja 3 pada kolom “tujuan”, kemudian menuliskan strategi yang dilakukan pada masing-masing tujuan pada kolom “strategi yang dilakukan”, kemudian menuliskan hasil yang diperoleh atau kemajuan-kemajuan yang diperoleh pada pencapaian tujuan sebagai akibat dari pelaksanaan strategi pada kolom “hasil yang diperoleh”
5. Peneliti meminta siswa untuk secara bergantian memaparkan lembar kerja yang telah mereka kerjakan dan meminta siswa lain untuk mengomentari atau memberi saran agar siswa dapat lebih memaksimalkan pelaksanaan strategi yang ia buat
6. Penutup
7. Peneliti memberi tugas rumah (4 menit)

Peneliti mengarahkan siswa untuk kembali membuat monitoring diri mengenai pengimplementasian strategi dengan mengecek atau beri tanda centang (√) pada strategi yang terlaksana dan tanda (-) pada strategi yang tidak terlaksana dan perilaku yang muncul pada diri siswa sebagai hasil dari pelaksanaan strategi pada lembar “hasil pelaksanaan”

1. Membuat kesepakatan waktu untuk pertemuan selanjutnya (1 menit)

Peneliti dan siswa menetapkan dan menyepakati bersama waktu dan tempat pertemuan selanjutnya

1. **Pertemuan Kelima: Penilaian diri dan reaksi diri (45 menit)**
2. Pendahuluan
3. Peneliti membangun rapport dengan siswa (7 menit)

* Peneliti menyambut siswa dengan berjabat tangan dan mempersilahkan duduk
* Peneliti menanyakan kabar siswa
* Peneliti melakukan *ice breaking* dengan bermain games untuk membangun kedekatan

1. Peneliti mengevaluasi tugas rumah (12 menit)

Peneliti mengecek tugas rumah yang telah dibuat siswa dan meminta siswa untuk membacakan tugas rumah yang telah dikerjakan

1. Inti
2. Penilaian diri (12 menit)

* Peneliti menjelaskan pada siswa bahwa kegiatan yang siswa lakukan pada tahap ini yaitu penilaian diri
* Peneliti mengarahkan siswa untuk melakukan evaluasi diri pada lembar kerja 4 “evaluasi diri” berupa menuliskan tujuan dan strategi yang digunakan dalam upaya mencapai tujuan dan menuliskan hasil yang diperolehnya setelah melakukan strategi tersebut apakah sudah mencapai tujuan atau belum
* Peneliti mengarahkan siswa untuk membandingkan tujuan awal dan hasil pelaksanaan strategi untuk mengetahui apakah hasil yang diperoleh sesuai tujuan yang diinginkan atau belum
* Peneliti meminta siswa untuk secara bergantian memaparkan lembar kerja yang telah mereka kerjakan.

1. Reaksi diri (13 menit)

* Peneliti menjelaskan bahwa kegiatan yang dilakukan selanjutnya yaitu reaksi diri
* Peneliti menjelaskan bahwa reaksi diri merupakan respon yang siswa berikan pada strategi-strategi yang sudah dilaksanakan, apakah siswa merasa sudah cukup dengan pencapaiannya atau belum cukup
* Peneliti mengarahkan siswa untuk menuliskan reaksi diri yang siswa rasakan setelah mengikuti berbagai tahapan kegiatan dan strategi-strategi yang dilakukan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa pada lembar kerja “reaksi diri”
* Peneliti menjelaskan bahwa reaksi diri yang dirasakan siswa ini akan memengaruhi penetapan tujuan dalam teknik *self regulated learning* selanjutnya

1. Penutup (1 menit)

Peneliti dan siswa membuat kesepakatan waktu untuk pertemuan selanjutnya.

1. **EVALUASI DAN TERMINASI (45 menit)**
2. Pendahuluan
3. Peneliti membangun rapport dengan siswa (10 menit)

* Peneliti menyambut siswa dengan berjabat tangan dan mempersilahkan duduk
* Peneliti menanyakan kabar siswa

1. Inti (25 menit)

* Peneliti mengajak siswa satu per satu merefleksikan pengalamannya selama proses bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning*
* Peneliti memberikan lembar kerja “evaluasi kegiatan” untuk mengetahui perbandingan disiplin belajar siswa sebelum dan sesudah pemberian teknik *self regulated learning*
* Peneliti mempersilahkan siswa memaparkan hasil dari “evaluasi kegiatan” secara bergantian

1. Penutup (10 menit)

Peneliti menyampaikan kesimpulan dari rangkaian kegiatan yang telah dilakukan dan ucapan terima kasih pada siswa atas kesediannya mengikuti rangkaian kegiatan dari awal sampai akhir serta menyampaikan jadwal kegiatan selanjutnya yaitu pemberian *posttest.*