



**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL
DAN EFIKASI DIRI DENGAN *SELF REGULATED
LEARNING* PADA SISWA KELAS VIII DI SMP
NEGERI SE-KECAMATAN MAJENANG
TAHUN AJARAN 2016/2017**

Skripsi

Disusun sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh
Endriati
1301412057
UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2017**

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan (plagiat) dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kaidah yang berlaku.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Negara Republik Indonesia.

Semarang, 1 Maret 2017



Endriati
NIM. 1301412057

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri dengan Self Regulated Learning Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang Tahun Ajaran 2016/2017” telah dipertahankan di hadapan Panitia Ujian Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 1 Maret 2017

Panitia Ujian



Dra. Smita Saraswati, M.Pd., Kons
NIP. 19600605 199903 2 001

Sekretaris

Drs. Suharso, M.Pd., Kons
NIP. 19620220 198710 1 001

Penguji Utama

Sunawan, Ph.D.
NIP. 19780701 200604 1 002

Penguji II

Dra. Ninik Setyowani, M.Pd
NIP. 19611201 198601 1 001

Penguji III

Mulawarman, Ph.D.
NIP. 19771223 200501 1 001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Abu Hurairah ra. berkata Rasulullah saw. bersabda , “ Barangsiapa menempuh jalan untuk menuntut ilmu, maka Allah akan memudahkan jalannya ke surga.”

(H.R Muslim)



Persembahan :

Skripsi ini saya persembahkan kepada :
Almamater Bimbingan dan Konseling, Fakultas
Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang

PRAKATA

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri dengan *Self Regulated Learning* pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri se-Kecamatan Majenang Tahun Ajaran 2016/2017”. Penyusunan skripsi ini dapat selesai dengan baik berkat bimbingan dari Dra. Ninik Setyowani, M.Pd., dan Mulawarman, M.Pd., Ph.D., selaku dosen pembimbing yang memberikan ilmu, motivasi, dan bimbingan selama proses pembuatan skripsi. Skripsi ini diajukan kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri se-Kecamatan Majenang. Penelitian dapat dilaksanakan dengan lancar tanpa ada hambatan yang berarti dan diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional dan efikasi diri siswa maka semakin tinggi *self regulated learning* siswa, dan sebaliknya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Prof. Dr. Fakhrudin, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan izin penelitian.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin penelitian dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi.
4. Dra. Ninik Setyowani, M. Pd., dan Mulawarman, M.Pd., Ph.D., selaku dosen pembimbing yang banyak memberikan ilmu, motivasi, dan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
5. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan motivasi dan ilmu yang bermanfaat yang kelak akan penulis gunakan untuk mengabdikan di masyarakat dan agama.
6. Kepala sekolah, guru BK, karyawan, dan siswa SMP Negeri se-Kecamatan Majenang yang telah membantu pelaksanaan penelitian.
7. Bapak Epi Nurdin, Ibu Safnawati, Kakak Vera Febrianti, Adik Neti Herawati dan Lisnawati Nurdin, serta segenap keluarga lainnya yang telah memberikan segala doa, dukungan, dan kasih sayang yang tiada henti.

8. Vivi Vilasari, Anis Layla, Rizki Nur Angkati, Ela Resti Fitriana, Irfan Sugianto, Iman Khusu, Winda Ayu Winurti, sahabat terbaik yang Allah berikan untuk penulis hingga saat ini.
9. Teman-teman kos Rumah Tilawah 44 Jamila binti Sa'ad yang tak hentinya mendukung, mendoakan, memberikan semangat dan motivasi kepada penulis.
10. Teman-teman Laser (Laskar Erat) 2012 yang selalu memberikan motivasi kepada penulis
11. Teman-teman seperjuangan BK angkatan 2012 yang tak hentinya mendukung dan memberikan semangat kepada penulis.
12. Seluruh pihak yang telah ikut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca serta memberikan kontribusi bagi bimbingan dan konseling.



Semarang, 1 Maret 2017

Penulis

ABSTRAK

Endriati. 2017. Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri dengan *Self Regulated Learning* pada Siswa di SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang Tahun Ajaran 2016/2017. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I : Drs. Ninik Setyowani, M.Pd., dan Pembimbing II : Mulawarman, M.Pd., Ph.D.

Kata Kunci : kecerdasan emosional, efikasi diri, *self regulated learning*

Penelitian ini berdasarkan fenomena yang terjadi di salah satu SMP Negeri di Kecamatan Majenang, berdasarkan hasil DCM yang dibagikan kepada siswa SMP menunjukkan bahwa siswa memiliki kebiasaan belajar yang buruk. Selain itu siswa sering mencontek ketika ujian, mengerjakan PR di sekolah, dan datang ke sekolah terlambat. Faktor yang mempengaruhi diantaranya adalah siswa kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki dan siswa belum mampu mengontrol emosi yang ada pada dirinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning*, hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning*, dan hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP.

Jenis penelitiannya kuantitatif korelasional. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional, efikasi diri dan variabel terikatnya adalah *self regulated learning*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 819 siswa kelas VIII. Teknik sampling yang digunakan adalah *cluster random sampling* sehingga diperoleh jumlah sampel 205 dari 819 siswa. Pengumpulan data menggunakan skala kecerdasan emosional, skala efikasi diri, dan skala *self regulated learning* dengan uji validitas menggunakan rumus *product momen*. Koefisien Validitas skala-skala tersebut adalah: skala kecerdasan emosional .216- .500, skala efikasi diri .145- .645, skala *self regulated learning* .139- .550 dengan nilai *alpha Cronbach* masing-masing variabel koefisien $> 0,7$. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis korelasi sederhana dan korelasi ganda.

Hasil penelitian ini menunjukkan (1) terdapat hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* ($r_{xy} = 0,553$; $p < 0,05$), (2) terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* ($r_{xy} = 0,703$; $p < 0,05$), (3) terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* ($R = 0,783 \geq 0,138$; $p < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning*. Jika kecerdasan emosional dan efikasi diri semakin meningkat, maka *self regulated learning* siswa semakin tinggi. Sedangkan jika kecerdasan emosional dan efikasi diri semakin rendah, maka *self regulated learning* siswa semakin rendah.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PRAKATA	v
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Sistematika Skripsi	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Penelitian Terdahulu	12
2.2 Kajian tentang <i>Self Regulated Learning</i>	14
2.3 Tinjauan tentang Kecerdasan Emosional	19
2.4 Tinjauan tentang Efikasi Diri	26
2.5 Kaitan Teoritik	33
2.6 Kerangka Berpikir	36
2.7 Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
3.1 Jenis Penelitian.....	38
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	39
3.4 Variabel Penelitian	41
3.5 Metode dan Alat Pengumpul Data	43
3.6 Uji Instrumen Penelitian	48
3.7 Teknik Analisis Data.....	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	59
4.1 Hasil Penelitian	59
4.2 Pembahasan.....	68
BAB V PENUTUP.....	75
5.1 Simpulan	75
5.2 Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN.....	81

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar Siswa Kelas VIII SMP Negeri di Kecamatan Majenang	39
Tabel 3.2 Daftar Sampel Siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang.....	40
Tabel 3.3 Penskoran Kategori Pernyataan Skala	44
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Skala <i>Self Regulated Learning</i>	46
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Skala Kecerdasan Emosional	47
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Skala Efikasi Diri	48
Tabel 3.7 Jenjang Kriteria Kecerdasan Emosional	55
Tabel 3.8 Jenjang Kriteria Efikasi Diri	55
Tabel 3.9 Jenjang Kriteria <i>Self Regulated Learning</i>	56
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi <i>Self Regulated Learning</i>	59
Tabel 4.2 Deskripsi Data Indikator Self Regulated Learning	60
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosional	61
Tabel 4.4 Deskripsi Data Indikator Kecerdasan Emosional	62
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Efikasi Diri	62
Tabel 4.6 Deskripsi Data Indikator Efikasi Diri	63
Tabel 4.7 Uji Normalitas dengan Kolmogorov Smirnov	64
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas	65
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi Kecerdasan Emosional dengan <i>Self Regulated Learning</i>	66
Tabel 4.10 Interpretasi Nilai r	66
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi Efikasi Diri dengan <i>Self Regulated Learning</i>	67
Tabel 4.12 Tabel Hasil Uji Korelasi Berganda	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir	36
Gambar 3.2 Rumus <i>Alpha Cronbach</i>	50



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :	Halaman
Lampiran 1 Daftar Nama Responden Uji Coba Instrumen	82
Lampiran 2 Kisi- Kisi Instrumen Uji Coba Skala <i>Self Regulated Learning</i>	83
Lampiran 3 Skala Uji Coba <i>Self Regulated Learning</i>	84
Lampiran 4 Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba Skala Efikasi Diri	87
Lampiran 5 Skala Uji Coba Efikasi Diri	88
Lampiran 6 Kisi-Kisi Instrumen Uji Coba Skala Kecerdasan Emosional	91
Lampiran 7 Skala Uji Coba Kecerdasan Emosional	92
Lampiran 8 Hasil Perhitungan Validitas Uji Coba Skala Kecerdasan Emosional	95
Lampiran 9 Hasil Perhitungan Validitas Uji Coba Skala Efikasi Diri.....	98
Lampiran 10 Hasil Perhitungan Validitas Uji Coba Skala <i>Self Regulated Learning</i>	101
Lampiran 11 Tabulasi Uji Coba Variabel <i>Self Regulated Learnig</i>	104
Lampiran 12 Tabulasi Uji Coba Variabel Kecerdasan Emosional	106
Lampiran 13 Tabulasi Uji Coba Variabel Efikasi Diri	108
Lampiran 14 Daftar Nama Responden Penelitian	110
Lampiran 15 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Skala Efikasi Diri	113
Lampiran 16 Skala Efikasi Diri	114
Lampiran 17 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Skala Kecerdasan Emosional	117
Lampiran 18 Skala Kecerdasan Emosional	118
Lampiran 19 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Skala <i>Self Regulated Learning</i>	121
Lampiran 20 Skala <i>Self Regulated Learning</i>	122
Lampiran 21 Tabulasi Variabel <i>Self Regulated Learning</i>	125
Lampiran 22 Tabulasi Variabel Kecerdasan Emosional	130
Lampiran 23 Tabulasi Variabel Efikasi Diri	136
Lampiran 24 Hasil Perhitungan Analisis Regresi Linier	142

Lampiran 25 Hasil Perhitungan Analisis Regresi Berganda	143
Lampiran 27 Hasil Uji Relabilitas	144
Lampiran 28 Hasil Uji Normalitas	145
Lampiran 29 Hasil Uji Linieritas	146
Lampiran 30 Surat Keterangan Penelitian di SMP Negeri 1 Majenang	147
Lampiran 31 Surat Keterangan Penelitian di SMP Negeri 2 Majenang	148
Lampiran 32 Surat Keterangan Penelitian di SMP Negeri 3 Majenang	149



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Belajar merupakan suatu proses yang akan terus berlangsung selama manusia hidup, tidak ada manusia yang mendapat kesuksesan tanpa melalui proses belajar. Siswa perlu memiliki berbagai strategi dalam belajar agar ia mampu mencapai prestasi yang diharapkan. Oleh karena itu siswa diharapkan mampu menerapkan *self regulated learning* atau meregulasi diri dalam belajar untuk dapat mencapai prestasi yang diharapkan.

Menurut Winne (Santrock, 2007: 296) *self regulated learning* adalah kemampuan untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan, dan perilaku untuk mencapai tujuan. Tujuan ini bisa berupa tujuan akademik (meningkatkan pemahaman dalam membaca, belajar perkalian, mengajukan pertanyaan yang relevan), atau tujuan sosioemosional (mengontrol kemarahan, belajar akrab dengan teman sebaya). Pelajar regulasi diri memiliki karakteristik bertujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi, menyadari keadaan emosi mereka dan punya strategi untuk mengelola emosinya, secara periodik memonitor kemajuan ke arah tujuannya, menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat, dan mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Self regulated learning adalah proses aktif dan konstruktif siswa dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku yang kemudian diarahkan dan didorong oleh tujuan dan mengutamakan konteks lingkungan. Siswa yang memiliki *self regulated learning* tinggi adalah siswa yang secara metakognitif, motivasional, dan behavioral merupakan peserta aktif dalam proses belajar (Adicondro, 2011: 2)

Siswa diharapkan memiliki *self regulated learning* yang tinggi agar siswa mampu mengatur pembelajarannya sendiri sehingga tercapai tujuan belajarnya, apabila siswa memiliki *self regulated learning* yang rendah akan mengakibatkan siswa kesulitan dalam menerima pelajaran di kelas sehingga hasil belajar yang didapatkan tidak optimal.

Menurut Zimmerman dalam Pintrinch (2000:453) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai kemampuan peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya baik secara metakognisi, motivasi dan perilaku dalam proses belajar. Lebih lanjut Zimmerman menjelaskan bahwa siswa yang memiliki *self regulated learning* secara pribadi memulai dan mengarahkan upaya mereka sendiri untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan daripada mengandalkan guru, orang tua, atau agen instruksi lainnya.

Dalam belajar siswa dihadapkan dengan tuntutan tugas dan materi pelajaran yang harus dipahami. Bekal utama yang dibutuhkan siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan tugas adalah memiliki kemampuan dan keterampilan untuk

mengatur kegiatan belajar, mengontrol perilaku belajar, dan mengetahui tujuan, arah, serta sumber-sumber yang mendukung untuk belajarnya.

Menurut Santrock (2007: 74) siswa yang memiliki kemampuan *self regulated learning* menunjukkan karakteristik mengatur tujuan belajar untuk mengembangkan ilmu dan meningkatkan motivasi, dapat mengendalikan emosi sehingga tidak mengganggu kegiatan pembelajaran, memantau secara periodik kemajuan target belajar, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi.

Berdasarkan pengambilan data awal menggunakan DCM (Daftar Cek Masalah) tentang kebiasaan belajar di SMP Negeri 3 Majenang yang dibagikan secara acak di 3 kelas diketahui bahwa sebagian besar siswa masih memiliki kebiasaan belajar yang buruk. Siswa memiliki masalah dalam menerapkan cara belajarnya dengan derajat masalah E. Artinya siswa memiliki masalah dalam kebiasaan belajar yang sangat kurang baik, sehingga ini masuk dalam kategori masalah siswa yang perlu segera diatasi. Diantaranya siswa belajar kalau ada ulangan hal ini menunjukkan bahwa siswa belum mampu mengatur kegiatan belajar yang artinya aspek metakognitif pada siswa masih rendah, sering merasa malas belajar dan sulit memulai untuk belajar. Siswa yang sulit memulai untuk belajar menunjukkan ia tidak memiliki minat dalam belajar sehingga ia malas untuk belajar.

Aspek afeksi dalam *self regulated learning* salah satunya siswa memiliki minat dalam belajar, ketika siswa belum memiliki minat dalam belajar artinya siswa belum mampu menerapkan *self regulated learning*. Menurut guru BK di

sekolah, siswa masih belum mampu belajar dengan baik terlihat dari hasil belajar yang didapatkan, sering mengerjakan PR dan menyalin PR teman serta banyak siswa yang ketahuan mencontek saat ulangan. Ini menunjukkan siswa belum memiliki kesiapan untuk menghadapi ulangan yang menunjukkan siswa belum mampu mengelola emosi dalam pembelajaran, sehingga siswa memilih untuk mencontek dan melihat jawaban teman disekitarnya.

Menurut Winne dalam Santrock (2007: 296) menyebutkan bahwa salah satu karakteristik *self regulated learners* adalah menyadari keadaan emosinya dan memiliki strategi untuk mengelola emosinya. Hal ini menyiratkan bahwa dalam aspek *self regulated learning* terdapat aspek emosi dan motivasi yang melatarbelakanginya. Tentu saja hal ini melibatkan kecerdasan emosional dalam diri siswa yang memiliki kemampuan meregulasi dirinya.

Goleman (2005: 58) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Hal ini berkaitan dengan kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa. Dengan kecerdasan emosional tersebut seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan, dan mengatur suasana hati.

Siswa yang memiliki kecerdasan emosi positif akan mempertimbangkan baik tidaknya dalam mengambil keputusan termasuk dalam kegiatan belajar. Seseorang akan mampu mengendalikan diri untuk menunda kesenangan dengan

mementingkan belajar daripada kegiatan lain, mampu mengatasi hambatan dalam belajar dan memotivasi diri untuk mencapai tujuan.

Sementara itu, *self regulated learning* juga dipengaruhi oleh efikasi diri. Efikasi diri dapat memengaruhi murid dalam memilih suatu tugas, usahanya, ketekunannya, dan prestasinya. Dibandingkan dengan murid yang meragukan kemampuan belajarnya, murid yang merasa mampu menguasai suatu keahlian atau melaksanakan suatu tugas akan lebih siap untuk berpartisipasi, bekerja keras, lebih ulet dalam menghadapi kesulitan, dan mencapai level yang lebih tinggi (Santrock, 2007: 298)

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Usher (2008: 443) siswa yang kurang percaya diri pada kemampuan yang dimiliki akan cenderung menerapkan strategi yang maladaptif dan akan lebih cepat menyerah dalam menghadapi kesulitan. Siswa dengan efikasi diri tinggi memiliki keterampilan yang lebih dalam menerapkan strategi belajar.

Menurut Bandura dalam Santrock (2007: 523) efikasi diri (keyakinan pada diri sendiri) yakni keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan memproduksi hasil positif. Siswa yang efikasi diri tinggi, memiliki keyakinan bahwa aku bisa dalam setiap aktivitas belajarnya. Siswa dengan efikasi diri rendah menghindari banyak tugas belajar, khususnya yang menantang dan sulit, sedangkan dengan level tinggi mau mengerjakan tugas-tugas seperti itu. Murid dengan level efikasi diri tinggi lebih mungkin untuk tekun berusaha menguasai tugas pembelajaran dibandingkan murid yang berlevel rendah

Untuk mencapai prestasi belajar yang baik tentu seorang siswa harus menjadi *self regulated learner* yang baik, siswa mengetahui bagaimana belajar adalah siswa yang memotivasi diri, mengetahui peluang dan keterbatasan, mengontrol dan mengatur proses-proses belajar agar membiasakan diri untuk mencapai tujuan, optimis dan selalu meningkatkan ketrampilan dalam belajar.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Zimmerman (1990) menyatakan bahwa *self regulation* dan motivasi menunjukkan faktor-faktor yang penting. *Self regulation* dipandang sebagai mekanisme untuk menjelaskan perbedaan prestasi antar siswa dan menjadi sarana untuk meningkatkan prestasi. Dalam hal ini berarti *self regulation* dapat meningkatkan prestasi belajar jika siswa menerapkan pembelajaran mandiri atau *self regulation learning* (Pintrinch, 2000:453).

Selain itu, menurut Pekrun, dkk (2002) dalam Latipah (2010: 112) mengkaji bagaimana pengaruh *self regulated learning* terhadap emosi-emosi akademik yang dapat berpengaruh terhadap meningkatnya prestasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa emosi yang dimiliki siswa berpengaruh terhadap *self regulated learning* siswa yang artinya kecerdasan emosional berhubungan dengan *self regulated learning* siswa.

Hasil penelitian Rachmah (2015: 71) menyatakan bahwa siswa yang menerapkan regulasi diri dalam belajar, mereka juga melakukan regulasi emosi yaitu dengan melawan perasaan negatif, memilih tugas yang disenangi terlebih dahulu untuk diselesaikan, meminimalisir hal yang tidak terpengaruh emosi negatif, berusaha agar tidak terpengaruh emosi negatif, menjaga emosi tetap stabil diberbagai situasi dan menahan semua emosi negatif. Hal ini menunjukkan

bahwa siswa tidak hanya menerapkan *self regulated learning* dalam belajar namun juga regulasi emosi, yang artinya keadaan emosi mempengaruhi siswa dalam memilih strategi yang akan dipakai.

Hal ini diperkuat dengan penelitian Pandiangan (2014) tentang *self regulated learning* dengan kecerdasan emosional. Hasil penelitian tersebut membuktikan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning*. Dalam penelitian tersebut *self regulated learning* siswa tergolong tinggi. Hal tersebut terjadi karena siswa yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi mampu memilih strategi belajar yang berbeda untuk setiap mata pelajaran. Strategi tersebut juga berbeda-beda tergantung pada tingkat kesulitan yang berbeda sehingga mampu meningkatkan prestasi akademik siswa tersebut.

Dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa *self regulated learning* mempengaruhi keberhasilan seorang siswa untuk mencapai prestasi yang optimal. Seorang siswa perlu memiliki kemampuan *self regulated learning*, meskipun seorang siswa memiliki tingkat intelegensi dan kepribadian yang baik, lingkungan sekolah dan lingkungan keluarga yang mendukung, namun tanpa ditunjang oleh kemampuan *self regulated learning* maka siswa tersebut tidak akan mampu mencapai prestasi yang optimal.

Saat ini, *self regulated learning* sangat dipentingkan oleh banyak orang. Kompleks permasalahan seperti bergontagantinya pekerjaan (karena banyak ketidaksesuaian), kegagalan siswa dalam meraih prestasi belajar yang gemilang, mahasiswa yang merasa frustrasi dengan tugas-tugas kuliahnya, menuntut

pembelajaran baru yang harus diarahkan sendiri (Martinez-Pons, 2002 dalam Latipah, 2010: 122). Demikian juga pembelajaran saat ini, salah satunya bertujuan untuk memandirikan siswa dalam belajar sehingga pembelajaran tidak bergantung kepada guru di kelas. Namun siswa memiliki strategi untuk belajar dimanapun dengan memanfaatkan sumber belajar yang ada.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penelitian ini dimaksud untuk menguji hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami siswa terkait kecerdasan emosional, efikasi diri, dan *self regulated learning*. Sehingga dapat menjadi acuan dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling di sekolah serta dapat menjadi acuan dalam memilih tindakan pembelajaran yang lebih efektif untuk siswa.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah seperti diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

- 1) Adakah hubungan antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang?
- 2) Adakah hubungan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang?
- 3) Adakah hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah diajukan maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

- 1) Mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang.
- 2) Mengetahui hubungan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang.
- 3) Mengetahui hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan pengayaan teori dalam bidang Bimbingan dan Konseling dan dapat memberikan wawasan kepada mahasiswa maupun civitas akademika utamanya tentang hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa dan implikasinya bagi pengembangan program bimbingan dan konseling.

1.4.2 Praktis

1. Bagi pihak sekolah baik itu guru BK maupun *stakeholder* sekolah yang lain diharapkan dapat memberikan tambahan informasi mengenai diri siswa yang nantinya berguna untuk pengambilan tindakan pembelajaran yang lebih efektif untuk siswa.

2. Bagi *civitas akademika* ataupun orang yang berminat membaca diharapkan dapat memberikan wawasan dan informasi terkait hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning*
3. Bagi mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling dan bagi konselor di sekolah diharapkan dapat memberikan implikasi bagi pengembangan program bimbingan dan konseling.

1.5 Sistematika Skripsi

Sistematika skripsi merupakan garis besar penyusunan skripsi yang memudahkan jalan pemikiran dalam memahami keseluruhan isi skripsi yang berisi :

1.5.1 Bagian Awal Skripsi

Bagian ini berisi tentang halaman judul, abstrak, halaman pengesahan, halaman motto dan persembahan, halaman kata pengantar, daftar isi, daftar tabel dan daftar lampiran.

1.5.2 Bagian Inti

Bab 1 Pendahuluan. Bab ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika skripsi.

Bab 2 Tinjauan Pustaka. Pada bab ini disajikan kajian pustaka yang membahas teori-teori yang melandasi penelitian ini. Beberapa konsep teori yang disajikan pada bab ini mencakup penelitian terdahulu, teori mengenai motivasi belajar, teori mengenai kematangan emosi, teori mengenai keharmonisan keluarga serta hipotesis.

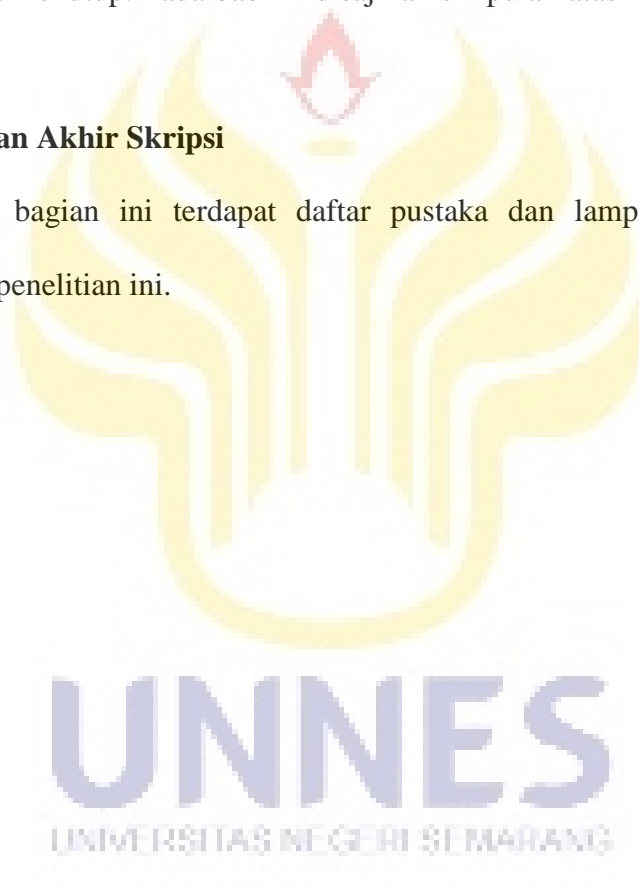
Bab 3 Metode Penelitian. Pada bab ini disajikan metode penelitian yang meliputi: jenis penelitian, variabel penelitian, populasi, sampel, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas, hasil uji instrumen, prosedur penyusunan instrumen serta teknik analisis data.

Bab 4 Hasil Penelitian dan Pembahasan.

Bab 5 Penutup. Pada bab ini disajikan simpulan atas hasil penelitian serta saran-saran.

1.5.3 Bagian Akhir Skripsi

Pada bagian ini terdapat daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung penelitian ini.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka merupakan kajian secara teoritis yang akan dipakai sebagai dasar penelitian. Dalam bab ini akan diuraikan tinjauan pustaka yang mendasari penelitian ini yang meliputi (1) penelitian terdahulu (2) *self regulated learning* (3) kecerdasan emosional (4) efikasi diri (5) hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* dan (6) hipotesis.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi peneliti dan untuk membandingkan antara penelitian yang satu dengan yang lain. Dalam penelitian terdahulu akan diuraikan pokok bahasan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Adicondro (2011: 17) menunjukkan bahwa (1) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan dukungan social keluarga dengan *self regulated learning* (2) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* (3) Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *self regulated learning*

Hasil ini diperkuat oleh Yoenanto (2010: 88) bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara *self regulated learning* dengan efikasi diri pada siswa akselerasi di SMP Negeri di Jawa Timur. Semakin tinggi tingkat *self regulated learning*

maka semakin tinggi pula tingkat efikasi diri. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Mahmudah (2015: 18) menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara kemandirian dengan *self regulated learning* pada siswa di SMP Muhammdiyah 1 Minggir.

Penelitian Arjanggal (2013) menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap belajar berdasar regulasi diri, namun pengaruh pada regulasi strategi belajar tidak ditemukan. Hal ini diperkuat juga oleh penelitian Rachmah (2015) bahwa regulasi diri dalam belajar membuat mahasiswa yang memiliki peran sosial yang lain yaitu sebagai wanita karir dan ibu rumah tangga dapat meraih prestasi akademik yang tinggi.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Pandiangan (2014) menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* pada mahasiswa Sumatera Utara. Sedangkan penelitian Astutik (2012) bahwa tidak ada pengaruh regulasi diri dalam belajar terhadap prestasi belajar matematika baik secara langsung maupun tidak langsung melalui efikasi diri.

Beberapa penelitian terdahulu yang tercantum diatas mengenai kecerdasan emosional, efikasi diri, dan *self regulated learning* mendukung dan memperkuat penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti. Dari penelitian terdahulu dapat diasumsikan bahwa kecerdasan emosional, efikasi diri, dan *self regulated learning* merupakan hal yang sangat penting dan berpengaruh bagi siswa. Berkaitan dengan hal tersebut, peneliti akan meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan

efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap.

2.2 Self Regulated Learning

2.2.1 Pengertian Self Regulated Learning

Self regulated learning terdiri dari dua kata yaitu *self regulated* dan *learning*. *Self regulated* berarti terkelola, sedangkan *learning* adalah pembelajaran. Jadi dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* adalah pengelolaan atau pengaturan diri dalam belajar.

Menurut Bandura (1997: 23) *self regulation* sebagai kemampuan untuk mengontrol perilaku sendiri dan pekerja keras. Bandura mengajukan tiga langkah *self regulation* yaitu observasi diri, keputusan, dan respon diri.

Menurut Pintrich (2000: 453) *self regulated learning* adalah suatu proses konstruktif aktif konstruktif dimana siswa menetapkan tujuan untuk pembelajaran mereka dan kemudian berusaha untuk memonitor, mengatur, dan mengontrol kognisi mereka, motivasi dan perilaku, dibimbing dan dibatasi oleh tujuan mereka dan fitur kontekstual di lingkungan

Menurut Schunk (2005: 85) *self regulated learning* dapat berlangsung apabila peserta didik secara sistematis mengarahkan perilakunya dan kognisinya dengan cara memberi perhatian pada instruksi-instruksi, tugas-tugas, melakukan proses dan menginterpretasikan pengetahuan, mengulang-mengulang informasi untuk mengingatnya serta mengembangkan dan memelihara keyakinan positifnya tentang kemampuan belajar dan mampu mengantisipasi hasil belajarnya.

Menurut Zimmerman (1989: 4) *self regulated learning* adalah kemampuan untuk menjadi partisipan yang aktif secara metakognisi, motivasi, dan perilaku di dalam proses belajar. Secara metakognisi, *self regulated learner* merencanakan, mengorganisasi, mengarahkan diri, memonitor diri, dan mengevaluasi diri pada tingkatan-tingkatan yang berbeda dari apa yang siswa pelajari. Secara motivasi, siswa merasa kompeten, *self efficacious*, dan mandiri (*autonomous*). Secara perilaku (*behaviorly*), siswa memilih, menyusun, dan membuat lingkungan untuk belajar yang optimal

Menurut Mukhid (2008: 239) *self regulated learning* merupakan perpaduan keterampilan (*skill*) dan keinginan (*will*). Pebelajar yang strategis adalah pebelajar yang belajar merencanakan, mengontrol dan mengevaluasi kognitifnya, motivasi/afektif, perilaku dan proses-proses yang kontekstual. Siswa yang mengetahui bagaimana belajar adalah siswa yang memotivasi diri, mengetahui kelebihan dan kelemahan, mengontrol dan mengatur proses-proses belajar agar membiasakan diri pada tujuan tugas dan konteks, beroptimis atas performan dan meningkatkan keterampilan melalui praktek.

2.2.2 Komponen *Self Regulated Learning*

Menurut Reed dalam Mukhid (2008: 228) *self regulated learning* merupakan kegiatan memonitor dan mengontrol belajar diri pebelajar itu sendiri. Pengaturan belajar memiliki beberapa komponen, seperti motivasi, kepercayaan asal (*epistemic*) pebelajar, metakognisi, strategi belajar dan pengetahuan sebelumnya (*prior knowledge*). Motivasi membantu pebelajar mengambil usaha yang diperlukan untuk memonitor dan mengontrol belajar. Kepercayaan epistemik

adalah apa yang pebelajar peraya tentang sifat-sifat belajar (*nature of learning*). Metakognisi adalah berfikir tentang pikiran, yakni kemampuan untuk memahami apa yang perlu dikerjakan dalam suatu keadaan yang diberikan.

Metakognisi membantu pengaturan dengan memberikan pengetahuan tentang strategi belajar yang hendak digunakan. Strategi belajar adalah aktifitas mental yang digunakan siswa ketika belajar untuk membantu diri sendiri dalam memperoleh, mengorganisasi, atau mengingat pengetahuan baru yang lebih efisien.

Pintrinch dalam Arjanggi (2013: 57) menyimpulkan beberapa elemen penting regulasi diri sebagai berikut:

- a. Belajar berdasar regulasi diri merupakan usaha proaktif dan konstruktif yang mana siswa aktif selama proses belajar
- b. Suatu prasyarat untuk belajar berdasar regulasi diri adalah potensi untuk pengendalian. Siswa sanggup untuk memonitor proses belajar, yang mana berfungsi secara berbeda-beda pada masing-masing siswa
- c. Belajar berdasar regulasi diri terdapat tujuan, kriteria, dan standar-standar yang membantu siswa untuk memodifikasi proses belajar yang dibutuhkan
- d. Mediator mempunyai peran penting pada belajar berdasar regulasi diri yaitu mediator menghubungkan antar siswa dan harapan-harapan diluar diri, juga antara aktivitas aktual dan diharapkan

Menurut Winne dalam Zimmerman (2011: 19) self regulated learning mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku.

a. Metakognitif

Metakognitif adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang cara berpikir. Metakognitif merupakan suatu proses penting, karena pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar mampu meningkatkan kinerja kognitifnya kedepan. Menurut Zimmerman dan Pons (1989) metakognitif bagi individu yang melakukan self regulated learning meliputi individu merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri selama proses belajar.

b. Motivasi

Menurut Winne dalam Zimmerman (2011: 20) individu memiliki motivasi instrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu. Individu yang memiliki motivasi tinggi menilai tantangan yang dihadapi akan membuat individu semakin matang.

c. Perilaku

Menurut Winne dalam Zimmerman (2011: 20) perilaku merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku, individu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik

seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

2.2.3 Karakteristik Siswa Self Regulated Learning

Menurut Winne dalam Santrock (2007: 296) karakteristik dari pelajar *self regulated learning* adalah :

- a. Bertujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi
- b. Menyadari emosi mereka dan punya strategi untuk mengelola emosinya
- c. Secara periodic memonitor kemajuan ke arah tujuannya
- d. Mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan

2.2.4 Fase-Fase *Self Regulated Learning*

Menurut Pintrich (2000: 453) proses-proses regulatory dikelompokkan ke dalam empat fase, yaitu perencanaan, monitoring diri, control, dan evaluasi dimana dalam setiap fase aktifitas *self regulation* tersusun ke dalam empat area, yaitu kognitif, motivasional/afektif, behavioral, dan kontekstual.

Fase pertama, proses *self regulating* dimulai dengan perencanaan, dimana aktifitas-aktifitas penting didalamnya seperti serangkain tujuan yang diinginkan atau tujuan khusus yang diminta setelah tugas (penetapan tujuan yang ditargetkan). Bidang kognitif ini adalah aktivitasi/penggerakan atau pengetahuan sebelumnya tentang bahan dan pengetahuan metakognisi (pengakuan kesulitan-kesulitan yang tercakup dalam tugas-tugas yang berbeda, identifikasi pengetahuan dan keterampilan, pengetahuan tentang sumber-sumber dan strategi belajar. Bidang motivasional/afeksi adalah penggerakan kepercayaan motivasi (*self-efficacy*, tujuan, nilai yang diberikan pada tugas, minat pribadi) dan emosi-

emosi. Bidang perilaku (*behavioral*) adalah perencanaan waktu dan usaha untuk tugas-tugas. Sedang bidang kontekstualnya adalah penggerakan persepsi berkenaan dengan tugas dan konteks kelas.

Fase kedua adalah *monitoring diri*, suatu fase yang membantu siswa menjadi sadar atas keadaan kognisi, motivasi, penggunaan waktu dan usaha, betapa pun kondisi dan konteks itu. Aktifitas-aktifitas ini jelas ketika siswa sadar bahwa mereka membaca terlalu cepat untuk jenis teks yang rumit atau pada serangkaian tujuan-tujuan yang mereka miliki (seperti, memahami ide-ide utama), atau ketika mereka secara aktif mengamati pemahaman bacaan mereka sendiri, menanyakan pertanyaan-pertanyaan mereka sendiri untuk melihat apakah mereka telah paham.

Fase ketiga adalah *aktifitas kontrol*, meliputi pemilihan dan penggunaan strategi pengendalian pikiran (penggunaan strategi kognitif dan metakognitif), motivasi dan emosi (strategi motivasional dan strategi kontrol emosi, yang praktis berhubungan dengan pengaturan waktu dan usaha, dan kontrol terhadap bermacam-macam tugas akademik, dan kontrol terhadap suasana dan struktur kelas.

Fase keempat adalah *refleksi* atau *evaluasi*, yang meliputi pertimbangan atau putusan, evaluasi yang berkenaan dengan pelaksanaan tugasnya, membandingkannya dengan kriteria yang ditetapkan (oleh diri pebelajar sendiri atau guru) sebelumnya, atribusi/sifat yang dibuat berkenaan dengan penyebab keberhasilan atau kegagalan, reaksi afektif yang dialami atas hasil, sebagai

konsekuensi atas atribusi yang dibuat, dan pilihan perilaku yang bisa diikuti dalam masa yang akan datang.

2. 3 Kecerdasan Emosional

2.3.1 Pengertian Kecerdasan Emosional

Akar kata emosi adalah *move* dari bahasa latin yang berarti menggerakkan atau bergerak, yang ditambah dengan imbuhan *e* berarti bergerak menjauh yang menyiratkan arti kecenderungan untuk bertindak. Goleman (2004: 7) menyebutkan emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi.

Menurut Cooper (2002: 15) kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosi adalah bahan bakar yang tidak tergantikan bagi otak agar mampu melakukan penalaran yang tinggi, *motus-anima*, jiwa yang menggerakkan individu, kemampuan memotivasi diri tahan terhadap frustrasi, kemampuan mengendalikan dorongan hati serta menjaga dari stress untuk tidak mengganggu proses berfikir (Belferik, 2004: 135).

Individu yang mampu memahami emosi individu lain, dapat bersikap dan mengambil keputusan dengan tepat tanpa menimbulkan dampak yang merugikan kedua belah pihak. Emosi dapat timbul setiap kali individu mendapatkan rangsangan yang dapat mempengaruhi kondisi jiwa dan menimbulkan gejala dari dalam. Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung

keberhasilan dalam berbagai bidang karena pada waktu emosi muncul, individu memiliki energi lebih dan mampu mempengaruhi individu lain.

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam memantau, memahami, dan membedakan emosi yang dihasilkan baik dari diri sendiri maupun dari orang lain sehingga mampu menjalin hubungan yang lebih baik dengan pihak lain dan mampu mengarahkan pola pikir dan perilakunya.

2.3.2 Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (2005: 57) aspek-aspek kecerdasan emosional sebagai berikut:

a) Mengenal emosi diri

Mengenal emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Aspek mengenali emosi diri terjadi dari: kesadaran diri, penilaian diri, dan percaya diri. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai *metamood*, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri.

b) Mengelola emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi

berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan kita

c) Memotivasi diri sendiri

Dalam mengerjakan sesuatu, memotivasi diri sendiri adalah salah satu kunci keberhasilan. Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d) Mengenal emosi orang lain

Kemampuan mengenali emosi orang lain sangat bergantung pada kesadaran diri emosi. Empati merupakan salah satu kemampuan mengenali emosi orang lain, dengan ikut merasakan apa yang dialami oleh orang lain.

e) Membina hubungan dengan orang lain

Kemampuan membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Keterampilan ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang yang dapat membina hubungan dengan orang lain akan sukses dalam bidang apa pun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

2.3.3 Komponen Kecerdasan Emosional

Goleman (1999: 26) mengungkapkan lima dimensi dari kecerdasan emosional yaitu: *self awareness*, *self regulation*, *self motivation*, *social awareness*, dan *social skills* sebagai berikut:

Lima komponen kecerdasan emosional tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pengenalan Diri (Self Awareness)

Pengenalan diri adalah kemampuan seseorang untuk mengetahui perasaan dalam dirinya dan digunakan untuk membuat keputusan bagi diri sendiri, memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan memiliki kepercayaan diri yang kuat. Unsur-unsur kesadaran diri, yaitu:

- a. Kesadaran emosi (*emosional awareness*), yaitu mengenali emosinya sendiri dan efeknya.
- b. Penilaian diri secara teliti (*accurate self awareness*), yaitu mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri.
- c. Percaya diri (*self confidence*), yaitu keyakinan tentang harga diri dan kemampuan sendiri.

2. Pengendalian Diri (Self Regulation)

Pengendalian diri adalah kemampuan menangani emosi diri sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati, sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, dan mampu segera pulih dari tekanan emosi. Unsur-unsur pengendalian diri, yaitu:

- a. Kendali diri (*self-control*), yaitu mengelola emosi dan desakan hati yang merusak.
- b. Sifat dapat dipercaya (*trustworthiness*), yaitu memelihara norma kejujuran dan integritas.
- c. Kehati-hatian (*conscientiousness*), yaitu bertanggung jawab atas kinerja pribadi.

- d. Adaptabilitas (*adaptability*), yaitu keluwesan dalam menghadapi perubahan.
- e. Inovasi (*innovation*), yaitu mudah menerima dan terbuka terhadap gagasan, pendekatan, dan informasi-informasi baru.

3. Motivasi (Motivation)

Motivasi adalah kemampuan menggunakan hasrat agar setiap saat dapat membangkitkan semangat dan tenaga untuk mencapai keadaan yang lebih baik, serta mampu mengambil inisiatif dan bertindak secara efektif. Unsur-unsur motivasi, yaitu:

- a. Dorongan prestasi (*achievement drive*), yaitu dorongan untuk menjadi lebih baik atau memenuhi standar keberhasilan.
- b. Komitmen (*commitmen*), yaitu menyesuaikan diri dengan sasaran kelompok atau lembaga.
- c. Inisiatif (*initiative*), yaitu kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan.
- d. Optimisme (*optimisme*), yaitu kegigihan dalam memperjuangkan sasaran kendati ada halangan dan kegagalan.

4. Empati (Emphaty)

Empati adalah kemampuan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

Mampu memahami perspektif orang lain dan menimbulkan hubungan saling percaya, serta mampu menyelaraskan diri dengan berbagai tipe individu.

Unsur-unsur empati, yaitu:

- a. Memahami orang lain (*understanding others*), yaitu mengindra perasaan dan perspektif orang lain dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan mereka.
 - b. Mengembangkan orang lain (*developing other*), yaitu merasakan kebutuhan perkembangan orang lain dan berusaha menumbuhkan kemampuan orang lain.
 - c. Orientasi pelayanan (*service orientation*), yaitu mengantisipasi, mengenali, dan berusaha memenuhi kebutuhan pelanggan.
 - d. Memanfaatkan keragaman (*leveraging diversity*), yaitu menumbuhkan peluang melalui pergaulan dengan bermacam-macam orang.
 - e. Kesadaran politis (*political awareness*), yaitu mampu membaca arus-arus emisi sebuah kelompok dan hubungannya dengan perasaan.
5. Keterampilan Sosial (Social Skills)

Ketrampilan sosial adalah kemampuan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, bisa mempengaruhi, memimpin, bermusyawarah, menyelesaikan perselisihan, dan bekerjasama dalam tim.

Unsur-unsur ketrampilan sosial, yaitu:

- a. Pengaruh (*influence*), yaitu memiliki taktik untuk melakukan persuasi.
- b. Komunikasi (*communication*), yaitu mengirim pesan yang jelas dan meyakinkan.
- c. Manajemen konflik (*conflict management*), yaitu negosiasi dan pemecahan silang pendapat.

- d. Kepemimpinan (*leadership*), yaitu membangkitkan inspirasi dan memandu kelompok dan orang lain.
- e. Katalisator perubahan (*change catalyst*), yaitu memulai dan mengelola perusahaan.
- f. Membangun hubungan (*building bond*), yaitu menumbuhkan hubungan yang bermanfaat.
- g. Kolaborasi dan kooperasi (*collaboration and cooperation*), yaitu kerjasama dengan orang lain demi tujuan bersama.
- h. Kemampuan tim (*tim capabilities*), yaitu menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.

2.4 Efikasi diri

2.4.1 Pengertian Efikasi diri

Konsep efikasi diri merupakan inti dari teori social cognitive yang dikemukakan oleh Albert Bandura yang menekankan peran belajar observasional, pengalaman social, dan determinisme timbal balik dalam pengembangan kepribadian. Menurut Bandura (1997: 42) efikasi diri adalah keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan diperoleh dari kerja kerasnya mempengaruhi cara mereka berperilaku.

Efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau self knowledge yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini disebabkan efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan termasuk didalamnya perkiraan berbagai kejadian yang akan dihadapi. Efikasi diri yakni

keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Bandura dalam (Santrock 2007:286) mengatakan bahwa efikasi diri berpengaruh besar terhadap perilaku.

Selanjutnya Alwisol (2009: 287) menyatakan bahwa efikasi diri adalah penilaian, apakah dapat melakukan tindakan yang baik dan buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak mengerjakan sesuai dengan dipersyaratkan.

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merupakan keyakinan atau kepercayaan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi, sehingga mampu mengatasi rintangan dan mencapai tujuan yang diharapkan.

2.4.2 Aspek-aspek Efikasi diri

Menurut Bandura (1997: 42) efikasi diri pada setiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi yaitu:

a. *Tingkat (Level/ Magnitude)*

Dimensi ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Apabila individu dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitannya, maka efikasi diri individu mungkin akan terbatas pada tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. Dimensi ini memiliki implikasi terhadap pemilihan tingkah laku yang dirasa mampu dilakukannya dan

menghindari tingkah laku yang berada di luar batas kemampuan yang dirasakannya.

b. Kekuatan (*Strength*)

Dimensi ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Pengharapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, pengharapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya. Meskipun mungkin ditemukan pengalaman yang kurang menunjang. Dimensi ini biasanya berkaitan langsung dengan dimensi level, yaitu makin tinggi level taraf kesulitan tugas, makin lemah keyakinan yang dirasakan untuk menyelesaikannya.

c. Generalisasi (*Generality*)

Dimensi ini menjelaskan keyakinan individu untuk menyelesaikan tugas-tugas dengan tuntas dan baik. Setiap individu memiliki keyakinan yang berbeda-beda sesuai dengan tugas-tugas yang berbeda pula. Ruang lingkup tugas-tugas yang dilakukan bisa berbeda dan tergantung dari persamaan derajat aktivitas, kemampuan yang diekspresikan dalam hal tingkah laku, pemikiran dan emosi, kualitas dari situasi yang ditampilkan dan sifat individu dalam tingkah laku secara langsung ketika menyelesaikan tugas. Individu dapat merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Apakah terbatas pada suatu aktivitas dan situasi tertentu atau pada serangkaian aktivitas dan situasi yang bervariasi.

2.4.3 Sumber-Sumber Terbentuknya Efikasi Diri

Menurut Bandura (1997: 3) efikasi diri dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat hal :

a. Pengalaman Menguasai Sesuatu (Mastery Experience)

Pengalaman menguasai sesuatu yaitu performa masa lalu. Secara umum performa yang berhasil akan menaikkan efikasi diri individu, sedangkan pengalaman pada kegagalan akan menurunkan. Setelah efikasi diri kuat dan berkembang melalui serangkaian keberhasilan, dampak negatif dari kegagalan-kegagalan yang umum akan berkurang secara sendirinya. Bahkan kegagalan-kegagalan tersebut dapat diatasi dengan memperkuat motivasi diri apabila seseorang menemukan hambatan yang tersulit melalui usaha yang terus menerus.

b. Modeling Sosial

Pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding dalam mengerjakan suatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu dalam mengerjakan tugas yang sama. Begitu pula sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu akan mengurangi usaha yang dilakukannya.

c. Persuasi Sosial

Individu diarahkan berdasarkan saran, nasihat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki dapat membantu tercapainya tujuan yang diinginkan. Individu

yang diyakinkan secara verbal cenderung akan berusaha lebih keras untuk mencapai suatu keberhasilan. Namun pengaruh persuasi tidaklah terlalu besar, dikarenakan tidak memberikan pengalaman yang dapat langsung dialami atau diamati individu. Pada kondisi tertekan dan kegagalan yang terus menerus akan menurunkan kapasitas pengaruh sugesti dan lenyap disaat mengalami kegagalan yang tidak menyenangkan.

d. Kondisi Fisik dan Emosional

Emosi yang kuat biasanya akan menguasai performa, saat seseorang mengalami ketakutan yang kuat, kecemasan akut, atau tingkat stres yang tinggi, kemungkinan akan mempunyai ekspektasi efikasi yang rendah.

2.4.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Bandura (1997: 82) menyatakan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi efikasi diri pada individu antara lain :

a. Budaya

Budaya mempengaruhi efikasi diri melalui nilai (*values*), kepercayaan (*belief*). Dan proses pengaturan diri (*self-regulatory process*) yang berfungsi sebagai sumber penilaian efikasi diri dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan efikasi diri.

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin juga berpengaruh terhadap efikasi diri. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Bandura (1997) yang menyatakan bahwa wanita efikasi diri lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga juga sebagai wanita karir akan memiliki

efikasi diri yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja. Pada penelitian yang lainnya pada beberapa bidang pekerjaan tertentu pria memiliki efikasi diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita, begitu juga sebaliknya efikasi diri wanita unggul dalam beberapa pekerjaan dibandingkan dengan pria. Pria biasanya memiliki efikasi diri yang tinggi dengan pekerjaan yang menuntut keterampilan teknis matematis.

c. Sifat dari tugas yang dihadapi

Derajat kompleksitas dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri. Semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya. Sebaliknya, jika individu dihadapkan pada tugas yang mudah dan sederhana maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.

d. Insentif eksternal

Faktor lain yang dapat mempengaruhi efikasi diri individu adalah insentif yang diperolehnya. Bandura menyatakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan efikasi diri adalah *competent contingens incentive*, yaitu insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang.

e. Status atau peran individu dalam lingkungan

Individu akan memiliki status yang lebih tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga efikasi diri yang dimilikinya juga tinggi.

Sedangkan individu yang memiliki status yang lebih rendah akan memiliki kontrol yang lebih kecil sehingga efikasi diri yang dimilikinya juga rendah

f. Informasi tentang kemampuan diri

Individu akan memiliki efikasi diri tinggi, jika ia memperoleh informasi positif mengenai dirinya, sementara individu akan memiliki efikasi diri yang rendah, jika ia memperoleh informasi negatif mengenai dirinya.

2.4.5 Strategi Meningkatkan Efikasi Diri Siswa

Menurut Stipek (1996, 2002) dalam Santrock (2007: 525) terdapat beberapa strategi untuk meningkatkan efikasi diri siswa :

- a. Ajarkan strategi spesifik. Ajari siswa strategi, seperti menyusun garis besar dan ringkasan, yang dapat meningkatkan kemampuan mereka untuk fokus pada tugas mereka.
- b. Bimbing siswa dalam menentukan tujuan. Bantu mereka membuat tujuan jangka pendek setelah mereka membuat tujuan jangka panjang. Tujuan jangka pendek terutama membantu siswa untuk menilai kemajuan mereka.
- c. Pertimbangkan *mastery*. Beri imbalan pada kinerja murid, imbalan yang mengisyaratkan penghargaan penguasaan atas materi, bukan imbalan hanya karena melakukan tugas.
- d. Kombinasikan strategi *training* dengan tujuan. Kombinasi strategi training dan penentuan tujuan dapat memperkuat keahlian dan efikasi diri siswa. Beri umpan balik pada siswa tentang bagaimana strategi belajar mereka berhubungan dengan kinerja mereka.
- e. Sediakan dukungan bagi siswa. Dukungan positif dapat berasal dari guru, orang tua, dan teman sebaya. Terkadang guru cukup berkata kepada siswa “Kamu bisa melakukan ini.”
- f. Pastikan agar murid tidak terlalu semangat atau tidak terlalu cemas. Jika murid terlalu takut dan meragukan prestasi mereka maka rasa percaya diri mereka bisa hilang.
- g. Beri contoh positif dengan orang dewasa dan teman. Karakteristik tertentu dari model atau teladan ini bisa membantu murid mengembangkan efikasi diri mereka. Misalnya, murid yang melihat guru dan temannya mengatasi dan menguasai tantangan secara efektif seringkali akan mengadopsi perilaku dari guru dan temannya itu. Modelling amat efektif dalam meningkatkan efikasi diri apabila murid melihat teman yang sukses adalah teman yang kemampuannya sama dengan dirinya.

2.4 Kaitan Teoritik Kecerdasan Emosional dan Efikasi diri dengan *Self Regulated Learning*

Self regulated learning menunjuk kepada belajar yang sebagian besar terjadi dari pikiran, perasaan, strategi, dan perilaku yang dihasilkan pembelajar sendiri yang ditujukan untuk mencapai tujuan.

Menurut Mukhid (2008: 239) *self-regulated learning* merupakan perpaduan keterampilan (*skill*) dan keinginan (*will*). Siswa yang strategis adalah siswa yang belajar merencanakan, mengontrol dan mengevaluasi kognitifnya, motivasi/afektif, perilaku dan proses-proses yang kontekstual. Siswa yang mengetahui bagaimana belajar adalah siswa yang memotivasi diri, mengetahui kemungkinan dan keterbatasannya, mengontrol dan mengatur proses-proses belajar agar membiasakan diri pada tujuan tugas dan konteks, beroptimis atas performan dan meningkatkan ketrampilan melalui praktek.

Menurut Pintrich dan Zimmerman dalam Santrock (2007: 298) perkembangan regulasi diri dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya modelling dan efikasi diri. Menurut Bandura (1997: 42) efikasi diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan.

Efikasi diri dapat mempengaruhi murid dalam memilih suatu tugas, usahanya, ketekunannya, dan prestasinya dibandingkan dengan murid yang meragukan kemampuan belajarnya. Murid yang merasa mampu menguasai suatu keahlian atau melaksanakan suatu tugas akan lebih siap untuk berpartisipasi, bekerja keras, lebih ulet dalam menghadapi kesulitan, dan mencapai level yang

lebih tinggi. Dari uraian diatas menunjukkan individu dengan efikasi diri yang tinggi percaya pada kemampuan sendiri untuk menyelesaikan tugas, menemukan jawaban yang benar, mencapai tujuan, dan mampu mengungguli teman-temannya. Ketika individu memiliki atau memelihara efikasi diri dalam pelajaran atau keterampilan tertentu, maka proses regulasi diri tercipta.

Menurut Mukhid (2008: 239) salah satu ciri siswa yang mengatur diri pada belajarnya adalah kontrol terhadap motivasi dan emosi mereka. Di samping itu, siswa mengorientasikan pada tujuan prestasi (*achievement*) yang memperlihatkan motivasi, kognitif dan pola perilaku yang mencerminkan belajar dan performan. Menurut Winne dalam Santrock (2007: 296) mengatakan bahwa salah satu karakteristik siswa dengan regulasi diri adalah menyadari keadaan emosi dan memiliki strategi untuk mengelola emosinya.

Siswa mampu mengatur dan mengelola emosi dalam berbagai aktivitas dalam pembelajaran. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecerdasan emosional dan *self regulated learning*. Menurut Cooper (2002: 15) kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi.

Individu yang mampu memahami emosi individu lain, dapat bersikap dan mengambil keputusan dengan tepat tanpa menimbulkan dampak yang merugikan kedua belah pihak. Emosi dapat timbul setiap kali individu mendapatkan rangsangan yang dapat mempengaruhi kondisi jiwa dan menimbulkan gejala dari dalam. Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung

keberhasilan dalam berbagai bidang karena pada waktu emosi muncul, individu memiliki energi lebih dan mampu mempengaruhi individu lain.

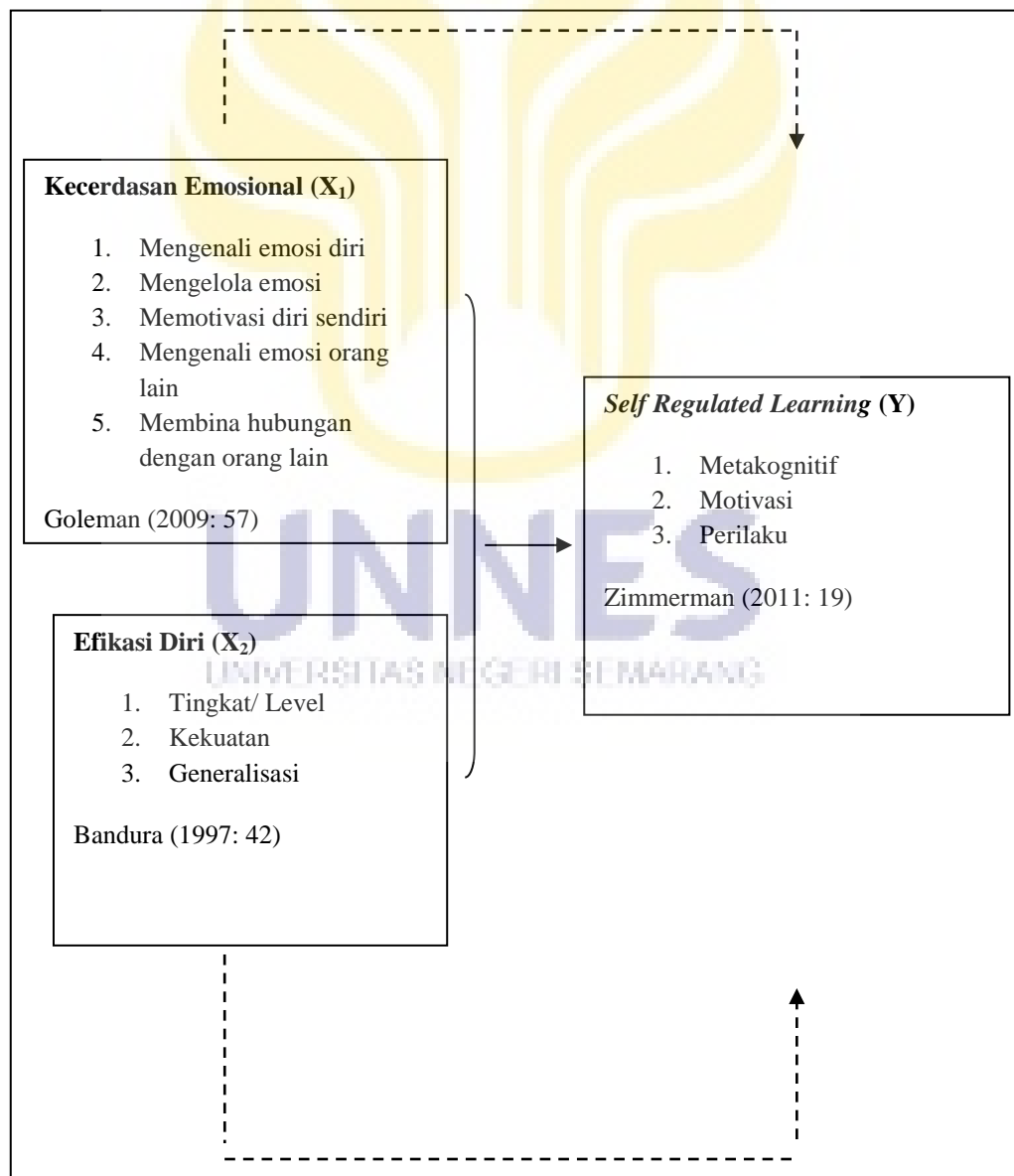
Dengan adanya kecerdasan emosional dan efikasi diri yang tinggi maka diharapkan siswa dapat menerapkan *self regulated learning* dalam aktifitas belajar sehari-hari, serta mampu mengontrol perilaku siswa untuk tidak melanggar peraturan yang ada saat ulangan atau ujian sedang berlangsung



2.6 Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian mengenai hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa di atas diharapkan bahwa ada hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang. Untuk lebih jelasnya alur pemikiran di atas dapat dilihat pada gambar 2.1.

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir



2.7 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan landasan teori mengenai Hubungan Kecerdasan Emosional dan Efikasi diri terhadap *Self Regulated Learning* maka hipotesis dari penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang
2. Ada hubungan positif antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang
3. Ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan bab sebelumnya mengenai hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang tahun ajaran 2016/2017, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang tahun ajaran 2016/2017. Dengan demikian semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi *self regulated learning* pada siswa.
2. Ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang tahun ajaran 2016/2017. Dengan demikian semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi *self regulated learning* pada siswa.
3. Ada hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang tahun ajaran 2016/2017. Dengan demikian semakin tinggi kecerdasan emosional dan efikasi diri maka semakin tinggi *self regulated learning* pada siswa.

5.2 Saran

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning* pada siswa kelas VIII SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang tahun ajaran 2016/2017. Sehingga berdasarkan hasil tersebut peneliti menyampaikan beberapa saran untuk pihak-pihak terkait dalam penelitian, berikut saran yang diajukan:

1. Bagi Guru BK

Bagi guru Bimbingan dan Konseling, diharapkan dapat memberikan layanan klasikal atau bimbingan kelompok yang berhubungan dengan *self regulated learning* untuk meningkatkan regulasi diri siswa dalam belajar agar siswa mampu mengatur dan menggunakan strateginya dalam belajar. Aspek dalam *self regulated learning* yang perlu ditingkatkan berupa metakognisi, afeksi atau motivasi dan perilaku. Selain itu guru BK dapat meningkatkan kemampuan siswa khususnya pada aspek kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan layanan klasikal atau bimbingan kelompok.

2. Bagi Peneliti Berikutnya

Bagi peneliti yang tertarik untuk melakukan pengembangan penelitian mengenai hubungan kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan *self regulated learning*, maka dapat mengkaji lebih dalam aspek-aspek yang mempengaruhi *self regulated learning* seperti aspek motivasi dan tujuan. Selain itu diharapkan penelitian tidak hanya terhenti untuk mengetahui

hubungan antar variabel, akan tetapi dilanjutkan dengan pemberian treatment atau dikembangkan menjadi penelitian eksperimen.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Adicondro, Nobelina dan Alfi Purnamasari. 2011. *Efikasi diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning*. Vol.III No.1 Januari 2011. UAD
- Arjanggi, Ruseno dan Erni Agustina Setiowati. 2013. *Meningkatkan Belajar berdasar Regulasi Diri melalui Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw*. Vol. XVII No.1. Hal 55-63. Unisula
- Azwar, Syaifuddin. 2015. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bandura, Albert. 1997. *Self-efficacy in Changing Societies*. Cambridge: University Press
- Budi, T. P. 2006. *SPSS 13.00 Terapan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Cahyono, Edy dan Sri Mulyani. 2014. *Panduan Penulisan Skripsi, Tugas Akhir, dan Artikel Ilmiah*. Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam: Unnes
- Cooper, Robert. K & Ayman Sawaf. 2002. *Executive EQ Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, Daniel. 1999. *Working With Emotional Intelligence*. London: Bloomsbury Publishing Plc
- Goleman, Daniel. 2005. *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional)*. Penerjemah: T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Ghozali, Imam. 2011. *Aplikasi Analisis Multivariate Program SPSS*. Semarang: Universitas Diponegoro
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Statistik*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Latipah, Eva. 2010. Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*. Vol 37. No.1. Hal. 110-129
- Mahmudah, Septiana Indah. 2015. *Hubungan antara Kemandirian dengan Self Regulated Learning pada Siswa SMP Muhammadiyah Minggir*. Skripsi. Uin Sunan Kalijaga

- Montalvo, F.T dan M.C.G Torres. 2004. Self-Regulated Learning: Current and Future Direction. *Journal of research in Educational Psychologist*. 2(1), 1-34
- Mukhid, Abd. 2008. Strategi Self-Regulated Learning Perspektif Teoritik. *Jurnal Psikologi*. Vol.3. No.2. Hal 222-239
- Pandiangan, Putri Ratnaiskana. 2014. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara. *Skripsi: Universitas Sumatera Utara*
- Pintrich, P.R., & De Groot, E.F. 1990. Motivational and self regulated learning component of classroom academic performance. *Journal of Educational Psychology*, 90 (4), 715-729.
- Pintrich, P. 2000. Multiple goals, multiple pathways: The role of goal orientation in learning and achievement. *Journal of Educational Psychology*, Vol 92, Hal 544-555
- Rachmah, Dwi Nur. 2015. *Regulasi Diri dalam Belajar pada Mahasiswa yang Memiliki Peran Banyak*. Vol. 42. No.1 April. Universitas Lambung Mangkurat
- Santrock, J. W. 2007. *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta: Prenada Media Group
- Sarjono, Haryadi dan Winda Julianita. 2013. *SPSS vs LISREL Sebuah Pengantar, Aplikasi Untuk Riset*. Jakarta: Salemba Empat
- Schunk, Dale H. 2005. Self-Regulated Learning: The Educational Legacy of Paul R. Pintrich. Vol.40. No. 2. Hal. 85-94. *Educational Psychologist*
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Usher, Ellen L dan Frank Pajares. 2008. Self –Efficacy for Self-Regulated Learning. Vol 68. No. 3. Hal 443-463. *Educational and Psychological Measurement*
- Yoenanto, Nono Hery. 2010. Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Self Efficacy pada Siswa Akselerasi Sekolah Menengah Pertama di Jawa Timur. Vol.2 No.2 Agustus 2010. UNAIR
- Zimmerman, Barry J. 1989. A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning.. No. 3. Vol. 81. Hal. 329–339. *Journal of Educational Psychology*

Zimmerman, B.J.1990. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. Vol. 25. No. 1. Hal. 3-17. *Educational Psychologist*

Zimmerman, B.J., dan Dale H Schunk. 2011. *Handbook of Self Regulation of Learning and Performance*. New York and London: Routledge



Lampiran 31

Surat Keterangan Penelitian di SMP Negeri 3 Majenang



PEMERINTAH KABUPATEN CILACAP
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 3 MAJENANG

Jalan : Benda Nomor 21 Telp. (0280) 623 158 Majenang 53257
Email : smpntigamajenang@yahoo.co.id
Web.: smp3majenang.tk

SURAT KETERANGAN

Nomor : 423.4/006/2017

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 3 Majenang Kabupaten Cilacap menerangkan bahwa :

Nama : **ENDRIATI**
Tempat tanggal lahir : Brebes, 14 Juli 1994
NIM/NIDN : 1301412057
Program Studi : Bimbingan Konseling
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Semarang
Alamat Rumah : Desa Sindangsari RT 07 RW 04 Kecamatan Majenang
Kabupaten Cilacap


Bahwa nama tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian/Survei sejak tanggal 25 s.d 26 November 2016 untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul "**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN EFIKASI DIRI DENGAN SCLF REGULATED LEARNING PADA SISWA SMP NEGERI SE - KECAMATAN MAJENANG**" di SMP Negeri 3 Majenang Kabupaten Cilacap.

Menurut pengalaman kami, yang bersangkutan dinilai baik dalam melaksanakan kegiatan tersebut serta memberikan kontribusi positif bagi sekolah kami.

Demikian surat keterangan ini, kami buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Majenang, 9 Januari 2017

Kepala Sekolah


H. NANA SURYANA, S.Pd, M.Pd
 NIP. 19610226 198403 1 004