

# RANCANGAN PEMBELAJARAN DI KELAS DENGAN PEMBELAJARAN MANDIRI (Self- Regulated Learning)

*by* Muh Rais

---

**Submission date:** 22-Oct-2022 11:33PM (UTC-0400)

**Submission ID:** 1932614727

**File name:** ajaran\_di\_Kelas\_dengan\_Pembelajaran\_Self-Regulated\_Learning.docx (42.57K)

**Word count:** 2274

**Character count:** 15936

# RANCANGAN PEMBELAJARAN DI KELAS DENGAN PEMBELAJARAN MANDIRI (*Self-Regulated Learning*)

Oleh: Muh. Rais

Jurusan Pendidikan Teknik Mesin, Fakultas Teknik

Universitas Negeri Makassar

Email:[raismisi@gmail.com](mailto:raismisi@gmail.com)

## ABSTRAK

Salah satu konsep yang juga merupakan kunci dalam teori belajar konstruktivis adalah memiliki visi bahwa siswa sebagai seorang pembelajar yang memiliki kemampuan mengatur dirinya sendiri. Pengaturan diri (*self-regulation*) merupakan konstruk dari pengaturan diri dalam belajar. *Self-regulation* merupakan istilah psikologi yang berkaitan dengan pengaturan diri seseorang dalam bersikap, berfikir dan bertindak. Jika *Self regulation* diberi kata *learning* dibelakangnya, maka penafsirannya menjadi pengaturan diri dalam belajar *Self regulated learning*. Makalah ini bermaksud menjelaskan *Self regulated learning* dengan menggunakan tinjauan secara teoretis dari berbagai pendapat pakar terutama yang konsen pada *self regulated learning* seperti Zimmerman. Makalah ini membahas: 1) konsep pengaturan diri tingkah laku, 2) konsep pengaturan diri dalam belajar, 3) faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*, dan 4) penerapan *self-regulated learning* dalam kurikulum pembelajaran.

**Kata Kunci:** Pembelajaran, *Self-Regulated Learning*

## PENDAHULUAN

Pengalaman menunjukkan bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam belajar. Satu diantaranya adalah masalah sikap kemandirian pembelajar dalam menstrukturisasi pikiran yang ada dalam dirinya, bahwa belajar sebaiknya timbul karena adanya rasa kesadaran (*self-awareness*). Prestasi belajar yang dicapai oleh pembelajar, disadari sebagai akibat dari pengelolaan belajar yang baik, yang melibatkan seluruh sumber-

sumber belajar yang ada, baik itu dirumah yang melibatkan keluarga (ayah, ibu dan saudara-saudara), maupun di lingkungan sekolah yang melibatkan sistem administrasi sekolah, staf sekolah, guru dan teman sekolah.

Dalam kaitan dengan itu, guru merupakan salah satu komponen utama yang berhubungan langsung dengan masalah sikap kemandirian pembelajar. Guru perlu memberi stimulasi pada pembelajar agar lebih yakin dengan dirinya bahwa pada suatu waktu akan

berhasil meraih prestasi belajar yang baik. Dalam kondisi demikian, pebelajar merasa yakin dan akan termotivasi untuk lebih giat, lebih sungguh-sungguh dan lebih mandiri dalam belajar.

Kaitannya dengan kemandirian dalam belajar, menarik dan aktual untuk dikaji adalah apa yang disebut *self-regulation* yaitu keyakinan seseorang untuk dapat mengatur/mengontrol kehidupannya dan menguasai tindakan-tindakannya yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tertentu (Corno & Mandinach, 1983). Dalam latar teori belajar sosial, perilaku bukanlah kodrat melainkan hasil belajar yang diperoleh sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya. Perilaku tersebut berkembang dan bertahan karena adanya *reinforcement* berupa *reward* dan *punishment* dari lingkungan melalui proses *unlearning*, *learning*, dan *relearning* (Elliot et al, 2000). Salah satu konsep yang juga merupakan kunci dalam teori belajar konstruktivis adalah memiliki visi bahwa siswa sebagai seorang pebelajar yang memiliki kemampuan mengatur dirinya sendiri.

Pengaturan diri (*self-regulation*) merupakan konstruk dari pengaturan diri dalam belajar. *Self-regaltion*

merupakan istilah psikologi yang berkaitan dengan pengaturan diri seseorang dalam bersikap, berfikir dan bertindak. Jika *Self ragulation* diberi kata *learning* dibelakangnya, maka penafsirannya menjadi pengaturan diri dalam belajar (*Self-regualted learning*). Bandura (1986) mengemukakan bahwa, kualitas *self-regulated learning* pada diri seseorang terbentuk, berubah dan berkembang karena hasil belajar melalui salah satu atau kombinasi dari empat sumber utama, yaitu: (1) *performance accomplishment*, pengalaman yang berhubungan dengan kesuksesan dan kegagalan mencapai hasil yang diharapkan, (2) *vicariaos learning*, hasil pengamatan terhadap perilaku orang lain, (3) *emotional arousal*, tingkat ketegangan emosional dalam menghadapi dalam menghadapi situasi yaqng penuh tantangan dan hambatan, (4) *verbal persuasion*, dorongan atau motivasi dari orang lain yang meyakinkan tentang adanya kemandirian untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan penjelasan di atas, sebaiknya sejak pendidikan dasar hingga perguruan tinggi individu perlu dilatih menerapkan metode *self-*

*regulated learning*. Metode ini membantu individu memperoleh kemampuan mengatur diri dalam kegiatan belajar. Penekanan metode ini pada kemampuan gagasan, perhatian, dan juga tindakan apa yang dapat dilakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan proses belajar yang baik. Keterampilan belajar mengatur diri sendiri (SRL) merupakan upaya meningkatkan kualitas dan kuantitas diri individu. Sasaran yang diharapkan ialah agar individu dapat menguasai dengan baik pengetahuan yang diterima, dapat mengembangkan pengetahuan tersebut melalui kemampuan dan keterampilan yang dimiliki, dan dapat mencapai serta mempertahankan prestasi akademiknya (Paris & Newman, 1990).

Makalah ini bermaksud menjelaskan *self-regulated learning* dengan menggunakan tinjauan secara teoretis dari berbagai pendapat pakar terutama yang konsen pada *self-regulated learning*. Isi dari makalah ini adalah terdiri dari: 1) konsep pengaturan diri tingkah laku, 2) konsep pengaturan diri dalam belajar, 3) faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*, dan 4) penerapan

*self-regulated learning* dalam kurikulum pembelajaran.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengaturan diri Tingkah Laku

Para peneliti telah membuktikan tentang intensi (*intentions*) yang baik saja tidak cukup guna mewujudkan tingkah laku. Intensi yang baik harus diterjemahkan menjadi tindakan, yaitu suatu proses yang tergantung pada pengenalan kekuatan biologi pada satu sisi dan kekuatan belajar pada sisi yang lain. Teori pengaturan diri pertama kali dikemukakan oleh Bandura (1986) dalam latar teori belajar sosial tentang tingkah laku. Menurut Bandura (1986), bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya dengan mengembangkan langkah-langkah yang meliputi tiga proses, yaitu, 1) observasi diri (memonitor diri sendiri), 2) evaluasi diri (menilai diri sendiri), dan 3) reaksi diri (mempertahankan motivasi diri sendiri). Ketiga proses *self-regulated learning* ini saling mempengaruhi satu sama lainnya. Bila individu mengamati aspek-aspek perilaku mereka, maka akan muncul penilaian apakah sudah sesuai dengan standar yang mereka

tetapkan atau belum, untuk kemudian mereka akan bereaksi negatif atau positif. Penilaian dan reaksi individu akan membentuk suatu pandangan tertentu yang merupakan pengamatan tambahan bagi situasi yang sama.

## **2. Pengaturan diri dalam belajar (*Self-regulated learning*)**

Pengaturan diri tingkah laku (*self-regulation of behavior*) mencakup berbagai bidang, diantaranya pengaturan diri dalam belajar di sekolah (*Self-regulate Learning*) yang selanjutnya disingkat menjadi SRL. Pintrich & de Groot (1990) menjelaskan, bahwa terdapat tiga komponen penting yang berkaitan dengan SRL. Ketiga komponen tersebut adalah, komponen strategi-strategi kognitif, strategi-strategi metakognitif dan manajemen usaha.

Di samping ketiga komponen tersebut, masih diperlukan komponen lainnya yaitu komponen motivasional. Komponen ini memungkinkan peningkatan kemampuan membangkitkan motivasi intrinsik individu dalam belajar. Komponen ini terdiri atas komponen harapan, komponen nilai, dan komponen afeksi (Pintrich & de Groot, 1990).

Berkaitan dengan motivasi individu, maka Pintrich & de Groot (1990) mengembangkan model general expectancy-value yang meliputi 3 komponen motivasi yang dapat dikaitkan dengan tiga komponen *self-regulated learning*, yaitu: 1) komponen harapan (*expectancy*), 2) komponen nilai (*value component*), 3) komponen afeksi atau reaksi-reaksi emosional (*affective or emotional reaction*). Hal ini diperkuat oleh Khul (1992) yang menjelaskan bahwa *self-regulation* sangat berhubungan dengan motivasi yang ada dalam diri seseorang yang ditentukan oleh kuat lemahnya motivasi didalam dirinya, dan merupakan proses pengembangan kemampuan, keterampilan dan sikap individu dalam memotivasi diri sendiri demi mencapai tujuan.

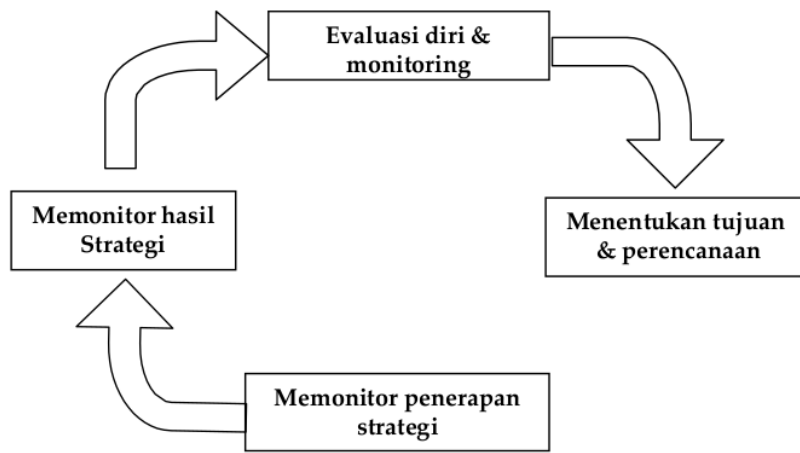
Berdasarkan uraian pengertian-pengertian tersebut dapat ditarik kesimpulan, bahwa *self-regulation* dalam belajar merupakan suatu kemampuan, di mana individu aktif dan dengan sengaja mengontrol proses kognitif, perilaku dan motivasi (keyakinan-keyakinan, nilai-nilai dan kondisi emosi) dan perilaku untuk mencapai tujuan pembelajaran yang

telah ditetapkan dalam suatu kurikulum pembelajaran.

Zimmerman (1989) menjelaskan *Self-regulated learning* adalah pengetahuan potensial yang dimiliki individu untuk meningkatkan prestasi akademik, merancang strategi belajar, menentukan langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mencapai tujuan belajar, serta mengevaluasi keberhasilan dan kekurangan yang diperoleh. Lebih lanjut dijelaskan bahwa dalam proses SRL terdapat tiga hal yang saling berpengaruh secara timbal balik (reciprocal) yaitu personal, lingkungan, dan tingkah laku. Bandura (1986) menyatakan bahwa walaupun ketiga hal tersebut berhubungan secara timbal balik, bukan berarti selalu berpengaruh dengan pola yang sama atau dengan kata lain tidak selalu pengaruh dua arah tersebut bersifat simetris. Dalam suatu konteks pengaruh lingkungan dapat lebih kuat dari pengaruh personal atau tingkah laku. Contohnya di sekolah dengan kurikulum yang sangat terstruktur atau dengan aturan yang sangat ketat, berbagai aktivitas SRL misalnya perencanaan belajar yang dilakukan oleh mahasiswa sendiri atau

pemberian hadiah untuk diri mahasiswa sendiri, kemungkinan besar tidak dapat dilakukan karena semua hal sudah diatur oleh sekolah termasuk pengaturan waktu. Sebaliknya di sekolah dengan kurikulum yang tidak terlalu terstruktur dan dengan disiplin yang tidak terlalu ketat, faktor personal dan tingkah laku kemungkinan besar akan berpengaruh dalam pembentukan fungsi SRL. Kondisi itu memungkinkan proses personal dapat mengatur tingkah laku dan memanipulasi lingkungan, ini berarti SRL dapat berfungsi.

Strategi SRL merupakan tindakan dan proses yang diarahkan untuk menguasai informasi atau keterampilan yang meliputi cara, tujuan, dan persepsi mahasiswa yang bersifat instrumental. Strategi-strategi tersebut memanfaatkan metode-metode seperti mengatur dan mengubah informasi, pengulangan informasi serta penggunaan bantuan memori. Dalam menerapkan kemampuan mengarahkan diri pada situasi belajar, Zimmerman (1996) mengemukakan suatu model yang merupakan siklus. Model tersebut adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Siklus Pelaksanaan SRL

Model tersebut berbentuk siklus karena adanya proses swa-pantau (*self-monitoring*) dalam setiap kesempatan memulai belajar memungkinkan tersediannya informasi yang dapat mengubah tujuan antara, strategi-strategi yang digunakan, atau unjuk kerja dari usaha yang telah dilakukan. Saat mahasiswa memulai untuk memantau efektifitas dari suatu strategi yang digunakan, maka selalu timbul perasaan yang tidak pasti mengenai bagaimana dari strategi yang digunakan yang bertanggung jawab terhadap suatu hasil tertentu. Dengan melakukan swa-pantau (*self-monitoring*) yang hati-hati selama melakukan latihan, maka

mahasiswa biasanya akan memperoleh pengetahuan bahwa suatu strategi tertentu akan menghasilkan efek tertentu. Karenanya swa-pantau (*self-monitoring*) memegang peranan penting, karena ia akan menimbulkan suatu perilaku produktif seperti timbulnya kemampuan mengoreksi strategi kognitif, emosi, dan efek perilaku reaktif pada saat menemui kegagalan. Sementara dipihak lain, pebelajar yang tidak dipersiapkan untuk menghadapi hasil belajar yang buruk, seringkali mempersepsikan dirinya sebagai pebelajar yang “gagal” dan reaksi yang ditampilkan tidak produktif, atau sering kali menyerah karena

merasa cemas dan tidak berdaya. Kondisi ini menggambarkan sesuatu yang riil terjadi dalam suatu proses belajar belajar berlangsung.

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-regulated learning*

Zimmerman (1989) mengemukakan bahwa efektifitas individu dalam mengarahkan belajarnya dipengaruhi oleh tiga faktor yang saling berkaitan, yaitu

1. Pengaruh dari dalam diri, yang terdiri atas keyakinan mengenai kemampuan diri, pengetahuan yang dimiliki, proses-proses pengambilan keputusan metakognitif, tujuan yang ingin dicapai, dan kondisi afektif.
2. Pengaruh perilaku (*behavioral influences*)

Menurut Zimmerman (1989) *Self-regulated learning* individu dipengaruhi oleh perilaku yang ditampilkan saat mereka melaksanakan tugas dan kegiatan. Perilaku tersebut saling mempengaruhi satu sama lain, dan perilaku yang dimaksud adalah: Swa-observasi, Swa-penilaian, Swa-reaksi.

### 3. Pengaruh lingkungan (*environmental influences*)

Menurut Zimmerman (1989) ada dua faktor lingkungan yang berpengaruh dalam kemampuan individu untuk melakukan *Self-regulated learning*, yaitu: Pengalaman sosial, dan struktur lingkungan belajar. Hal yang perlu dipertimbangkan dalam menerapkan desain pembelajaran adalah bahwa keterlibatan guru haruslah bersifat profesional. Artinya bahwa guru harus senantiasa memprogres pengetahuannya dengan sejumlah pengalaman belajar yang dapat meningkatkan wawasannya dan kepiawaiannya dalam mengelola kelas secara kolaboratif.

### 4. Penerapan SRL dalam Kurikulum

SRL dalam penerapannya hendaknya memperhatikan seluruh aspek-aspek yangterkait dengan pembelajaran, termasuk factor-faktor yang dapat mempengaruhi lahir tidaknya rasa SRL dalam diri pebelajar.

Untuk itu, guru dituntut mempunyai pengetahuan manajerial kelas yang lebih baik disertai pengalaman dalam memainkan peran bagi setiap pebelajar. Menguasai pengelolaan kelas



merupakan syarat yang harus dipenuhi serta didukung oleh pengetahuan *assessment* psikologis yang menyangkut emosi, kognisi dan afeksi individu.

Dalam merancang kurikulum pembelajaran berbasis SRL, menurut Corno & Randi (1999) hendaknya guru memperhatikan aspek-aspek berikut:

1. Kelas diorganisir secara bebas sehingga memungkinkan terjadinya SRL, dimana siswa secara mandiri mengerjakan tugas yang diberikan guru, mampu memaknainya dengan baik, dan terampil memecahkan masalah dengan konstruktif.
2. Perlu adanya keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Meskipun kemampuan siswa beraneka ragam, namun penting untuk dikembangkan evaluasi diri dan evaluasi sebaya agar meningkatkan kemampuan belajar siswa.
3. Evaluasi digunakan bukan untuk menjustifikasi kemampuan siswa, melainkan dilakukan untuk melihat pencapaian performansi siswa secara berkesinambungan.
4. Untuk meminimalis frustrasi dalam belajar, maka siswa dilatih agar membuat perencanaan dalam belajar.
5. Unit pengajaran yang dipersiapkan dapat memberi manfaat yang besar bagi siswa untuk mempelajari dan mendemonstrasikan SRL
6. Memandang tugas sebagai sesuatu yang prospektif, dengan melihat manfaatnya dalam kehidupan siswa, dengan mempertimbangkan perbedaan individual siswa.
7. Perlu bekerja secara kolaboratif dan menerapkan SRL dengan berbagai metode dan pengukuran yang bersifat komprehensif.

Selain aspek-aspek yang disebutkan di atas, guru hendaknya pula memperhatikan aspek yang berkaitan dengan komponen-komponen instruksional. Komponen-komponen instruksional ini diharapkan dapat membantu pebelajar dalam mencapai performansi akademik yang baik. Dalam upaya mencapai performansi akademik yang baik, maka berikut ini diuraikan komponen-komponen instruksional yang dapat membantu guru dalam meningkatkan profesionalismenya sebagai pengajar sekaligus pendidik yang mempunyai kompetensi yang standar menurut Corno & Randi (1999) adalah: 1) *teacher invention*, 2) *teacher choice* (Pilihan Guru), 3) *evaluating*

*new practice* (mengevaluasi model pengajarannya), 4) *cyclical curriculum making* (membuat siklus kurikulum), 5) *problem solving*, 6) *learning-in-context*, 7) *students as focus* (berfokus pada siswa), 8) *knowledge construction* (Membangun pengetahuan), 9) *collaborative apprenticeship* (Magang Kolaboratif), dan 10) *low risk and high challenge* (Resiko rendah dan peluang tinggi).

## KESIMPULAN

*Self regulated learning* memberikan jalan keluar bagi pebelajar mengolah dirinya dalam belajar efektif. Pebelajar dapat meregulasi suatu konsep kapan belajar, metode apa yang tepat untuk suatu permasalahan, berapa lama menyelesaikan permasalahan belajar. *Self-regulated learning* menempatkan pentingnya kemampuan seseorang untuk belajar mengatur dan mengendalikan diri sendiri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit. Pada sisi lain *self-regulated learning* menekankan pentingnya pandangan pebelajar mengenai efektifitas atau kemampuan diri sendiri menjadi lebih efektif. Konsep seperti ini membantu pebelajar

bagaimana memecahkan masalah-masalah kompleks menjadi langkah-langkah yang sederhana. Didasari oleh motivasi belajar itu sendiri sebagai suatu bentuk motivasi *intrinsik* sehingga prestasi belajar seperti nilai atau pujian hanya sebagai motivasi eksternal yang keduanya dapat digunakan dalam mengelola diri pebelajar. Sebagai suatu program perubahan perilaku yang sistematis, *self-regulated learning* telah diyakini oleh para ahli psikologi sebagai bentuk strategi yang memungkinkan dan mengakomodasi pandangan tentang individu untuk bertanggung jawab terhadap belajarnya sendiri, individu yang terlibat aktif dalam belajarnya akan meningkatkan prestasi belajar. Bagi guru ini merupakan suatu tantangan, dimana saat sekarang sangat sulit menjumpai profil guru yang memegang prinsip-prinsip profesionalisme seperti yang diuraikan di atas. Guru dituntut menguasai model-model instruksional, termasuk di dalamnya menguasai *Self regulated learning*, dimana guru berkolaborasi dengan siswa dalam pembelajaran, yang bertujuan melatih kemandirian belajar seperti yang diinginkan dalam kurikulum 2013, terbentuknya kompetensi peserta

didik yang mandiri. Kondisi ini akan memungkinkan terjadinya interaksi pembelajaran yang harmonis atau disebut dengan *teacher-student interaction*. Seorang guru yang baik adalah yang paling tahu tentang kondisi siswanya, oleh karena itu penting bagi guru untuk memahami karakteristik siswa dan menghargai perbedaan individual siswa sebagai pribadi yang unik yang menuntut perlakuan yang berbeda-beda pula termasuk dalam hal mencari perlakuan (model pengajaran) yang tepat dalam upaya meningkatkan kualitas belajar siswanya.

# RANCANGAN PEMBELAJARAN DI KELAS DENGAN PEMBELAJARAN MANDIRI (Self-Regulated Learning)

## ORIGINALITY REPORT

5%

SIMILARITY INDEX

3%

INTERNET SOURCES

1%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1	<a href="#">docplayer.info</a> Internet Source	1%
2	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1%
3	Nadia Yumna, Sukarti Sukarti, Uly Gusniarti. "EFEKTIVITAS PELATIHAN SELF-REGULATED LEARNING DALAM MENINGKATKAN PRESTASI MATEMATIKA DI MADRASAH TSANAWIAH "X" SLEMAN", Jurnal Psikologi Malahayati, 2020 Publication	<1%
4	<a href="#">core.ac.uk</a> Internet Source	<1%
5	<a href="#">eprints.unm.ac.id</a> Internet Source	<1%
6	<a href="#">press.unisri.ac.id</a> Internet Source	<1%
7	<a href="#">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	<1%

8

pt.scribd.com  
Internet Source

<1 %

---

9

www.scribd.com  
Internet Source

<1 %

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off

# RANCANGAN PEMBELAJARAN DI KELAS DENGAN PEMBELAJARAN MANDIRI (Self-Regulated Learning)

---

## GRADEMARK REPORT

---

FINAL GRADE

**/0**

GENERAL COMMENTS

**Instructor**

---

PAGE 1

---

PAGE 2

---

PAGE 3

---

PAGE 4

---

PAGE 5

---

PAGE 6

---

PAGE 7

---

PAGE 8

---

PAGE 9

---

PAGE 10

---