

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan temuan penelitian tentang hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan prestasi akademik siswa, maka dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Regulasi diri dalam belajar siswa kelas XI SMAN 5 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021 secara umum berada pada kategori sedang yang artinya siswa cukup baik dalam mengontrol dan mengatur dirinya sendiri dari kognitif, motivasi serta perilakunya dalam pembelajaran.
- 2) Prestasi akademik sebagian besar siswa kelas XI SMAN 5 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021 berada pada kategori cukup. Artinya, siswa memiliki pengetahuan, keterampilan, serta sikap yang cukup baik selama mengikuti proses pembelajaran pada seluruh mata pelajaran
- 3) Hasil uji korelasi mengenai hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan prestasi akademik siswa kelas XI SMAN 5 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021 menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan prestasi akademik siswa dengan nilai korelasi yang masuk ke dalam kategori rendah.
- 4) Hasil uji kanonikal menunjukkan bahwa, terdapat hubungan antara aspek fase perencanaan, aspek fase kinerja, dan fase refleksi diri dan juga terdapat hubungan antara indikator analisis tugas, indikator keyakinan motivasi diri, indikator kontrol diri, indikator penilaian diri, indikator reaksi diri dengan mata pelajaran Geografi dan Matematika Peminatan.

5.2 Implikasi bagi Bimbingan dan Konseling

Regulasi diri dalam belajar merupakan proses yang penting yang perlu dimiliki siswa dengan kesadaran siswa itu sendiri dan dengan bimbingan eksternal seperti guru bimbingan dan konseling. Dalam penelitian Aksan (2009) ditemukan bahwa siswa yang efisien dalam proses belajar mandiri dan mengetahui kapan dan bagaimana menggunakan pendekatan pembelajarannya, siswa dengan kemampuan mengatur diri yang meningkat memiliki prestasi akademik yang lebih baik.

Siswa yang berhasil dalam hal prestasi akademik mampu melakukan keterampilan pemantauan diri dengan karakteristik seperti evaluasi diri, pemantauan, dan latihan, untuk memastikan pemahaman yang mendalam. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling diharapkan memiliki kesadaran yang lebih besar terhadap masalah kedisiplinan yang berhubungan dengan pembelajaran yang dapat membantu siswa meningkatkan pembelajaran mereka (Gynnild dkk., 2008).

Untuk menerapkan regulasi diri dalam belajar, siswa perlu dihadapkan pada perasaan berharga karena bertanggung jawab atas pembelajaran mereka sendiri. Siswa harus menyadari bahwa belajar adalah tanggung jawab mereka dan mengambil tindakan yang sesuai. Jika siswa menyadari bahwa mereka dapat menilai kemampuan diri mereka sendiri dengan cukup akurat, mereka dapat mengevaluasi diri sendiri secara strategis untuk meningkatkan pembelajaran.

Terkait dengan hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan prestasi akademik, dalam hal ini guru bimbingan dan konseling perlu membantu siswa untuk mengembangkan rencana manajemen waktu yang efektif, memahami nilai rapor, mendiskusikan keterampilan untuk mencapai keberhasilan di sekolah, mengidentifikasi perilaku selama di kelas yang terkait dengan prestasi, dan menetapkan tujuan belajar dan memantau kemajuan. Jika siswa ingin belajar lebih efektif dan efisien, untuk mencapai keberhasilan akademik dan menjadi individu yang produktif serta bertanggung jawab, maka sangat diperlukan peran bimbingan dan konseling (Myrick, 2011).

Guru bimbingan dan konseling perlu memperluas cara mereka mengkonseptualisasikan dinamika konteks pembelajaran dan menemukan cara yang baru untuk mempelajari proses terintegrasi yang membentuk regulasi diri dalam belajar dalam konteks kelas. Tujuan pribadi pada siswa merupakan hal yang penting pada proses adaptasi siswa di dalam kelas (Boekaerts, 2002). Proses pembelajaran yang optimal dapat dilakukan melalui penerapan strategi studi yang mendalam, seperti analisis dan hubungan apa yang telah dipelajari dengan pengetahuan sebelumnya dan elaborasi ringkasan, peta konsep, dan konsep kunci (Jaime dkk., 2020).

Untuk keberhasilan implementasi keterampilan regulasi diri dalam belajar, siswa harus percaya bahwa mereka dapat menerapkan pengetahuan ini dalam berbagai situasi. Guru bimbingan dan konseling juga dapat memberikan layanan untuk meningkatkan keterampilan regulasi diri dalam belajar, seperti menetapkan tujuan, yang dapat membantu siswa mengatur pembelajaran mereka, terlibat dalam pembelajaran dan memperoleh pengetahuan (Bernardić dkk., 2019).

Strategi regulasi diri dalam belajar merupakan proses individu yang disengaja. Siswa dengan keterampilan mengatur diri sendiri adalah siswa yang aktif dalam memilih strategi pembelajaran yang sesuai dengan targetnya dan dalam menggunakan persyaratan strategi tersebut selama proses berlangsung. Schunk & Ertmer (dalam Cheng, 2011) menjelaskan bahwa metode pengaturan diri dapat diajarkan dan ini akan meningkatkan prestasi akademik siswa dan kemandiriannya. Untuk mencapai tujuan ini, guru perlu mengajari pengetahuan dan keterampilan yang akan membantu mereka menjadi pembelajar yang mampu seumur hidup setelah mereka meninggalkan sekolah (Cheng, 2011).

Masalah prestasi dapat muncul ketika siswa tidak menetapkan tujuan, tidak merencanakan bagaimana mencapainya, dan tidak cukup memantau kemajuan mereka menuju tujuan. Masalah tersebut juga dapat muncul ketika siswa berprestasi rendah dan memiliki harapan yang rendah untuk sukses, mencoba untuk melindungi harga diri mereka dengan menghindari kegagalan, menunda-nunda, perfeksionis, menjadi kewalahan oleh kecemasan, atau menjadi tidak tertarik atau terasing dari sekolah.

Terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi masalah regulasi diri dalam belajar yang terkait dengan prestasi akademik siswa diantaranya yaitu dengan meningkatkan persepsi efikasi diri siswa. Siswa perlu diajarkan untuk menetapkan dan berusaha mencapai tujuan yang spesifik, proksimal, dan menantang. Selain itu, memantau kemajuan siswa dan selalu mendukung siswa dengan mengatakan hal-hal seperti "saya tahu anda bisa melakukannya." Kemudian membantu siswa meningkatkan keterampilan dan strategi khusus domain dan tugas siswa dalam memperoleh dan mengatur sendiri

terhadap penggunaan pembelajaran yang efektif dan strategi pemecahan masalah (Santrock, 2011).

Guru bimbingan dan konseling dapat mengidentifikasi siswa yang berisiko tinggi dan mereka dapat memaksimalkan peluang keberhasilan akademis siswa. Meskipun sedikit yang dapat dilakukan dalam hal meningkatkan kemampuan siswa, motivasi siswa dan keterampilan regulasi diri dalam belajar akademik dapat diubah melalui intervensi (Cazan, 2012). Adapun intervensi tersebut dapat dilakukan melalui pendekatan perilaku ke manajemen diri, yang pada akhirnya mencerminkan perpindahan dari perilaku ke kognisi. Meichenbaum (dalam Monique Boekaerts & Corno, 2005) menjelaskan prosedur perilaku kognitif (*cognitive behaviour*) untuk membantu siswa mencapai kesejahteraan (*well-being*) dengan masalah konsentrasi dan kontrol emosi. Secara khusus, intervensi ini difokuskan pada cara untuk mengarahkan dan mempertahankan perhatian dan mengatasi kesulitan siswa (Boekaerts & Corno, 2005).

5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada siswa kelas XI SMAN 5 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021, maka dapat dirumuskan rekomendasi sebagai berikut.

5.3.1 Bagi Bimbingan dan Konseling

- 1) Guru bimbingan dan konseling dapat melakukan asesmen kebutuhan menggunakan instrumen regulasi diri dalam belajar sehingga diketahui regulasi diri dalam belajar dari setiap siswa. Hasil asesmen kebutuhan tersebut dapat digunakan sebagai acuan untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling terutama dalam bidang akademik. Guru bimbingan dan konseling dapat memberikan layanan yang bertujuan agar siswa menyadari perkembangan belajarnya dengan cara mendorong siswa untuk memanfaatkan strategi regulasi diri dalam belajar. Hal ini merupakan langkah yang penting dalam memberikan pemahaman dan untuk mencapai pendidikan yang berkualitas tinggi bagi siswa. Keterampilan belajar yang diatur sendiri sangat penting dalam situasi belajar yang sangat otonom untuk mencapai kesuksesan. Oleh karena itu, sangat penting agar kebiasaan

mengatur diri sendiri dikembangkan melalui latihan. (Anthonysamy dkk., 2020).

- 2) Kolaborasi antara guru bimbingan dan konseling dengan guru bidang studi perlu dilakukan sebagai upaya dalam mengoptimalkan prestasi akademik siswa. Dalam hal ini, guru bidang studi juga perlu menerapkan strategi-strategi yang meningkatkan regulasi diri dalam belajar siswa selama proses pembelajaran. Guru dapat menyesuaikan instruksi dan tugas sekolah untuk memfasilitasi regulasi diri dalam belajar siswa sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan prestasi akademik. Strategi regulasi diri dalam belajar menunjukkan efek yang substansial pada prestasi akademik siswa, oleh karena itu diharapkan agar guru bimbingan dan konseling lebih memperdalam bagaimana menerapkan strategi ini dalam pelajaran mereka untuk meningkatkan kinerja siswa mereka (Ergen & Kanadli, 2017).

5.3.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti regulasi diri dalam belajar menggunakan metode penelitian yang berbeda sehingga data yang diperoleh bisa lebih mendalam dan menghasilkan temuan yang lebih representatif. Kemudian pada variabel prestasi akademik, karena data yang digunakan adalah data arsip, maka peneliti selanjutnya dapat menggunakan teknik pengambilan data lainnya seperti teknik wawancara baik kepada siswa maupun guru di sekolah sehingga informasi yang diperoleh dapat lebih akurat. Selain itu, peneliti diharapkan lebih memperdalam variabel regulasi diri dalam belajar dan variabel-variabel lainnya yang berkontribusi terhadap regulasi diri dalam belajar.