

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Penelitian yang dilakukan oleh Nur Qistia, Ria Novianti, dan Rita Kurnia (2019) meneliti tentang “Hubungan Regulasi Diri Dengan Kemandirian Anak Usia Dini”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Korelasi Person Product Moment untuk melihat hubungan antara variabel regulasi diri dengan kemandirian anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu lembar observasi. Teknik analisa data menggunakan metode analisis statistik. Hasil penelitian diketahui tingkat regulasi diri anak berada dalam kategori kurang baik dengan nilai persentase 52,75% dan kemandirian anak berada dalam kategori cukup baik dengan nilai persentase 70,53%. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang diperoleh terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dengan kemandirian anak usia 5-6 tahun di TK Negeri Pembina 3 Kecamatan Marpoyan Damai Kota Pekanbaru.

Penelitian yang dilakukan oleh M Yasdar dan Mulyadi (2018) meneliti tentang “Penerapan Teknik Regulasi Diri (self regulation) Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang”. Pendekatan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian pre-experimental design. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi

dan angket. Analisa data menggunakan analisis kuantitatif. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa teknik self-regulation dapat untuk meningkatkan kemandirian belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh Mega Famela (2019) meneliti tentang “Pengaruh Regulasi Diri, Iklim Sekolah, dan Dukungan Sosial Terhadap Kemandirian Belajar Siswa”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi berganda pada taraf signifikansi 0.05 atau 5%. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kemandirian belajar pada penelitian ini adalah skala kemandirian belajar yang dikembangkan oleh (Song & Hill, 2007), alat ukur yang digunakan untuk mengukur regulasi diri adalah skala regulasi diri yang dikembangkan oleh Zimmerman (1989), alat ukur iklim sekolah adalah meriden school climate survey-student version (MSCS-SV) yang dikembangkan oleh Gage dan Larson (2014), dan alat ukur dukungan sosial adalah multidimensional scale of perceived social support (MSPSS) oleh Zimet, dkk (1988). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh regulasi diri, iklim sekolah dan dukungan sosial terhadap kemandirian belajar dengan nilai $R^2 = 0.303$. hasil uji hipotesis minor menunjukkan bahwa koefisien regresi terdapat dua dari regulasi diri yaitu regulasi diri dan aspek friend yang signifikan terhadap kemandirian belajar.

Penelitian yang dilakukan oleh Rimalia Anggraini (2020) meneliti tentang “Hubungan Anatar Regulasi Diri Dengan Hasil Belajar Siswa

Kelas VIII Pada Mata Pelajaran Fiqh Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 kota Lubuklinggau”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan probably sampling dengan simple random sampling. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan kuesioner/angket dan tes. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi diri dengan hasil belajar siswa kelas VIII di MTs Negeri 1 kota Lubuklinggau.

2.2 Konsep Anak Usia Sekolah

2.2.1 Definisi Anak Usia Sekolah

Anak usia sekolah yaitu anak yang berusia 6-12 tahun memiliki ciri fisik, kepribadian, aktivitas dan kemandirian yang lebih kuat serta mandiri tidak tergantung dengan orang tuanya. Anak usia sekolah merupakan masa dimana anak mengalami banyak perubahan yang berbeda dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang akan mempengaruhi pembentukan karakter dan kepribadiannya. Tahap usia ini menjadi pengalaman dasar anak untuk bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan teman sebaya, orang tua, dan orang lain. Selain itu, usia sekolah merupakan masa dimana anak memperoleh pengetahuan dasar yang memungkinkan mereka berhasil menyesuaikan diri dengan kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu (Hasanah et al., 2016)

2.2.2 Perkembangan Anak Usia Sekolah

Perkembangan dibagi menjadi 4 jenis diantaranya perkembangan kognitif, perkembangan moral, perkembangan bahasa dan perkembangan psikososial.

1. Perkembangan kognitif

Memasuki usia sekolah anak mulai memperoleh kemampuan-kemampuan baru yang berhubungan dengan kejadian-kejadian yang dialami dan aktivitas-aktivitas mental konkrit yang diekspresikan dalam bentuk verbal maupun perilaku (Hockenberry, 2011). Hal ini merupakan tahapan anak-anak untuk berpikir logis dan menerapkan aturan-aturan untuk memperoleh informasi baru, memecahkan masalah-masalah yang lebih sulit dan menjadi berminat terhadap prestasi. Dengan menciptakan, mencapai, dan menghasilkan, anak mendapatkan keterampilan dan menambah kesan kompeten dalam mengembangkan potret diri.

Anak pada tahap ini sudah mulai mengembangkan kemampuannya dalam memahami hubungan dengan orang lain, teman dalam kelompok belajar maupun bermain baik dilingkungan sekolah maupun tempat tinggal. Perkembangan dalam mengambil keputusan pada tahap ini berdasarkan pengalaman nyata yang dilihat oleh anak, alasan yang pernah diketahui maupun pemikiran-pemikiran yang menurut anak logis. Kemampuan ini terus meningkat dalam menggunakan simbol-simbol, pengalaman-

pengalaman yang pernah dialami dimasa lalu dan mengevaluasi serta menginterpretasikannya dalam keseharian.

2. Perkembangan moral

Perkembangan moral pada anak usia sekolah mulai terjadi perubahan pandangan dari bersifat egosentris kepada konsep berpikir logis dan perkembangan moral. Anak pada masa ini tidak lagi berpikir bahwa semua aturan-aturan yang ada merupakan standar dirinya tetapi aturan-aturan tersebut telah dibangun dan ditetapkan oleh orang lain sehingga pada usia ini anak cenderung menerima aturan dan tidak ada alasan untuk menolak aturan-aturan yang ada. Anak mulai belajar menerima aturan, berperilaku sesuai aturan yang ada dan cenderung merasa bersalah jika melanggar aturan tersebut.

3. Perkembangan psikososial

Erikson mengidentifikasi masalah sentral psikososial pada masa ini sebagai krisis keaktifan dan inferioritas. Perkembangan kesehatan membutuhkan peningkatan pemisahan dari orangtua dan kemampuan menemukan penerimaan dalam kelompok yang sepadan serta merundingkan tantangan-tantangan yang berada diluar.

Pendekatan Erikson dalam membahas proses perkembangan anak adalah dengan menguraikan lima tahapan perkembangan psikososial, yaitu: percaya vs tidak percaya (0-1 tahun), otonomi vs

rasa malu dan ragu (1-3 tahun), inisiatif vs rasa bersalah (3-6 tahun), *industry vs inferiority* (6-12 tahun), identitas vs kerancuan peran (12-18 tahun).

1) *Industry vs inferiority* (6-12 tahun)

Anak akan belajar untuk bekerjasama dengan bersaing dengan anak lainnya melalui kegiatan yang dilakukan, baik dalam kegiatan akademik maupun dalam pergaulan melalui permainan yang dilakukan bersama. Otonomi mulai berkembang pada anak di fase ini, terutama awal usia 6 tahun dengan dukungan keluarga terdekat. Menurut Erikson, tugas utama anak usia sekolah adalah pada fase *industry vs inferiority*. Pada masa ini, anak-anak mulai membentuk dan mengembangkan rasa kompetensi dan kekuatan (Erikson, 2022)

2.3 Konsep Kemandirian

2.3.1 Definisi Kemandirian

Kemandirian anak adalah kemampuan anak dalam mengontrol dirinya sendiri, mempunyai motivasi belajar yang tinggi, serta memiliki keyakinan bahwa dirinya memiliki orientasi dan wawasan yang luas (Mulyaningsih, 2014). Kemandirian anak adalah kemampuan anak dibawah usia 16 tahun dalam menentukan pilihan dalam berperilaku dan dapat mengerjakan tugasnya sendiri atas keinginan sendiri tanpa dorongan dari orang

lain (Suparmi, 2017). Salah satu tahap perkembangan yang harus diajarkan kepada anak sejak dini adalah kemandirian.

Anak usia sekolah termasuk dalam kategori masa kanak-kanak akhir. Menurut Piaget, masa kanak-kanak akhir berada pada usia 7-12 tahun. Awal mula masa kanak-kanak akhir ini ditandai dengan masuknya anak ke sekolah dasar. Disini anak menjumpai situasi dan lingkungan baru yang membuat mereka harus beradaptasi. Hal tersebut biasanya terjadi pada anak sekolah dasar dengan kelas rendah, dimana mereka masih harus beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Berbeda dengan anak sekolah dasar dengan kelas tinggi yang sudah mampu beradaptasi dan berperilaku mandiri sesuai tugas perkembangannya (Wulandari, 2016).

Maka, dapat disimpulkan bahwa kemandirian pada masa kanak-kanak akhir adalah kemampuan anak usia 7-12 tahun dalam melakukan segala tugasnya sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Terutama pada anak jenjang kelas yang lebih tinggi, anak harus mencapai kemandirian pribadi yaitu dapat menentukan perencanaan diri, mengatasi masalah sendiri, dan mengerjakan tugas-tugasnya sendiri.

2.3.2 Ciri-ciri Kemandirian Anak Usia Sekolah

Ciri khas kemandirian pada anak diantaranya mereka memiliki kecenderungan dan kemampuan dalam memecahkan masalah dari pada berkuat dalam kekhawatiran bila terlibat masalah. Anak yang mandiri tidak takut dalam mengambil resiko karena sudah mempertimbangkan hasil sebelum berbuat. Anak yang mandiri memiliki kontrol yang lebih baik terhadap kehidupannya. Covey dalam (Sa'diyah, 2017) menegaskan bahwa kemandirian memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Secara fisik mampu bekerja sendiri
2. Secara mental dapat berpikir sendiri
3. Secara kreatif mampu mengekspresikan gagasannya dengan cara yang mudah dipahami
4. Secara emosional kegiatan yang dilakukannya dapat dipertanggungjawabkan sendiri.

2.3.3 Kemandirian Anak Usia Sekolah

Menurut Wendy dan Richard (Solahuddin, 2010) tahapan kemandirian anak sekolah dasar meliputi:

1. Bisa mengatur permainannya sendiri
2. Bisa menyelesaikan kegiatan tanpa menunggu pujian dan pengarahan
3. Bisa duduk tenang dan bertahan sampai waktu yang lama tanpa orang tuanya

4. Siap menghabiskan sebgaiian besar harinya tanpa orang tua/pengasuh.

2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Kemandirian Anak Usia Sekolah

Tingkat kemandirian anak juga dipengaruhi oleh empat faktor yang dikemukakan oleh Ali dan Asrori dalam (Suid, dkk, 2017) yaitu:

1. Keturunan orang tua, tingginya tingkat kemandirian dari orang tua seringkali menurun pada anaknya, namun faktor ini masih menjadi pertanyaan karena sebenarnya perilaku mandiri diturunkan oleh orang tua dari cara orang tua mengajarkan dan mendidik anaknya tentang kemandirian.
2. Pola asuh orang tua, cara orang tua mendidik dan mengasuh menjadi faktor yang mempengaruhi tingkat kemandirian anak.
3. Sistem pendidikan, menciptakan kompetensi yang positif dan pemberian penghargaan pada anak penting untuk diterapkan pada sistem pendidikan disekolah agar mempermudah perkembangan kemandirian anak.
4. Sistem kehidupan di masyarakat, membentuk lingkungan masyarakat yang saling menghargai dan menekankan rasa aman juga akan mendorong perkembangan kemandirian.
5. Regulasi diri, mengacu pada diri yang terintegrasikan pada pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana secara siklus diadaptasi untuk mencapai tujuan pribadi.

2.3.5 Dampak Kemandirian Anak Usia Sekolah

Adapun menurut Izzaty dalam (Salina, 2014) mengungkapkan bahwa dampak atau gejala yang tampak pada anak yang memiliki kemandirian yang kurang baik atau tidak mandiri yaitu sebagai berikut:

1. Anak terlihat ragu-ragu dalam melakukan sesuatu, anak selalu bertanya untuk apa yang harus dilakukannya
2. Selalu mencari perhatian
3. Menyenangi kegiatan yang sifatnya berkelompok, namun ia tidak banyak terlibat dan hanya mengandalkan temannya saja
4. Sulit mengambil keputusan, menggantungkan pilihan orang lain atau ikut-ikutan saja.

2.3.6 Bentuk-bentuk Kemandirian

Menurut Steiberg dalam (Desmita, 2019) membagi karakteristik kemandirian atas empat bentuk, yaitu:

1. Kemandirian Emosional, yakni aspek kemandirian yang menyatakan perubahan kedekatan hubungan emosional antar individu, seperti hubungan emosional teman sebaya.
2. Kemandirian Tingkah Laku, yakni suatu kemampuan untuk membuat keputusan-keputusan tanpa tergantung pada orang lain dan melakukannya secara bertanggung jawab

3. Kemandirian Nilai, yakni kemampuan memaknai seperangkat prinsip tentang benar dan salah, tentang apa yang penting dan apa yang tidak penting.
4. Kemandirian Belajar, yakni suatu kemampuan mengendalikan proses pembelajaran dimana siswa insiatif sendiri dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pengalaman pembelajarannya yang diambil dari berbagai sumber belajar.

2.3.7 Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar adalah suatu aktivitas belajar yang dilakukan siswa tanpa bergantung kepada orang lain baik teman maupun gurunya dalam mencapai tujuan belajar yaitu menguasai materi atau pengetahuan dengan baik dengan kesadarannya sendiri siswa dapat mengaplikasikan pengetahuannya dalam menyelesaikan masalah-masalah dalam kehidupan sehari-hari. Dalam kemandirian belajar, siswa dituntut untuk mampu menggali informasi materi pelajaran tidak hanya bersumber dari guru. Artinya bisa dari sumber lain seperti internet. Selain itu, siswa mampu melakukan aktivitas belajar tanpa pengaruh dari orang lain atau teman (Ningsih & Nurrahmah, 2016). Kemandirian belajar yang dimiliki seorang siswa, mendorong siswa tersebut untuk dapat berperilaku tidak bergantung kepada orang lain.

2.3.8 Dimensi Kemandirian Belajar

Song dan Hill (Kumalasari, 2014) sebagaimana dipaparkan sebelumnya mengembangkan dimensi kemandirian belajar mencakup tiga aspek yaitu:

1. *Personal Atribute*, merupakan aspek yang berkenaan dengan motivasi dari pelajar, tanggung jawab untuk pembelajaran, penggunaan sumber belajar, dan strategi belajar. Motivasi belajar merupakan keinginan yang terdapat pada diri seseorang yang merangsang pelajar untuk melakukan kegiatan belajar. Personal atribut mengacu pada motivasi peserta didik untuk mengetahui kemampuan mengambil tanggung jawab untuk mereka belajar. Personal atribut juga mencakup penggunaan sumber daya dan strategi kognitif yang kuat. Personal atribut adalah karakteristik peserta didik membawa ke konteks pembelajaran tertentu misalnya, motivasi intrinsik dan akal bersama-sama dengan pengetahuan mereka sebelumnya dari area konten dan pengalaman sebelumnya dengan konteks pembelajaran. Dalam belajar, sumber belajar yang digunakan siswa tidak terbatas, harus sesuai dengan materi yang dipelajari dan dapat menambah pengetahuan siswa. Sedangkan yang dimaksud dengan strategi belajar disini adalah segala usaha yang dilakukan siswa untuk menguasai materi yang sedang

dipelajari, termasuk usaha yang dilakukan apabila siswa mengalami kesulitan.

2. *Processes*, merupakan aspek yang berkenaan dengan proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa meliputi perencanaan, monitoring, dan evaluasi pembelajaran. Pengalaman pembelajaran guru yang memberikan materi mata pelajaran 100% tidak akan terkontrol kepada siswa yang bertanggung jawab atas proses belajar dalam pengalaman sendirinya. Kegiatan perencanaan meliputi: a) mengelola waktu secara efektif misalnya membuat jadwal belajar, menyusun kalender studi untuk menulis atau menandai tanggal-tanggal penting lainnya, mempersiapkan buku, alat tulis dan peralatan belajar lainnya. b) menentukan prioritas dan menata diri seperti mencari tahu mana yang penting dilakukan terlebih dahulu dan kapan mesti dilakukan.
3. *Learning Context*, berfokus pada faktor lingkungan dan bagaimana faktor-faktor tersebut mempengaruhi tingkat kemandirian siswa. Ada beberapa faktor dalam konteks pembelajaran yang dapat mempengaruhi pengalaman kemandirian belajar siswa. Struktur dan tugas dalam konteks pembelajaran ini misalnya, siswa belajar dengan mengerjakan tugas kelompok. Dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar siswa merupakan suatu bentuk belajar yang memberikan

kesempatan kepada siswa untuk menentukan tujuan belajar, perencanaan belajar, sumber-sumber belajar, mengevaluasi belajar dan menentukan kegiatan belajar sesuai dengan kebutuhannya sendiri. Konteks berfokus pada faktor lingkungan dan bagaimana faktor-faktor tersebut mempengaruhi tingkat diri, arah yang diberikan kepada siswa. Learning context tidak hanya berdampak pada cara siswa merencanakan, memantau, dan mengevaluasi pembelajarannya, tetapi memiliki potensi untuk mempengaruhi bagaimana siswa menjadi termotivasi untuk belajar, bagaimana siswa menggunakan sumber belajar, dan strategi untuk mencapai pembelajaran tersebut.

2.3.9 Penilaian Kemandirian

Adapun alat ukur pada penelitian ini yang dilakukan oleh peneliti mengukur kemandirian yaitu:

Skala kemandirian dalam penelitian diukur yang dijelaskan dan dikembangkan oleh (Song & Hill, 2007) dengan 26 item yang mengukur *personal attribute, processes, dan learning context*.

2.4 Konsep Regulasi Diri

2.4.1 Definisi Regulasi Diri

Menurut Berns dalam (Dewi, 2019) mengemukakan bahwa regulasi diri atau dalam bahasa asing disebut juga *self regulation* adalah kemampuan anak untuk melakukan kontrol terhadap

impuls, perilaku, emosi, dan mengekspresikan perasaannya atau melakukan sesuatu diwaktu, tempat, dan kondisi yang tepat. Dari penjelasan tersebut dapat dipaparkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan individu untuk memfokuskan diri terhadap rencana dan tindakan yang sebaiknya dilakukan dan tidak dilakukan agar tercapai hasil akhir yang diharapkan.

2.4.2 Aspek-aspek Regulasi Diri

Regulasi diri juga berarti resistensi terhadap rangsangan dari lingkungan yang memaksa individu untuk melakukan tindakan positif dan negatif. Jadi ada beberapa aspek yang mendasari regulasi diri pada setiap individu menurut Zimmerman (1989) dalam (Manab, 2016):

1. *Metakognitif*, merupakan kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.
2. Motivasi, merupakan pendorong (*drive*) yang ada pada diri individu yang mencakup persepsi terhadap efikasi diri, kompetensi otonomi yang dimiliki dalam aktivitas belajar. motivasi merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu.

3. Perilaku, merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar (Chairani, 2010).

2.4.3 Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Menurut Feist dalam (Pisani, 2017) menyebutkan ada beberapa faktor yang menyebabkan regulasi diri itu terjadi pada individu, yaitu:

1. Observasi diri, Performa itu harus diperhatikan oleh seseorang dalam observasi diri, walaupun perhatian tersebut belum tentu tuntas dan akurat. Sehingga seseorang harus selektif terhadap beberapa aspek perilakunya. Dengan observasi diri, seseorang akan tahu tentang seberapa besar dan sedikitnya perubahan kemajuan dalam dirinya. Hal ini mencakup nilai kualitas dan kuantitas.
2. Proses Penilaian, akan membantu seseorang dalam meregulasi perilaku seseorang melalui proses mediasi kognitif. Seseorang tidak hanya mampu untuk menyadari dirinya secara selektif, tetapi juga menilai seberapa berharga tindakannya yang dia buat untuk dirinya sendiri. Seseorang bisa membandingkan hasil yang ia peroleh dengan hasil yang diperoleh orang lain dengan standar pribadi, performa rujukan, pemberian nilai pada kegiatan, dan atribusi pada penampilan.

3. Reaksi Diri, manusia memiliki standar performa untuk menilai dirinya. Reaksi diri merupakan respon negative maupun positif terhadap hasil pencapaian. Manusia menciptakan inisiatif tindakannya melalui penguatan diri (*reward*) dan hukuman diri (*punishment*).
4. Standar untuk mengevaluasi perilaku sendiri, standar ini muncul tidak hanya dari dorongan internal, tetapi faktor lingkungan yang berinteraksi dengan pengaruh personal, membentuk standar individual yang digunakan untuk evaluasi. Untuk prinsip dasar, peran orang tua sangat penting dalam mempengaruhi standar personal anak. Pola asuh dan pendidikan yang nantinya akan membentuk kualitas dan potensi anak untuk mengembangkan dirinya. Jadi, ada hubungan sebab akibat dari faktor personal seseorang dengan dorongan dari lingkungan yang memiliki peran.
5. Menyediakan cara untuk mendapatkan penguatan (*reinforcement*), reward akan diberikan setelah menyelesaikan tujuan tertentu. Selain itu, dukungan lingkungan berupa sumbangan materi atau pujian dan dukungan dari orang lain juga diperlukan sebagai bentuk penghargaan kecil yang didapat setelah menyelesaikan sebagian tujuan.
6. Kemandirian, bukan keterampilan yang langsung tiba-tiba anak bisa melakukannya tetapi perlu diajarkan kepada anak sejak

dini agar mereka mampu melakukan kegiatan sehari-hari tanpa harus meminta bantuan kepada orang tua atau orang dewasa lainnya. Apabila anak tidak belajar mandiri dari usia dini maka akan dapat menyebabkan anak menjadi bingung bagaimana harus membantu dirinya sendiri dan menjadi tidak mandiri yang selalu bergantung kepada orang tuanya.

2.4.4 Dampak Regulasi Diri Anak Usia Sekolah

Apabila anak kurang memiliki regulasi diri yang baik akan berdampak sebagai berikut (Qistia et al., 2019):

1. Anak akan cenderung kurang konsisten dalam mencapai tujuan dan keinginan yang ingin dicapai
2. Kurang percaya diri dalam melakukan tindakan-tindakan dan perilakunya pun kurang terarah
3. Anak cenderung pasif pada saat pembelajaran dikelas
4. Cenderung mudah marah atau frustrasi ketika diganggu atau dicegah untuk melakukan sesuatu yang mereka ingin lakukan.

2.4.5 Regulasi Diri Pada Anak Usia Sekolah

Menurut Santrock dalam (Rachmah, 2015) anak yang memiliki regulasi diri menunjukkan berbagai karakteristik sebagai berikut:

1. Mengatur tujuan belajar guna mengembangkan pengetahuan dan meningkatkan motivasi

2. Menyadari hal-hal yang mempengaruhi kondisi emosional dan mempunyai strategi untuk mengatur emosi agar tidak mengganggu kegiatan belajar
3. Memantau kemajuan yang mendekati target belajar secara periodik
4. Memeriksa strategi belajar yang didasarkan pada kemajuan yang dicapai
5. Mengevaluasi rintangan yang mungkin timbul, dan membuat adaptasi yang diperlukan.

2.4.6 Dimensi Regulasi Diri

Menurut Miller dan Brown dalam (Fatmawati, 2018) yang dipaparkan ada beberapa aspek regulasi diri yaitu:

1. *Receiving*, merupakan langkah yang dilakukan individu ketika menerima informasi awal. Informasi awal yang didapatkan selayaknya relevan dan baik. Adanya informasi yang didapatkan membuat individu menghubungkan dengan informasi yang telah didapatkan sebelumnya atau pun hubungan dengan aspek- aspek lainnya. Misalnya pada anak dalam tahap bermain dimana anak akan mendapatkan tantangan dari permainan tersebut serta dapat dinilai apakah anak dapat menyelesaikan dan ini akan berdampak pada regulasi diri anak pada tahapan penerimaan informasi.

2. *Evaluating*, merupakan pengolahan informasi, ketika telah melewati tahap *receiving*. Pada proses *evaluating* terdapat masalah yang didapat, maka individu dapat membandingkan masalah dari lingkungan (eksternal) tersebut dengan pendapat diri pribadi (internal) yang telah didapatkan sebelumnya. *Evaluating* merupakan tahapan penting dalam proses regulasi diri karena dalam tahapan ini individu akan mengumpulkan hasil informasi dan melihat perbedaan pada lingkungan luar yang akan menjadi sumbangan paling besar pada proses tindakan yang akan diambil nantinya.
3. *Searching*, merupakan tahapan pencarian solusi masalah. Pada tahapan *evaluating* individu akan melihat perbedaan antara lingkungan dan pendapat pribadinya, maka individu akan mencari solusi untuk menekan perbedaan masalah tersebut. Pencarian solusi atas masalah yang didapatkan individu sebaiknya mempresepsikan terlebih dahulu masalah tersebut terhadap dirinya kemudian hubungannya dengan orang lain atau lingkungan masyarakat, serta mencari kesulitan yang paling minimal didapatkan ketika melakukan tindakan.
4. *Formulating*, merupakan penetapan tujuan atau rencana yang menjadi target serta memperhitungkan masalah seperti waktu, tempat, media atau pun aspek lainnya yang menjadi pendukung yang dapat mencapai tujuan secara efektif maupun efisien.

Pedoman pada tahapan ini biasanya menggunakan teknologi yang digunakan pendidik untuk memacu regulasi diri siswa untuk lebih maksimal dalam menetapkan tujuan. Penetapan tujuan adalah komponen yang penting dalam tahapan regulasi diri, dalam penetapan tujuan jangka panjang maka ada pula sub bagian yang disebut tujuan jangka pendek yang berguna untuk memantau seberapa besar kemajuan yang berhasil diraih, serta berguna juga untuk menyesuaikan strategi apa yang dapat diterapkan untuk menjadi kunci utama agar dapat meraih keberhasilan yang lebih baik.

5. *Implementing* adalah tahapan pelaksanaan rencana yang telah dirancang sebelumnya. Tindakan yang dilakukan sebaiknya tepat dan mengarah pada tujuan, walaupun dalam sikap cenderung di modifikasi agar tercapai tujuan yang diinginkan. Tujuan yang terlalu tinggi biasanya tidak menjamin pencapaian yang maksimal dikarenakan oleh berbagai faktor yang menjadi penghambat, maka dalam tahapan implementing, individu selayaknya menyadari bahwa kegagalan regulasi diri pada tahapan ini adalah sesuatu yang biasanya terjadi.
6. *Assesing* adalah tahapan akhir untuk mengukur seberapa maksimal rencana dan tindakan yang telah dilakukan pada proses sebelumnya dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Tujuan yang ingin dikelola biasanya mengalami pergeseran

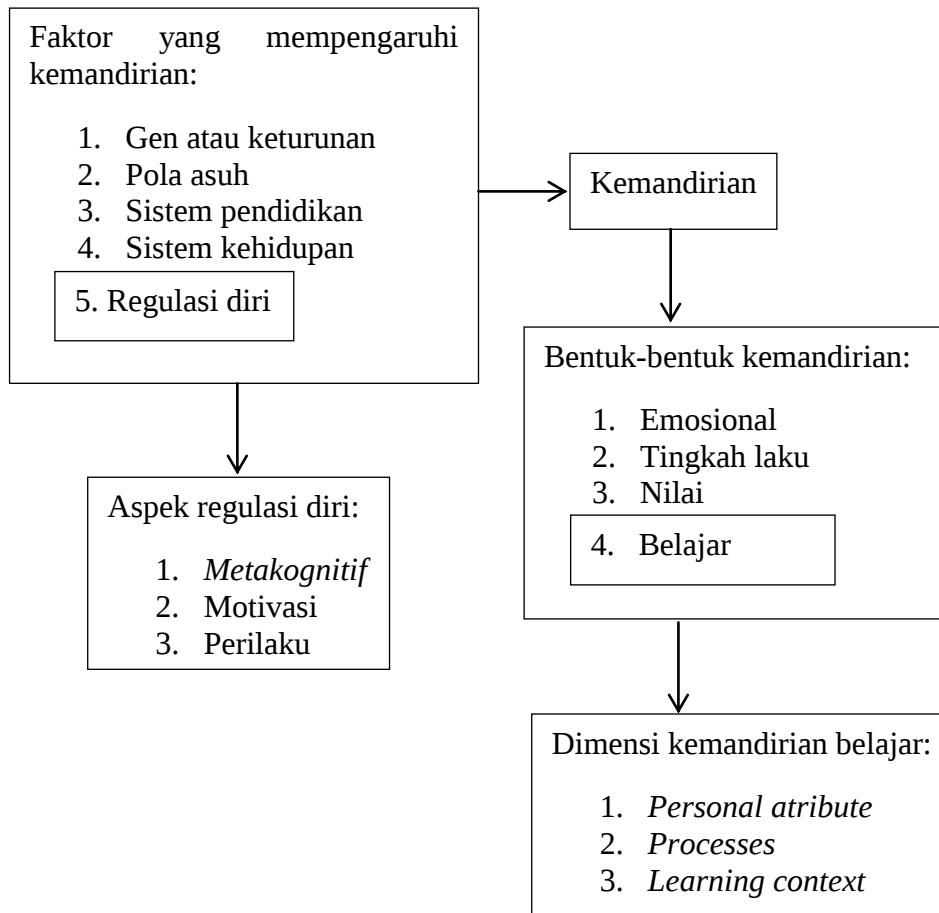
nilai, akan tetapi pergeseran nilai tujuan dapat diatasi dengan lebih memantapkan prioritas tujuan. Penilaian tentang seberapa maksimal tindakan yang dilakukan akan memberikan efek ketika melakukan tindakan selanjutnya, assesing adalah bagian dari proses intropeksi diri individu dan dapat berefek juga pada penilaian diri tentang seberapa besar kontribusi perilaku yang telah dilakukan (Manab, 2016).

2.4.7 Penilaian Regulasi Diri

Variabel regulasi diri diukur dengan menggunakan skala regulasi diri berdasarkan aspek-aspek regulasi diri Zimmerman (1989) yang terdiri dari: *metakognitif*, motivasi, dan perilaku dengan 26 item. Pada penelitian ini diukur dengan indikator dari aspek regulasi diri yang dijelaskan oleh Zimmerman (1989) yaitu: *metakognitif*, motivasi, dan perilaku.

2.5 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual



Sumber: Modifikasi Ali dan Asrori dalam (Suid, 2017) Song dan Hill (2007) Song dan Hill dalam (Kumalasari, 2014) Steiberg dalam (Desmita, 2019) (Zimmerman, 2012)