

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS dengan adiksi media sosial TikTok pada peserta didik di SMP Pasundan 12 Bandung, dapat disimpulkan beberapa hal penting yang menjawab seluruh rumusan masalah, diantaranya sebagai berikut:

1. Gambaran *Self-Regulated Learning* pada peserta didik dalam pembelajaran IPS di SMP Pasundan 12 Bandung berada dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengatur waktu belajar, menetapkan tujuan akademik, dan memantau kemajuan belajar mereka, meskipun belum sepenuhnya optimal. Tingkatan *Self-Regulated Learning* yang berada di kategori sedang juga mengindikasikan bahwa peserta didik belum sepenuhnya mampu menghindari distraksi dari media sosial, termasuk TikTok, yang berpotensi mengganggu fokus dan konsentrasi mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik.
2. Gambaran adiksi media sosial TikTok pada peserta didik di SMP Pasundan 12 Bandung berada dalam kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun peserta didik cukup sering menggunakan TikTok, mereka masih mampu mengontrol penggunaan tersebut hingga tidak sepenuhnya mengganggu aktivitas belajar maupun kehidupan sehari-hari. Namun, penggunaan TikTok yang tidak terkendali dapat berpotensi meningkat menjadi adiksi yang lebih serius jika tidak diimbangi dengan *Self-Regulated Learning* yang baik. Peserta didik dengan kemampuan SRL yang lebih tinggi cenderung mampu membatasi waktu penggunaan media sosial, sedangkan mereka yang

Ressa Risma Yanti, 2025

HUBUNGAN SELF-REGULATED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN IPS DENGAN ADIKSI MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA PESERTA DIDIK DI SMP PASUNDAN 12 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

memiliki *Self-Regulated Learning* rendah lebih rentan mengalami adiksi yang mengganggu proses belajar.

3. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS dengan adiksi media sosial TikTok pada peserta didik di SMP Pasundan 12 Bandung. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0.440 yang menunjukkan bahwa hubungan tersebut berada dalam kategori sedang. Nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) mengindikasikan bahwa hubungan ini signifikan secara statistik. Dengan demikian, semakin tinggi kemampuan *Self-Regulated Learning* peserta didik dalam pembelajaran IPS, semakin rendah tingkat adiksi mereka terhadap media sosial TikTok, dan sebaliknya.
4. Berdasarkan hasil analisis regresi, *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS memberikan kontribusi sebesar 19,36% terhadap adiksi media sosial TikTok pada peserta didik di SMP Pasundan 12 Bandung. Ini berarti bahwa 19,36% variasi adiksi TikTok dapat dijelaskan oleh kemampuan SRL, sedangkan 80,64% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar SRL. Selain itu, hasil persamaan regresi menunjukkan bahwa setiap peningkatan SRL sebesar 1 satuan akan menurunkan adiksi TikTok sebesar 0.492 satuan, dan hubungan ini signifikan dengan nilai signifikansi 0.000.

5.2 Implikasi

Sejalan dengan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, hasil penelitian ini memiliki implikasi terhadap pengembangan kemampuan *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS, khususnya dalam kaitannya dengan adiksi media sosial TikTok pada peserta didik di SMP Pasundan 12 Bandung. Penelitian ini memberikan dampak bagi pengembangan teori dan praktik pendidikan, yang dijelaskan dalam dua kategori, yaitu implikasi teoritis dan implikasi praktis, sebagai berikut:

1. Implikasi Teoritis

Temuan ini menunjukkan bahwa peserta didik dengan *Self-Regulated Learning* yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat adiksi TikTok yang lebih rendah,

sehingga hasil ini memperkuat teori *Self-Regulated Learning* yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989), yang menyatakan bahwa individu dengan kemampuan regulasi diri yang baik mampu mengatur waktu, memantau kemajuan belajar, dan mengevaluasi proses belajarnya. Dalam penelitian ini, kemampuan *Self-Regulated Learning* dalam Pembelajaran IPS berperan penting dalam membantu peserta didik menghindari distraksi selama proses pembelajaran, khususnya dari penggunaan media sosial seperti TikTok. Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan kajian akademik di bidang pendidikan, khususnya mengenai hubungan negatif antara *Self-Regulated Learning* dan adiksi media sosial. Temuan ini memperkaya pemahaman bahwa adiksi media sosial tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti lingkungan sosial, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengatur dirinya sendiri secara efektif.

2. Implikasi Praktis

1) Peserta didik

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Self-Regulated Learning* memiliki peran penting dalam membantu peserta didik mengelola waktu belajar dan mengurangi distraksi dari media sosial TikTok. Dengan kemampuan SRL yang baik, peserta didik dapat membatasi penggunaan media sosial yang berlebihan dan menjaga fokus dalam menyelesaikan tugas akademik, terutama di mata pelajaran IPS. Selain itu, penguatan *Self-Regulated Learning* memungkinkan peserta didik mengembangkan kemandirian belajar dan meningkatkan efektivitas dalam memahami konsep IPS.

2) Bagi Pendidik

Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa pengembangan *Self-Regulated Learning* di kelas menjadi salah satu pendekatan penting dalam mengurangi dampak negatif adiksi media sosial pada peserta didik. Pendidik dapat menerapkan strategi pembelajaran yang mendorong kemandirian belajar khususnya dalam pembelajaran IPS, yang memungkinkan peserta didik terlibat aktif dalam mengatur proses belajar mereka sendiri termasuk dalam mengelola kemungkinan adanya distraksi.

3) SMP Pasundan 12 Bandung

Bagi SMP Pasundan 12 Bandung, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang mendukung *Self-Regulated Learning* dan membatasi penggunaan media sosial di lingkungan sekolah. Penelitian ini juga menjadi dasar untuk mengembangkan kebijakan disiplin digital serta menyelenggarakan program pembinaan yang fokus pada pengembangan keterampilan regulasi diri untuk meningkatkan prestasi akademik peserta didik di mata pelajaran IPS.

4) Dinas Pendidikan Kota Bandung

Hasil penelitian ini dapat memberikan dasar bagi Dinas Pendidikan dalam menyusun kebijakan pendidikan di era digital yang mendorong pengembangan *Self-Regulated Learning* sebagai upaya meminimalkan dampak negatif adiksi media sosial terhadap pembelajaran. Penelitian ini juga berimplikasi pada perlunya program literasi digital yang membekali siswa dan guru dengan keterampilan mengatur diri dalam penggunaan teknologi.

5) Program Studi Pendidikan IPS

Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan kurikulum yang menitikberatkan pada penguatan *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS. Temuan ini juga memperkaya kajian akademik tentang hubungan antara *Self-Regulated Learning* dan adiksi media sosial, yang dapat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan modul pembelajaran berbasis *Self-Regulated Learning*. Selain itu, hasil penelitian ini berperan dalam memperkuat kompetensi calon guru IPS dalam membimbing peserta didik mengatasi distraksi digital di lingkungan pembelajaran.

6) Peneliti Lain

Penelitian ini membuka peluang bagi peneliti lain untuk mengembangkan kajian lebih lanjut mengenai hubungan *Self-Regulated Learning* dan adiksi media sosial dengan memperluas cakupan populasi atau menggunakan metode campuran (*mixed methods*). Penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain, seperti lingkungan keluarga, dukungan sosial, atau motivasi intrinsik, yang berperan dalam memengaruhi hubungan antara SRL dan adiksi media sosial.

7) Peneliti Sendiri

Bagi peneliti sendiri, penelitian ini memberikan wawasan dan pengalaman langsung dalam memahami hubungan antara *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS dan adiksi media sosial TikTok. Penelitian ini juga memperluas pemahaman peneliti tentang pentingnya keterampilan regulasi diri di era digital serta menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pembelajaran di lingkungan berbasis teknologi.

5.3 Rekomendasi

Sejalan dengan yang telah diuraikan dalam implikasi di atas, hasil penelitian ini memberikan beberapa rekomendasi yang berkaitan dengan pengembangan *Self-Regulated Learning* dalam pembelajaran IPS dan upaya mengurangi adiksi media sosial TikTok. Rekomendasi ini ditujukan kepada peserta didik, pendidik, SMP Pasundan 12 Bandung, Dinas Pendidikan Kota Bandung, Program Studi Pendidikan IPS, peneliti lain, dan peneliti sendiri, sebagaimana dijelaskan berikut ini:

1) Peserta Didik

Peserta didik dapat meningkatkan *Self-Regulated Learning* dengan mengatur waktu belajar secara mandiri, memantau kemajuan akademik, dan membatasi penggunaan media sosial TikTok yang berlebihan. Dengan kemampuan *Self-Regulated Learning* yang baik, peserta didik dapat menjaga fokus belajar di mata pelajaran IPS dan meminimalkan gangguan dari media sosial.

2) Pendidik

Pendidik dapat mengintegrasikan strategi pembelajaran berbasis *Self-Regulated Learning* dalam proses pembelajaran IPS untuk mendorong peserta didik dalam mengatur waktu dan tanggung jawab akademik secara mandiri. Selain itu, pendidik juga perlu memberikan bimbingan khusus bagi peserta didik yang menunjukkan tanda-tanda adiksi media sosial agar dapat membentuk kebiasaan belajar yang lebih terkontrol.

3) SMP Pasundan 12 Bandung

SMP Pasundan 12 Bandung dapat menerapkan kebijakan disiplin digital untuk membatasi penggunaan media sosial selama pembelajaran berlangsung. Selain itu, sekolah dapat mengembangkan program pembinaan *Self-Regulated Learning* yang membekali peserta didik dengan keterampilan mengelola waktu dan mengatasi gangguan dari media sosial dalam pembelajaran IPS.

4) Dinas Pendidikan Kota Bandung

Dinas Pendidikan Kota Bandung dapat mengembangkan program literasi digital yang fokus pada peningkatan kemampuan *Self-Regulated Learning* di kalangan peserta didik dan guru. Selain itu, kebijakan pendidikan di era digital dapat menitikberatkan pada pengembangan keterampilan regulasi diri untuk mengurangi dampak negatif adiksi media sosial terhadap hasil belajar.

5) Program Studi Pendidikan IPS

Program Studi Pendidikan IPS dapat mengintegrasikan konsep *Self-Regulated Learning* dalam kurikulum untuk membekali calon guru dengan kemampuan membimbing peserta didik dalam mengelola waktu dan mengatasi distraksi digital. Selain itu, program studi dapat mengembangkan modul pembelajaran berbasis *Self-Regulated Learning* yang sesuai dengan tantangan pembelajaran di era digital.

6) Peneliti Lain

Peneliti lain dapat melakukan penelitian lanjutan dengan memperluas cakupan subjek atau menggunakan metode campuran (*mixed methods*) untuk memperkaya pemahaman mengenai hubungan antara *Self-Regulated Learning* dan adiksi media sosial. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor lain, seperti dukungan sosial atau lingkungan keluarga, yang mungkin memengaruhi hubungan kedua variabel tersebut.

7) Peneliti Sendiri

Peneliti sendiri dapat menjadikan pengalaman dari penelitian ini sebagai landasan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam melakukan penelitian ilmiah, khususnya dalam mengkaji hubungan antara *Self-Regulated Learning* dan adiksi media sosial di lingkungan pendidikan. Melalui penelitian ini, peneliti juga

semakin memahami pentingnya peran *Self-Regulated Learning* dalam mendukung proses pembelajaran IPS, terutama dalam menghadapi tantangan penggunaan media sosial di kalangan peserta didik.