

**PELATIHAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING*  
UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR**

(Penelitian pada siswa kelas VIII D SMP N 3 Mertoyudan, Magelang)

**SKRIPSI**



Oleh:  
Dwi Anif Asnan  
NPM. 13.0301.0023

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN  
KONSELING FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU  
PENDIDIKAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
MAGELANG**

**2018**

**PELATIHAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING*  
UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR**

(Penelitian pada siswa kelas VIII D SMP N 3 Mertoyudan, Magelang)

**SKRIPSI**



Oleh:

Dwi Anif Asnan

13.0301.0023

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN  
DAN KONSELING FAKULTAS KEGURUAN DAN  
ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH MAGELANG**

**2018**

**PELATIHAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING*  
UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR**

(Penelitian pada siswa kelas VIII D SMP N 3 Mertoyudan, Magelang)

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Menyelesaikan Studi

Pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Magelang



**PROGRAM STUDI  
BIMBINGAN DAN KONSELING FAKULTAS KEGURUAN DAN  
ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
MAGELANG**

**2018**

## PERSETUJUAN

### PELATIHAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR

(Penelitian pada siswa kelas VIII D SMP N 3 Mertoyudan, Magelang)

Diterima Dan Disetujui Oleh Dosen Pembimbing Skripsi

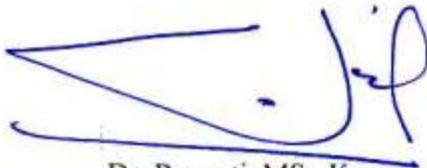
Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muhammadiyah Magelang



Pembimbing I



Dr. Purwati, MS., Kons.  
NIP. 19600802 198503 2 003

Magelang, 05 Februari 2018  
Pembimbing II



Sugiyadi, M. Pd., Kons.  
NIK. 047506010

## PENGESAHAN

### PELATIHAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR

Oleh :  
Dwi Anif Asnan  
13.0301.0023

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi Dalam Rangka  
Menyelesaikan Studi Program S-1 Bimbingan Dan Konseling  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh penguji  
Hari : Sabtu  
Tanggal : 24 februari 2018

#### Tim Penguji Skripsi :

1. Dr. Purwati, MS., Kons. (Ketua/ Anggota)
2. Sugiyadi, M.Pd., Kons (Sekretaris/ Anggota)
3. Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons (Anggota)
4. Astiwi Kurniati, M.Psi (Anggota)



Handwritten signatures in blue ink corresponding to the members of the thesis examination team.

Mengesahkan,  
Dekan

Handwritten signature of the Dean in blue ink over a blue circular stamp of Universitas Muhammadiyah Magelang.

Nuryanto, ST, M., Kom.  
NIK 987008138

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : **Dwi Anif Asnan**  
N.P.M : 13.0301.0023  
Judul Skripsi : Pelatihan Strategi *Self Regulated Learning* Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri, apabila ternyata di kemudian hari diketahui adanya plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini saya buat, dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan, Untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 05 Februari 2018  
Yang Membuat Pernyataan,



Dwi Anif Asnan  
NPM.13.0301.0023

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

(Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu) atau kesukaran

itu (ada kelapangan) yakni kemudahan.

(Tafsir Al-Jalalain, Al-Insyirah 94:5)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya tercinta, atas doa, kasih sayang dan dukungan yang selalu curahkan untukku.
2. Keluarga yang selalu memberikan dukungan dan semangat
3. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang

# PELATIHAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 3 Mertoyudan)

Dwi Anif Asnan

## ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan *self regulated learning* untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa, penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 3 Mertoyudan

Penelitian ini menggunakan *one group pre test-post test design* tanpa menggunakan kelompok pembandingan atau kelompok kontrol, populasi yang digunakan siswa kelas VIII D SMP Negeri 3 Mertoyudan jumlah 32 siswa, sampel sebanyak 16 siswa, sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan angket Kesulitan belajar. Teknik analisa data yang digunakan yakni uji *paired sample t-test*.

Hasil penelitian di SMP 3 Mertoyudan menunjukkan bahwa *self regulated learning* dalam pelatihan berpengaruh untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan pengurangan kesulitan belajar antara hasil *pre-test* dan *post-test*, dimana rata-rata hasil *post-test* 74,69 atau 4% lebih rendah dibandingkan hasil *pre-test* 94,25 atau 39,36% sebelum mendapatkan pelatihan strategi *self regulated learning*. Selisih perbedaan penurunan Kesulitan belajar tersebut sebesar 36%. Selain itu pengurangan kesulitan belajar pada siswa ditandai dengan perbedaan aspek dan indikator nilai di bawah rata-rata yang terdiri dari pengertian kesulitan belajar, bentuk, penyebab, alasan dan dampak kesulitan belajar. Salah satunya adalah siswa yang semula mengalami kesulitan belajar saat mengikuti kegiatan belajar mengajar menjadi berkurang intensitasnya.

**Kata Kunci:** pelatihan *self regulated learning*, kesulitan belajar.

# **SELF REGULATED LEARNING STRATEGY TRAINING TO REDUCE LEARNING DIFFICULTIES**

Research on Students Class VIII D SMP Negeri 3 Mertoyudan

Dwi Anif Asnan

## **ABSTRACT**

The purpose of this study is to determine the effect of self-regulated learning training to reduce learning difficulties in students, this study was conducted on students of grade VIII D Negeri 3 Mertoyudan.

This study used one group pre test-post test design without using comparison group or control group, the population used by students of class VIII D SMP Negeri 3 Mertoyudan number 32 students, sample of 16 students, sampling in this research using purposive sampling technique. Methods of data collection using interviews and questionnaires Learning difficulties. Data analysis technique used is paired sample t-test.

The results of the study at SMP 3 Mertoyudan showed that self regulated learning in the training had an effect to reduce learning difficulties for the students. This is evidenced by the difference in learning difficulties between pre-test and post-test results, where the average post-test results are 74.69 or 4% lower than pre-test results of 94.25 or 39, 36% before getting training self-regulated learning strategy. . Differences in differences in learning difficulties by 36%. In addition, the reduction of learning difficulties in students is characterized by differences in aspects and indicators of value below the average which consists of understanding learning difficulties, forms, causes, reasons and impact of learning difficulties. One of them is the students who initially experienced learning difficulties while following the teaching and learning activities become less intensity.

Keywords: training self regulated learning, learning difficulties

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT Tuhan semesta alam, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pelatihan strategi *self regulated learning* untuk Mengurangi kesulitan Belajar”. Skripsi ini penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

Skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan terimakasih kepada:

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang
2. Nuryanto, ST, M., Kom. Selaku Pj. Dekan FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons, Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP dan Dosen Pembimbing II
4. Dr. Purwati, MS., Kons. sebagai dosen I yang selalu sabar dan bijaksana memberikan bimbingan nasehat serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi.
5. Dra. Ismundari., Kepala sekolah SMP Negeri 3 Mertoyudan yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian skripsi di SMP Negeri 3 Mertoyudan
6. Drs. Maksum sebagai guru pembimbing kelas VIII SMP Negeri 3 Mertoyudan yang telah berkenan membantu memberikan ijin, bimbingan dan keluasaan waktu kepada penulis selama penulis menyelesaikan penelitian skripsi sehingga penulisan skripsi ini berjalan dengan lancar
7. Berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dorongan secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, 05Februari 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
ABSTRAK.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I      PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	3
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	4
F. Manfaat Penelitian .....	4
G. Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB II      TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>5</b>
A. Kesulitan Belajar .....	5
B. Pelatihan strategi <i>self regulated learning</i> .....	14
C. Pelatihan strategi <i>self regulated learning</i> Kesulitan belajar ....	25
D. Kerangka Berpikir .....	26
E. Hipotesis .....	27
<b>BAB III      METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	28

	Halaman
B. Definisi Operasional Variabel.....	29
C. Subjek Penelitian.....	30
D. Desain Penelitian .....	30
E. Metode Pengumpulan Data .....	33
F. Teknik Analisis Data .....	35
G. Metode Analisis.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	37
A. Hasil Penelitian .....	37
B. Pembahasan .....	45
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	50
A. SIMPULAN .....	49
B. SARAN .....	50
DAFTAR PUSTAKA .....	51
LAMPIRAN .....	52

## DAFTAR TABEL

	Halaman
1 Kisi-kisi Modul Pelatihan strategi <i>self regulated learning</i> .....	81
2 Penilaian skor skala Kesulitan belajar .....	35
3 Kisi-kisi skala Kesulitan belajar .....	36
4 Daftar Item Valid Skala Kesulitan Belajar .....	39
5 Kategori Skor <i>Pre test</i> Kesulitan Belajar .....	37
6 Hasil skor <i>Pre Test</i> .....	38
7 Hasil Skor <i>pree test Post test</i> Kesulitan Belajar .....	39
8 Penurunan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Eksperimen.....	44
9 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian .....	40
10 Hasil Uji Normalitas .....	41
11 Hasil uji Paired sample T- Test .....	46

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka Berpikir .....	27
2. One Group Design.....	31
3. RumusKategori.....	33

## DAFTAR GRAFIK

	Halaman
1. Grafik hasil <i>Pre Test</i> .....	38
2. Grafik hasil <i>Pre Test Post Test</i> .....	46
3. Grafik hasil penurunan <i>Pre Test Post Test</i> .....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. SuratIjin Penelitiandan Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	54
2. Surat keterangan dari sekolah .....	56
3. HasilTry OutSkala Kesulitan Belajar .....	58
4. Skala Kesulitan Belajar .....	69
5. Data Pretest Skala Kesulitan Belajar .....	70
6. Modul, Laporan Pelaksanaan dan Hasil Kegiatan Pelatihan .....	75
7. Jadwal Pelaksanaan Pelatiha <i>strategi self regulated learning</i> .....	161
8. Data Posttest Skala Kesulitan Belajar .....	163
9. Hasil Uji Normalitas .....	165
10. Hasil UjiHomogenitas .....	165
11. Hasil Uji Paired sample T- Test .....	166
12. Daftar Hadir Pelaksanaan Pelatihan strategi <i>SelfRegulated Learning</i> .....	159
13. Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan Pelatihan strategi <i>Self Regulated Learning</i> ..	168

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Kesulitan belajar merupakan salah satu faktor keadaan yang dapat menghambat siswa sulit untuk melakukan proses kegiatan belajar efektif sebagai mana mestinya. Pada kenyataannya masih banyak ditemukan siswa yang mengalami masalah dalam belajar salah satunya adalah kesulitan belajar dimana siswa menunjukkan prestasi belajar yang rendah di sekolah, ada juga masalah siswa yang terkesan lambat dalam mengerjakan tugas dan sulit memahami materi yang disampaikan guru saat pembelajaran dikelas. Kesulitan belajar siswa tergolong tinggi sehingga guru perlu mengganti model pembelajaran yang lebih efektif dan inovatif agar siswa antusias dalam mengikuti proses pembelajaran di kelas.

Perilaku kesulitan belajar yang sering ditemukan pada siswa seperti sering meninggalkan kelas, pura-pura memperhatikan saat guru menjelaskan materi, sering mengantuk dikelas, kurang percaya diri dalam mengerjakan tugas belajar, sulit berkonsentrasi saat proses belajar, tidak tuntas dalam menguasai materi mata pelajaran dan hasil nilai belajar tetap rendah walaupun sudah sering belajar menjadikan hal ini sebagai permasalahan yang sering dijumpai oleh guru.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 10 Juli 2017 dengan guru BK, Drs. Maksum, sebagai salah satu guru pembimbing SMP 3 Mertoyudan Magelang yang beralamat jalan Mayor Unus kecamatan Mertoyudan kabupaten Magelang serta hasil observasi langsung kepada siswa

menunjukkan bahwa setiap kelas terdapat siswa yang mengalami kesulitan belajar diantaranya, hasil belajar rendah, lambat dalam mengerjakan tugas, hasil belajar yang tidak seimbang dengan usaha yang dilakukan, sikap yang kurang wajar saat proses pembelajaran.

Dari 175 siswa kelas VIII ada sekitar siswa 129 (73,7 %) yang tidak mengalami kesulitan belajar kemudian ada 46 siswa (26,3 %) yang mengalami kesulitan belajar. Siswa yang mengalami kesulitan belajar tentunya akan menghambat prestasi belajarnya dan terkesan lambat dalam mengerjakan tugas serta kurangnya minat belajar kemudian tidak mempunyai minat dalam mengikuti proses kegiatan pembelajaran bahkan condong sering meninggalkan kegiatan belajar di kelas. Berbeda dengan siswa yang tidak mengalami kesulitan belajar maka siswa tersebut bahkan enggan meninggalkan kegiatan proses belajar demi mencapai prestasi belajar yang sesuai dengan yang diharapkan.

Usaha yang sudah dilakukan dari pihak sekolah meliputi pemberian motivasi sebelum dan sesudah pelajaran dan remedial, pemantauan secara berkala terhadap tugas yang diberikan oleh siswa, adanya kerjasama antara orang tua dan pihak sekolah, kegiatan pemberian *reward* yang selalu dilakukan oleh guru untuk menambah semangat siswa dalam menghadapi tugas maupun pelajaran di sekolah. Sejauh ini belum ada penanganan khusus terhadap siswa yang mengalami kesulitan belajar. Perlu adanya bentuk kerjasama dengan wali kelas, guru mata pelajaran, guru pembimbing, orangtua, dan juga kepala sekolah untuk penanganan siswa yang mempunyai

kesulitan belajar. Seorang guru dapat mengajar dengan berbagai cara agar siswa mampu memahami materi yang disampaikan oleh guru. Pemilihan model pembelajaran yang tepat dapat memudahkan siswa dalam proses pembelajaran. Kesulitan belajar yang dimiliki individu akan banyak menentukan gambaran individu dalam mengatasi kesulitan belajarnya. Peristiwa tersebut memberikan gambaran bagi penulis untuk memberikan pelatihan *self regulated learning* untuk mengurangi kesulitan belajar, agar siswa mampu menerapkan gaya belajarnya sesuai apa yang diharapkan.

Berdasarkan uraian tersebut maka perlu diadakan perubahan dalam gaya mengajar dikelas dengan menggunakan teknik pelatihan strategi *self regulated learning* sebagai salah satu solusi. Peneliti membuat judul pelatihan strategi *self regulated learning* untuk mengurangi kesulitan belajar.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat diidentifikasi masalah tersebut adalah:

1. Prestasi belajar rendah
2. Lambat dalam belajar
3. Perilaku tidak wajar
4. Tidak tuntas dalam memahami materi

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi diatas kesulitan belajar masih banyak dialami oleh siswa antara lain prestasi belajar rendah, perilaku berkelainan, lambat dalam belajar, hasil belajar yang tidak sesuai dengan usaha yang dilakukan,

menunjukkan sikap yang kurang wajar saat proses belajar dan sebagainya dengan demikian agar masalah tidak meluas perlu untuk dibatasi sebagai subyek yang dibatasi siswa SMP Negeri 3 Mertoyudan sebagai subyek penelitian dibatasi pada kesulitan belajar.

#### **D. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui “adakah pengaruh pelatihan strategi *Self Regulated Learning* untuk mengurangi kesulitan belajar?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sejalan dengan permasalahan yang dirumuskan dalam perumusan masalah tersebut diatas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pelatihan strategi *self regulated learning* untuk mengurangi kesulitan belajar.

#### **F. Manfaat penelitian**

##### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah wawasan ilmu dan ketrampilan tentang pelatihan *Self Regulated Learning* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa.

##### 2. Manfaat praktis

Dapat dijadikan salah satu referensi bagi guru dan siswa dalam mengurangi kesulitan belajar.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kesulitan Belajar**

##### **1. Pengertian Kesulitan Belajar**

Dalam proses pembelajaran peran aktif siswa diperlukan dalam mencapai tujuan belajar. Untuk mencapai tujuan belajar tersebut siswa mampu mengatasi masalah yang dialami, masalah tersebut salah satunya kesulitan belajar. Pengertian kesulitan belajar dalam terjemahan bahasa Inggris "*learning disability*" yang berarti ketidakmampuan belajar. Sedangkan kata *disability* diterjemahkan kesulitan. Untuk memberikan kesan optimis bahwa anak masih mampu untuk belajar.

Ahmadi dan Supriyono (2013:77) mengemukakan bahwa Kesulitan belajar adalah suatu keadaan dimana siswa tidak mampu belajar sebagai mana mestinya. Siswa biasanya terjadi karena siswa cenderung tidak memiliki ketertarikan untuk mengikuti proses pembelajaran. Selain itu siswa juga kurang memperhatikan pada saat guru menjelaskan materi pembelajaran. Hal ini mengakibatkan siswa mengalami kesulitan belajar dikelas.

Syah (2009: 83) menjelaskan bahwa kesulitan belajar dapat dialami oleh siswa yang berkemampuan rata-rata (normal). Ketika siswa tidak mendapat perlakuan sebagaimana disesuaikan dengan kemampuan siswa, disitulah timbul kesulitan belajar. Siswa yang berkemampuan rendah atau yang berkemampuan kurang terabaikan.

Dengan hal itu semua siswa berhak mendapat perlakuan yang sama sehingga tidak ada siswa yang merasa yang terabaikan.

Hasil prestasi rendah dibuktikan dengan nilai dibawah kriteria yang telah ditentukan termasuk mengalami kesulitan belajar. Berbagai faktor yang menyebabkan siswa mengalami kesulitan belajar. Mulyono (2012: 5) mengemukakan bahwa siswa yang berkesulitan belajar memperoleh prestasi belajar jauh dibawah potensi yang dimilikinya.

Berdasarkan pendapat yang telah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa kesulitan belajar merupakan beberapa gangguan yang dialami individu dengan ditunjukkan prestasi akademik yang rendah.

## 2. Klasifikasi Kesulitan Belajar

Menurut Mulyono (2012: 6) secara garis besar kesulitan belajar dapat diklasifikasikan ke dalam dua kelompok yaitu:

- a. Kesulitan belajar yang berhubungan dengan perkembangan (*development learning disabilities*) yaitu kesulitan yang berhubungan dengan perkembangan mencakup gangguan motorik dan persepsi, kesulitan belajar bahasa dan komunikasi, dan kesulitan belajar dalam penyesuaian perilaku sosial.
- b. Kesulitan belajar akademik (*academic learning disabilities*) yaitu kesulitan yang menunjuk pada adanya kegagalan-kegagalan pencapaian prestasi akademik yang sesuai dengan kapasitas yang diharapkan. Kegagalan-kegagalan tersebut mencakup penguasaan ketrampilan dalam membaca, menulis, dan atau matematika.

Kesulitan belajar yang diklasifikasikan oleh Mulyono cenderung mengarah pada klasifikasi secara umum karena kesulitan belajar mempengaruhi perkembangan motorik dan kesulitan belajar mempengaruhi perkembangan akademik.

### 3. Karakteristik Kesulitan Belajar

Karakteristik kesulitan belajar merupakan suatu jenis gangguan yang dialami oleh individu yang mengalami kesulitan dalam belajar secara internal maupun eksternal. Yulinda (2010) mendefinisikan bahwa karakteristik kesulitan belajar sebagai berikut :

#### a. Gangguan Internal

Penyebab kesulitan belajar berasal dari faktor internal, yaitu yang berasal dari dalam siswa itu sendiri. Siswa ini mengalami gangguan pemusatan perhatian, sehingga kemampuan perseptualnya terhambat. Kemampuan perseptual yang terhambat tersebut meliputi persepsi visual ( proses pemahaman terhadap objek yang dilihat), persepsi auditoris ( proses pemahaman terhadap objek yang didengar), maupun persepsi taktil kinestetis ( proses pemahaman objek yang diraba dan digerakan). Faktor – faktor internal tersebut menjadi penyebab kesulitan belajar, bukan faktor eksternal ( yang berasal dari luar anak), seperti faktor lingkungan keluarga, budaya, fasilitas, lingkungan masyarakat dan lain-lain.

b. Kesenjangan antara potensi dan prestasi

Anak kesulitan belajar memiliki potensi kecerdasan atau intelegensi normal, bahkan beberapa diantaranya diatas rata-rata. Namun pada kenyataanya siswa memiliki prestasi akademik yang rendah, dengan demikian siswa memiliki kensenjangan yang nyata antara potensi dan prestasi yang ditampilkannya. Kesenjangan ini biasanya terjadi pada kemampuan belajar yang spesifik, yaitu pada kemampuan membaca (*disleksia*), menulis (*disgrafia*), atau berhitung (*diskalkulia*).

c. Tidak Adanya Gangguan Fisik dan Mental

Anak berkesulitan belajar merupakan anak, yang tidak memiliki gangguan fisik dan mental. Kondisi kesulitan belajar berbeda dengan kondisi masalah belajar berikut ini:

1) Tunagrahita (*Mental Retardation*)

Anak tunagrahita memiliki inteligensi antara 50-70. Kondisi tersebut menghambat prestasi akademik dan adaptasi sosialnya yang bersifat menetap

2) Lambat Belajar (*Slow Learner*)

Lambat belajar adalah anak yang memiliki keterbatasan potensi kecerdasan, sehingga proses belajarnya menjadi lambat. Tingkat kecerdasan mereka sedikit dibawah rata-rata dengan IQ antara 80-90. Kelambatan belajar mereka merata pada semua mata pelajaran.

### 3) Problem Belajar (*Learning Problem*)

Anak dengan problem belajar (bermasalah dengan belajar) adalah anak yang mengalami hambatan belajar karena faktor eksternal. Faktor eksternal tersebut berupa kondisi lingkungan keluarga, fasilitas belajar di rumah atau di sekolah, dan lain sebagainya. Kondisi ini bersifat temporer atau sementara dan mempengaruhi prestasi belajar.

Berdasarkan pendapat Yulinda dapat disimpulkan bahwa karakteristik kesulitan belajar terdiri dari gangguan internal, kesenjangan antara prestasi dan potensi dan tidak adanya gangguan fisik dan mental.

### 4. Gejala-gejala Kesulitan Belajar

Gejala kesulitan belajar ditandai dengan hambatan-hambatan dalam mencapai hasil belajar. Menurut Ahmadi dan Supriyono (2013: 94) ada beberapa gejala sebagai pertanda adanya kesulitan belajar :

- a. Menunjukkan prestasi belajar yang rendah, di bawah rata-rata nilai yang dicapai oleh kelompok kelas.
- b. Hasil belajar yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang dilakukan. Ia berusaha keras tetapi nilainya selalu rendah.
- c. Lambat dalam melakukan tugas-tugas belajar, ia selalu tertinggal dengan kawan-kawannya dalam semua hal, misalnya dalam mengerjakan soal-soal, dalam menyelesaikan tugas-tugas.

- d. Menunjukkan sikap yang kurang wajar, seperti: acuh tak acuh, berpura-pura, dusta dan lain-lain
- e. Anak didik menunjukkan tingkah laku yang berlainan. Misalnya: mudah tersinggung, murung, pemarah, bingung, cemberut, kurang gembira, selalu sedih.

Gejala-gejala tersebut perlu diketahui oleh guru dan orangtua sehingga apa yang dialami siswa dapat diketahui oleh guru dan orangtua untuk membantu siswa dalam mengatasi permasalahan tersebut.

#### 5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Belajar

Menurut Subini (2012: 61) faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kesulitan belajar antara lain:

##### a. Faktor Internal

Faktor internal sangat tergantung dari perkembangan fungsi otaknya. Lebih-lebih saat berada dalam kandungan ibunya. Oleh karena itu faktor gizi ibu dan anak sangatlah penting dalam menentukan kecerdasan otaknya nanti. Faktor internal dibagi menjadi :

- 1) Faktor Jasmaniah, yang meliputi faktor kesehatan (kemampuan mengingat, kemampuan penginderaan seperti melihat, mendengarkan, dan merasakan) dan cacat tubuh.
- 2) Faktor Psikologis, yang meliputi usia, jenis kelamin, kebiasaan belajar, intellegensi, perhatian, bakat, minat, emosi, dan

motivasi/cita-cita, perilaku/sikap, konsentrasi, kemampuan untuk hasil kerja, rasa percaya diri, kematangan dan kelelahan.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang dipengaruhi oleh lingkungan dibagi menjadi tiga hal diantaranya :

1) Faktor Keluarga

Dalam lingkungan keluarga yang dapat mempengaruhi tingkat kecerdasan atau hasil belajar pada anak antara lain: cara mendidik anak, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan keluarga, pengertian orangtua, serta latar belakang kebudayaan

2) Faktor sekolah

Faktor lingkungan sekolah yang dapat mempengaruhi kesulitan belajar antara lain : guru, metode mengajar, instrument/fasilitas, kurikulum sekolah, pelajaran dan waktu, relasi guru dengan siswa, relasi antar siswa, disiplin sekolah, standar pelajaran, kebijakan, penilaian, keadaan gedung, dan tugas rumah yang diberikan guru.

3) Faktor masyarakat

Faktor lingkungan masyarakat yang dapat mempengaruhi kesulitan belajar siswa adalah kegiatan anak dalam bermasyarakat, teman bergaul dan juga bentuk kehidupan dalam bermasyarakat.

## 6. Diagnosis Kesulitan Belajar

Prosedur pelaksanaan diagnosa kesulitan belajar (Irham, 2013: 278-287) sebagai berikut :

### a. Mengidentifikasi siswa yang mengalami kesulitan belajar

Cara mengidentifikasi kesulitan belajar siswa dapat dilihat dari perilaku siswa seperti kecepatan dalam menyelesaikan tugas, mengamati tingkat kehadiran mengikuti proses pembelajaran, keaktifan siswa dalam tugas-tugas, kemampuan kerjasama dan penyesuaian sosial dan menganalisis prestasi belajar siswa.

### b. Melokalisasi letak kesulitan belajar siswa

Untuk menetapkan lokalisasi siswa dapat dilakukan dengan langkah-langkah membuat rata-rata nilai dari masing-masing bidang studi, membuat grafik kedudukan kasus dalam bidang studi, menetapkan lokalisasi kesulitan belajar siswa dengan melihat nilainya, dan apabila ditemukan banyak siswa yang mengalami kesulitan belajar maka prioritasnya adalah siswa yang paling banyak mengalami kesulitan belajar

### c. Menentukan faktor penyebab kesulitan belajar siswa

Dapat dilakukan dengan cara mewawancarai siswa, walikelas, orangtua, teman-teman serta melakukan pengamatan terhadap aktivitas siswa dan studi dokumentasi.

d. Memperkirakan alternatif bantuan

Langkah untuk menafsirkan dan menentukan alternatif bantuan yang mungkin diberikan kepada siswa yang mengalami kesulitan belajar dengan mempertimbangkan pertanyaan-pertanyaan apakah kesulitan belajar siswa masih dapat ditolong?, berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk membantu siswa?, kapan dan dimana proses pemberian bantuan?, dan siapa yang akan memberikan proses bantuan?.

e. Menetapkan kemungkinan cara mengatasinya

Proses penentuan cara mengatasi kesulitan belajar siswa perlu dikomunikasikan dan dipertimbangkan dengan berbagai pihak terkait. Bentuk bantuan yang mungkin diberikan dapat berupa program remedial, program perbaikan, dan program layanan bimbingan konseling serta referal jika siswa lebih kompeten ditangani oleh ahli.

f. Tindak lanjut

Tindak lanjut merupakan langkah selanjutnya yang harus segera dilakukan setelah semua langkah diidentifikasi kesulitan belajar sampai dengan penentuan alternatif bantuan. Kegiatan tindak lanjut dapat berupa memberikan bantuan segera kepada siswa yang mengalami kesulitan belajar, melibatkan berbagai pihak dan mengikuti perkembangan siswa dan mengadakan evaluasi terhadap program bantuan yang diberikan.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa untuk melakukan diagnosis kesulitan belajar memerlukan tahap yang sistematis agar siswa yang mengalami kesulitan belajar benar-benar teridentifikasi permasalahannya. Diawali dengan pengumpulan data, mengolah data yang didapat, menetapkan diagnosis kesulitan belajar, menetapkan bantuan yang ingin diterapkan kepada siswa yang mengalami kesulitan belajar, memberikan tindakan, kemudian melakukan evaluasi. Upaya diagnosis perlu dilakukan karena nantinya akan membantu guru dalam menghadapi siswa yang mengalami kesulitan belajar.

## **B. Pelatihan *Self Regulated Learning***

### 1. Pengertian pelatihan *Self regulated learning*

Pelatihan *Self regulated learning* dalam bahasa indonesia disamakan dengan suatu proses latihan jangka pendek menggunakan cara dan prosedur yang sistematis dan terorganisir dalam proses belajar dengan mendorong individu untuk memiliki dan mencapai tujuan yang telah di tetapkan dan ditandai dengan timbulnya afektif( perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan. (santrock 2011. Schunk dan zimmerman, 2012) .pelatihan *self regulated learning* yang akan dilaksanakan dalam penelitian adalah dengan bentuk *goal setting* (penetapan tujuan). *planning* (perencanaan), *self motivation* (motivasi diri), *attention control*(kontrol attensi), *flexibel use of learning strategies* (

penggunaan strategi yang fleksibel), *self monitoring*(monitoring diri), *appropriate help seeking* (mencari bantuan yang tepat), dan evaluasi diri. pembelajar yang diatur sendiri. Bandura (dalam Alwisol, 2009: 286) berpendapat bahwa dinamika proses beroperasinya *self regulated learning* antara lain terjadi dalam subproses yang berisi *self-observation*, *self-judgement*, dan *self response*. Ketiganya memiliki hubungan yang sifatnya saling berhubungan seiring dengan konteks persoalan yang siswa hadapi. Memahami pengertian menurut Bandura, Strategi *self regulated learning* adalah proses dari berjalannya observasi diri (*self observation*) sebagai proses memahami diri sendiri, perilaku sendiri, dan menjaga apa yang ada dalam diri, keputusan (*judgement*), dimana membandingkan apa yang dilihat dengan suatu standar keputusan, respon diri (*self response*), jika diri kita lebih baik dalam perbandingan dengan standar kita, kita memberi penghargaan jawaban diri pada diri kita sendiri.

*Self regulated learning* suatu proses dimana individu dapat menilai dirinya sendiri baik dari segi perilaku maupun kemampuan. Individu dapat membandingkan kemampuan dirinya pada suatu standart yang telah ditetapkan serta memberikan penghargaan terhadap dirinya dalam mencapai tujuan yang diharapkan

Pengertian dari ahli lain Zimmerman (dalam Kosnir, 2007: 221)

yaitu :

*Self-regulated learning strategies as "actions and processes directed at acquiring information or skill that involve agency, purpose, and instrumentality perceptions by learners. Self-regulated learning involves the use of motivational and learning strategies to the degree that students are motivationally, metacognitively, and behaviourally active participants in their own learning processes.*

Pengertian dari Zimmerman dapat artikan bahwa *self regulated learning* (strategi pembelajaran mandiri) sebagai tindakan dan proses yang diarahkan pada memperoleh informasi atau keterampilan yang melibatkan lembaga, tujuan, dan persepsi perantaranya oleh peserta didik. *Self regulated learning* melibatkan penggunaan motivasi dan strategi pembelajaran melalui tingkatan bahwa motivasi siswa, meta-kognitif, dan perilaku peserta aktif dalam proses pembelajaran mereka sendiri. Berdasarkan pengertian dari Zimmerman, peneliti dapat memahami bahwa *self regulated learning* merupakan suatu proses strategi pembelajar yang aktif dari individu itu sendiri sebagai tindakan yang melibatkan motivasi, metakognitif dan perilaku siswa yang aktif dalam proses pembelajaran yang dilakukan.

Berdasarkan pengertian di atas, peneliti dapat memahami bahwa *Self regulated learning* adalah proses dimana seseorang siswa aktif berusaha memonitor dan mengatur dirinya dalam bentuk motivasi dan perilaku untuk menetapkan tujuan belajarnya.

## 2. Faktor yang Mempengaruhi Strategi *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (dalam Puspitasari, 2013) setidaknya terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* antara lain :

- a. Faktor Pribadi, siswa dapat menggunakan proses pribadi untuk mengatur strategi perilaku dan lingkungan belajar segera.
- b. Faktor Perilaku, siswa secara proaktif menggunakan strategi *self evaluation* sehingga mendapatkan informasi dan terus memeriksa melalui umpan balik.
- c. Faktor Lingkungan, siswa proaktif menggunakan strategi manipulasi lingkungan yang melibatkan intervensi ruang urutan perilaku mengubah respon, seperti menghilangkan kebisingan, mengatur pencahayaan yang memadai, dan mengatur tempat untuk menulis.

Memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* terdapat faktor pribadi, perilaku dan lingkungan, ketiga faktor tersebut saling berkaitan dalam kegiatan aktif dan secara sadar mengatur dirinya untuk bertindak dalam mencapai tujuan belajar. Siswa yang memiliki kemampuan dalam mengurangi tingkat kesulitan belajarnya dengan baik akan memiliki strategi *self regulated learning* yang baik dalam belajarnya, sehingga dapat mencapai tujuan belajar seperti mendapatkan nilai tinggi dengan mudah.

Pendapat lain dari Bandura (dalam Alwisol, 2009: 285-7) ada dua faktor yang mempengaruhi strategi *self regulated learning*, yaitu :

a. Faktor Eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara, pertama faktor eksternal memberi standar untuk mengevaluasi tingkah laku. Faktor lingkungan berinteraksi dengan pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri seseorang. Melalui orang tua dan guru anak-anak belajar baik dan buruk, tingkah laku yang dikehendaki dan tidak dikehendaki. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas anak kemudian mengembangkan standar yang akan dipakai untuk menilai prestasi diri. Kedua, faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguatan (*reinforcement*). Hadiah intrinsik tidak selalu memberi kepuasan, orang membutuhkan insentif yang berasal dari lingkungan eksternal.

b. Faktor Internal

Faktor eksternal berinteraksi dengan faktor internal dalam pengaturan diri sendiri. Bandura mengemukakan tiga bentuk pengaruh internal, yaitu :

- 1) Observasi diri (*self observation*): dilakukan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinal tingkah laku diri, dan seterusnya. Orang harus mampu memonitor performansinya, walaupun tidak sempurna karena orang

cenderung memilih beberapa aspek dari tingkah lakunya dan mengabaikan tingkah lakunya yang lain.

- 2) Proses penilaian atau mengadili tingkah laku (judgemental process): melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, membandingkan tingkah laku dengan norma standar atau dengan tingkah laku orang lain, menilai berdasarkan pentingnya suatu aktivitas, dan memberi atribusi performansi.
- 3) Reaksi diri afektif (self response): berdasarkan pengamatan dan judgement itu, orang mengevaluasi diri sendiri positif atau negatif, dan kemudian menghadiahi atau menghukum dirinya sendiri. Bisa terjadi tidak muncul reaksi afektif, karena fungsi kognitif membuat keseimbangan yang mempengaruhi evaluasi positif atau negatif menjadi kurang bermakna secara individual.

Memahami pendapat Bandura, bahwa faktor yang mempengaruhi strategi *self regulated learning* dipengaruhi oleh faktor eksternal yang bersumber pada luar diri individu yaitu lingkungan dan faktor internal yang bersumber dari dalam individu itu sendiri yang didalamnya terdapat observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri afektif. Kedua faktor tersebut saling berpengaruh terhadap diri individu dalam kegiatan khususnya belajar.

Berdasarkan kedua pendapat dari Zimmerman dan Bandura, bahwa pendapat keduanya mengenai faktor yang

mempengaruhi strategi *self regulated learning* sama-sama memandang dari sudut pribadi, perilaku dan ingkungan yang saling berperan dalam pembentukan diri individu dalam mengatur diri individu tersebut melakuakn kegiatan belajar.

### 3. Strategi *Self Regulated Learning*

Pengaturan terhadap diri sendiri kaitannya dengan proses belajar merupakan gambaran dari *Self regulated learning* (pembelajaran yang diatur sendiri). Seorang ahli pencetus teori kognitif sosial yaitu Albert Bandura. Pembelajar seperti halnya siswa dapat terlibat dalam aktivitas belajar dengan dorongan motivasi belajar untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Dalam kenyataannya masih banyak siswa yang kurang memiliki motivasi dalam belajar. Maka dari itu, siswa tidak hanya mengatur perilakunya sendiri, melainkan mengatur proses-proses pendorong motivasi untuk belajar secara efektif.

Penelitian yang dilakukan oleh Supriyanto (2015) dengan jurnal “Hubungan Antara *Self Regulated Learning* dan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Semester Pertama Prodi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya”. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik pada mahasiswa semester pertama Prodi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan prestasi akademik pada

mahasiswa semester pertama Prodi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya.

Secara khusus Ormrod (2008: 38), *self regulated learning* mencakup proses-proses berikut ini, dimana banyak pada dasarnya bersifat metakognitif :

1) Penetapan Tujuan (*goal setting*)

Pembelajar yang mengatur diri tahu apa yang ingin mereka capai ketika membaca atau belajar mungkin mempelajari fakta-fakta yang spesifik, mendapatkan pemahaman konseptual yang luas tentang suatu topik, atau hanya mendapat pengetahuan yang memadai agar bisa mengerjakan soal ujian dikelas. Biasanya, mereka mengaitkan tujuan-tujuan mereka mengerjakan suatu aktivitas belajar dengan tujuan dan cita-cita jangka panjang.

2) Perencanaan (*planning*)

Pembelajar yang mengatur diri sebelumnya sudah menentukan bagaimana baiknya menggunakan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk tugas-tugas belajar.

3) Motivasi Diri (*self motivation*)

Pembelajar yang mengatur diri biasanya memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan kemampuan mereka menyelesaikan suatu tugas belajar dengan sukses. Mereka menggunakan banyak strategi agar tetap terarah pada tugas-barangkali dengan menghiasi tugasnya agar lebih menyenangkan, mengingatkan diri mereka

sendiri pentingnya mengerjakan tugas dengan baik, atau menjanjikan kepada diri mereka sendiri hadiah tertentu begitu tugas selesai dikerjakan.

4) Kontrol atensi (*attention control*)

Pembelajar yang mengatur diri berusaha memfokuskan perhatian mereka pada pelajaran yang sedang berlangsung dan menghilangkan dari pikiran mereka hal-hal lain yang mengganggu.

5) Penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexibel use of learning strategies*)

Pembelajar yang mengatur diri memiliki strategi belajar yang berbeda tergantung tujuan-tujuan spesifik yang ingin mereka capai. Sebagai contoh, bagaimana mereka membaca sebuah artikel mejalah tergantung pada apakah mereka membacanya sebagai sebagai hiburan atau sebagai persiapan ujian.

6) Monitor diri (*self monitoring*)

Pembelajar yang mengatur diri terus memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan yang telah ditetapkan, dan mereka mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan bila dibutuhkan.

7) Mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*)

Pembelajar yang benar-benar mengatur diri tidak selalu harus berusaha sendiri. Sebaliknya, mereka menyadari bahwa mereka membutuhkan bantuan orang lain dan mencari bantuan semacam

itu. Mereka khususnya mungkin meminta bantuan yang akan memudahkan mereka bekerja secara mandiri di kemudian hari.

8) Evaluasi Diri (*self evaluation*)

Pembelajar yang mampu mengatur diri menentukan apakah mereka pelajari itu telah memenuhi tujuan awal mereka. Idealnya, mereka juga menggunakan evaluasi diri untuk menyesuaikan penggunaan berbagai strategi belajar dalam kesempatan-kesempatan dikemudian hari.

Selain itu, para peneliti yang meneliti mengenai *self regulated learning* menyatakan beberapa strategi berikut ini (dalam Ormrod, 2008: 38):

- 1) Doronglah siswa untuk menyusun beberapa tujuan belajarnya sendiri dan kemudian memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan tersebut.
- 2) Berilah kesempatan pada siswa untuk belajar dan berprestasi tanpa arahan atau bantuan guru, termasuk baik aktivitas belajar yang independen di mana siswa belajar secara mandiri (seperti PR, tugas yang dikerjakan secara individual di kelas) maupun aktivitas kelompok dimana siswa saling membantu satu sama lain belajar (seperti tutor yang dilakukan oleh teman kelas (*peer tutoring*), pembelajaran kooperatif *cooperative learning*).
- 3) Sesekali berikan aktivitas-aktivitas (seperti membuat *paper* penelitian atau aktifitas proyek) didalamnya siswa memiliki

keleluasaan yang cukup berkenaan dengan tujuan, penggunaan waktu, dan sebagainya.

- 4) Berikan *scaffolding* sesuai kebutuhan untuk membantu siswa menguasai strategi-strategi mengatur diri (misalnya, tunjukkan kepada mereka cara menggunakan *checklist* untuk mengidentifikasi apa yang perlu mereka lakukan setiap hari dan menentukan kapan mereka menyelesaikan semua tugas yang telah diberikan).
- 5) Contohkan proses-proses kognitif yang bersifat *self regulating* dengan menunjukkan penggunaan proses-proses secara lisan dan jelas, dan kemudian berilah umpan balik konstruktif kepada siswa ketika mereka terlibat dalam proses-proses yang serupa.
- 6) Secara konsisten mintalah siswa mengevaluasi performa mereka sendiri, dan bandingkan assesmen diri yang mereka buat dengan assesmen yang dilakukan guru.

Kegiatan pelaksanaan strategi *self regulated learning*, meliputi mendorong siswa untuk menyusun beberapa tujuan belajarnya sendiri, memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar dan berprestasi tanpa arahan atau bantuan dari guru, sesekali diberikan aktivitas-aktivitas untuk melatih kemandirian siswa dalam belajar, memberikan *scaffolding* sesuai kebutuhan untuk membantu siswa menguasai strategi-strategi mengatur diri, memberikan contoh proses-proses kognitif yang bersifat *self regulated learning* dengan menunjukkan

penggunaan proses-proses secara lisan, dan meminta siswa mengevaluasi performa atau diri mereka sendiri.

### **C. Pelatihan Strategi *Self Regulated Learning* untuk Mengurangi Kesulitan Belajar**

Pelatihan strategi *Self Regulated Learning* merupakan suatu proses latihan jangka pendek menggunakan cara dan prosedur yang sistematis dan terorganisir dalam proses belajar dengan mendorong individu untuk memiliki dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan. Pada pelatihan ini akan dilaksanakan dengan bentuk *Goal setting* (penetapan tujuan), *planing* (perencanaan), *self motivation* (Motivasi Diri), *attention control* (Kontrol Atensi), *fleksibel use of learning* (penggunaanstrategi belajar yang fleksibel) *self monitoring* (Monitor Diri), *appropriate help seeking* (mencari bantuan yang tepat) dan *self evaluation* (evaluasi diri)

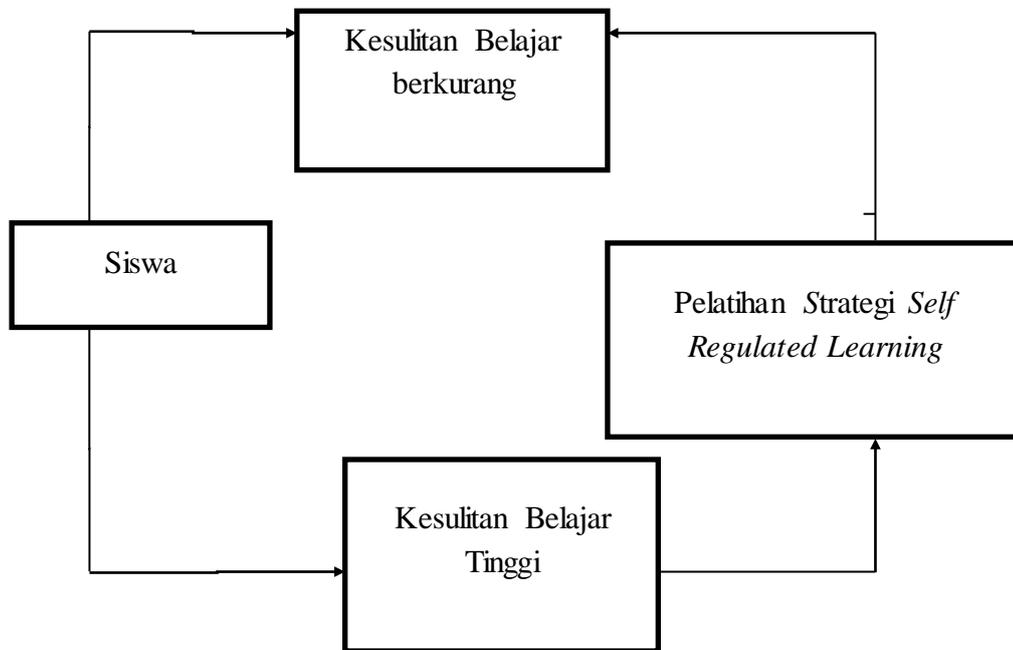
Kesulitan belajar pada intinya merupakan suatu gejala atau hambatan yang dialami oleh siswa dalam proses belajarnya yang di pengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang tidak bisa mencapai prestasi belajarnya yang sesuai diharapkan. Kesulitan belajar juga dialami oleh sebagian siswa kelas VIII SMP N 3 Mertoyudan. Gejala Kesulitan belajar yang ditunjukkan diantaranya hasil prestasi belajar rendah dibawah KKM tidak seimbang dengan ketentuan standar ketuntasan minimal yang sudah ditetapkan oleh sekolah, sulit konsentrasi dalam pelajaran, sulit memahami gaya belajarnya dalam mencapai tujuan.

Kesulitan belajar dapat diatasi, sehingga siswa kelas VIII SMP N 3 mertoyudan yang mengalami kesulitan belajar dapat diatasi melalui pelatihan *strategiself regulated learning* bagaimana siswa dapat mengurangi kesulitan belajar yang dialami oleh setiap siswa sehingga mampu mencapai suatu tujuan yang diharapkan. Pelatihan *self regulated learning* ini didasarkan pada asumsi pola pikir dan perilaku manusia yang dimunculkan oleh pemikiran, perasaan, proses fisiologis, serta konsekuensi pada perilaku individu tersebut. Kemudian pelatihan ini menggunakan teknik strategi *self regulated learning*. *Self regulated learning* adalah (suatu pembelajaran yang diatur sendiri) yang menekankan pada tujuan untuk menjukan hasil belajar yang positif mengarah pada perencanaan, penetapan tujuan dan evaluasi hasil.

#### **D. Kerangka Berfikir**

Siswa yang mempunyai kesulitan belajar tinggi akan berdampak pada hasil belajar yang dialami. Kesulitan belajar siswa dapat diatasi ketika siswa mampu mengatur dirinya dan mengelola gaya belajarnya sendiri dengan baik. Penulis berupaya menerapkan pelatihan strategi *self regulated learning*. Pelatihan strategi *self regulated learning* ini menekankan pentingnya dalam mengatur dirinya sendiri dan diharapkan ketika siswa mampu mengatasi masalah kesulitan belajarnya sendiri dengan baik.

Lebih jelasnya, maka kerangka pemikiran digambarkan pada bagan berikut ini :



Gambar . 1 Kerangka Berfikir

### E. Hipotesis

Muri (2014 : 130) menyatakan hipotesis adalah kesimpulan sementara, merupakan suatu konstruk yang masih perlu dibuktikan, suatu kesimpulan yang belum teruji kebenarannya. Hipotesis dalam penelitian ini, merujuk pada teori, deskripsi dan hasil penelitian, maka dari itu hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pelatihan strategi *Self Regulated Learning* untuk Mengurangi Kesulitan Belajar.

### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian memiliki peran yang sangat penting dalam suatu penelitian, karena berhasil dan tidaknya serta kualitas tinggi rendahnya hasil dari suatu penelitian tersebut sangatlah ditentukan oleh peneliti dalam menentukan metode penelitian. Metode penelitian yang digunakan akan berpengaruh pada kualitas hasil penelitian. Hal yang dibahas dalam penelitian ini meliputi identifikasi dan definisi operasional variabel, subjek dan desain penelitian serta metode pengumpulan dan analisis data.

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian pada dasarnya merupakan sesuatu yang berbentuk apa saja yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek dalam suatu penelitian harus jelas dan ketika ingin mengambil sebuah subjek harus jelas dan diketahui berbagai informasi yang mendukung. Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*) yaitu :

1. Variabel terikat adalah variabel yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat penelitian ini adalah Kesulitan belajar.
2. Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pelatihan Strategi *Self Regulated Learning*.

## B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisi perincian sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Berdasarkan batasan konsep yang ada, maka rumusan yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Kesulitan belajar adalah sebuah permasalahan yang menyebabkan seorang siswa tidak dapat mengikuti proses pembelajaran yang ditandai dengan gejala seperti : (1) prestasi rendah, (2) hasil yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang dilakukan, (3) lambat dalam melakukan tugas –tugas belajar, (4) menunjukkan sikap acuh-tak acuh, berpura pura mudah mengantuk , sukar konsentrasi saat proses pembelajaran, (5) memiliki perasaan bingung, mudah khawatir, ragu-ragu dan tidak percaya diri, (6) sulit memahami materi.
2. Pelatihan strategi *self regulated learning* adalah suatu proses untuk memberikan pengetahuan dan pengalaman siswa dalam meningkatkan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dan dapat meningkatkan menjadi lebih baik dan memberikan perubahan perilaku kearah yang positif.

### C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan individu yang menjadi objek penelitian :

#### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII D SMP N 3 Mertoyudan yaitu 32 siswa.

#### 2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi yang memiliki kesulitan belajar tinggi. Sampel yang diambil sebanyak 16 siswa

#### 3. Sampling

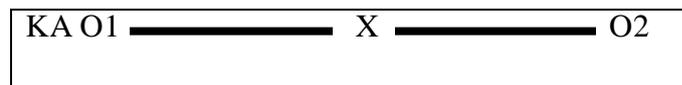
Penentuan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik Penulis menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan. Secara rinci karakteristik subyek penelitian adalah siswa kelas VIII D SMP N 3 Mertoyudan yang memiliki kesulitan belajar tinggi berdasarkan pengukuran tentang kesulitan belajar.

### D. Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Penelitian eksperimen dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol (Nazir, 2014:52), sedangkan untuk desain penelitian, peneliti menggunakan *quasi experimental design* dengan design *One Group Pre Test Post Test Design*. terdapat satu kelompok yang digunakan pada penelitian ini yaitu sebagai kelompok eksperimen. Awalnya kelompok eksperimen diberikan pre test sebelum diberikan perlakuan

kemudian diberikan dilanjutkan pemberian treatment berupa penerapan modifikasi perilaku kognitif dengan teknik *pelatihan* dan *self regulated learning*. Tahap selanjutnya kelompok *eksperimen* ini diberikan *posttest* setelah diberikan perlakuan.

Untuk mendapatkan hasil pre test dan post test peneliti menggunakan skala kesulitan belajar siswa yang mana skala ini diberikan kepada kelompok eksperimen. Desain penelitian yang digunakan peneliti digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. One Grup design ( Creswell, 2003 : 241 )

Keterangan :

- KA : Kelompok yang diobservasi pada tahap *pre-test* yang kemudian dilanjutkan dengan *treatment* dan *post test*.
- O1 : Pengukuran pertama berupa pretest dengan menyebarkan skala kesulitan belajar untuk mengukur tingkat kesulitan belajar siswa sebelum diberi perlakuan
- X : Pelaksanaan pelatihan strategi *self regulated learning* terhadap siswa yang mengalami kesulitan belajar kelas VIII SMP N 3 Mertoyudan
- O2 : Pengukuran kedua berupa post test skala kesulitan belajar untuk mengukur tingkat kesulitan belajar siswa sesudah diberi perlakuan terhadap kelompok eksperimen, dalam *post test*akan

didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana kesulitan belajar siswa akan berkurang atau tidak.

Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen yaitu:

3. Melakukan *pre test* yaitu dengan menyebarkan skala kesulitan belajar siswa kepada kelompok eksperimen sebelum diadakan perlakuan yaitu memberikan pelatihan strategi *self regulated learning*.
4. Memberikan perlakuan yaitu dengan memberi perlakuan pada siswa dengan menerapkan strategi *self regulated learning*.
5. Melakukan *post test* dengan menyebarkan skala kesulitan belajar setelah pemberian perlakuan dengan tujuan untuk mengetahui hasil apakah pelatihan strategi *self regulated learning* dapat mengurangi kesulitan belajar siswa.
6. Prosedur analisis data, yaitu dengan menggunakan Uji-t.

Sebelum melakukan pelatihan, peneliti membuat modul pelatihan kesulitan belajar dengan pelatihan *self regulated learning*. Adapun kisikisinya terdapat di lampiran 3.

Pelatihan *self regulated learning* yang diberikan kepada kelompok berlangsung selama delapan hari. Setelah perlakuan selesai maka diberikan *post test* untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan.

### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Metode angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang individu ketahui. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup (*close form questioner*) yaitu kuesioner yang disusun dengan menyediakan jawaban sehingga responden hanya memberi tanda pada jawaban yang dipilih sesuai dengan keadaan sebenarnya.

Angket ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut :

Tabel 2  
Penilaian Skor Angket

Jawaban	Item Favourabel	Item Unfavourabel
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

(Azwar, 2012: 64)

Skala penelitian ini dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang kesulitan belajar, kisi-kisi skala kesulitan belajar terdapat di lampiran 2.

Sebelum skala digunakan untuk *pre test* dan *post test*, terlebih dahulu penelitian melakukan tryout, pelaksanaan tryout skala kesulitan belajar dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrument yang digunakan dalam penelitian ini. *Try out* skala dilakukan dengan menggunakan try out tidak

terpakai, maksudnya adalah data *tryout* digunakan untuk kepetingan yaitu untuk validitas dan reliabilitas instrument. *Try out* dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2017 siswa yang hadir pada *try out* berjumlah 32 siswa yang terdiri dari siswa kelas VIII D. Skala yang digunakan berisi 54 butir item pernyataan. Kemudian hasil *try out* dianalisis untuk uji validitas dan reliabilitas, berikut penjelasannya:

#### 1. Uji Validitas Instrument

Data analisis butir item pernyataan menggunakan bantuan program *SPSS 22.0 for windows*. Jumlah item pada skala adalah 54 item pernyataan dengan N jumlah 32 (jumlah sampel *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid adalah item dengan nilai  $r_{hitung}$  lebih dari  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5%. Sehingga berdasarkan hasil *tryout* skala kesulitan belajar yang terdiri dari 54 item pertanyaan, diperoleh 31 item pernyataan valid dan 23 item pernyataan gugur. Hasil dari uji validitas instrumen disajikan dalam lampiran 3. Berdasarkan hasil *try out* tersebut, diperoleh daftar item valid skala kesulitan belajar terdapat di lampiran 2.

#### 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbrach* dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Instrumen penelitian ini dikatakan reliabel apabila hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dengan N sebanyak 32 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS 22.0 for windows*,

diperoleh koefisien *alpha* pada variabel kesulitan belajar sebesar 0,316, sehingga koefisien *alpha* pada variabel kesulitan belajar lebih besar dari  $r_{tabel}$  atau yang berarti item dalam angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan. Hasil dari uji reabilitas instrumen disajikan dalam lampiran.

#### **F. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic parametric* atau menggunakan uji *T-Test*. Uji *T-Test* digunakan untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relatif kecil yaitu 16 siswa, sehingga diharapkan dapat diketahui ada pengaruh Pelatihan Strategi *Self Regulated Learning* untuk Mengurangi Kesulitan Belajar

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS22.0 for windows*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas (signifikansi), jika probabilitas  $> 0,05$ , maka  $H_0$  diterima sedangkan jika probabilitas  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak.

#### **G. Metode Analisa Data**

Penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif statistik, yaitu analisis *parametric paired sample T- Test* dengan bantuan komputer program *SPSS For Windows Versi 22.0*. alasan menggunakan uji *parametric paired sample T- Test*, yaitu :

1. Jumlah sampel yang digunakan 16 sampel
2. Untuk mengetahui perbedaan yang sesungguhnya antara pasangan data yang diambil dari satu atau dua sampel yang saling terikat.
3. Teknik analisis ini langkahnya paling pendek untuk menguji hipotesis, yaitu untuk menentukan ada tidaknya pengaruh pelatihan *self regulated learning*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pelatihan self regulated learning berpengaruh untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa. Pengaruh tersebut diketahui melalui perbedaan hasil skor skala kesulitan belajar *pre test* dan *post test*.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Kesulitan Belajar adalah suatu gangguan yang dialami oleh individu yang tidak memiliki ketertarikan dalam belajar serta mengalami kesulitan untuk mengikuti pembelajaran secara efektif, dalam mengentaskan permasalahan tersebut salah satunya dengan pelatihan strategi *self regulated learning*. Kemudian pelatihan strategi *self regulated learning* adalah pengetahuan untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa. dalam menyelesaikan tugas belajar yang diberikan dan mengembangkan keyakinannya dalam diri siswa untuk melakukan tujuan yang diharapkan secara optimal

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan strategi *self regulated learning* untuk mengurangi kesulitan belajar. Hal ini dibuktikan dari adanya perbedaan penurunan skor hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Hal ini dapat membuktikan bahwa pelatihan strategi *self regulated learning* untuk mengurangi kesulitan belajar.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi Guru Pembimbing, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menangani siswa yang memiliki kesulitan belajar rendah, maka guru pembimbing dapat menerapkan pelatihan strategi *self regulated learning* untuk menurunkan kesulitan belajar
2. Bagi siswa yang mengalami kesulitan belajar perlu belajar mengurangi kesulitan belajarnya dengan menerapkan model gaya belajarnya sendiri
3. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian sejenis agar dapat mengupas segala faktor kesulitan belajar yang dialami siswa

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi dan Supriyono. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ahmadi, A & Supriyono, W. 2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang : UMM Press
- Azwar, Syaifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Creswell W. J . 2003. Research design pendekatan kualitatif. Kuantitatif, dan Mixed Edisi Tiga. Yogyakarta : Pustaka pelajar
- Filho, M.K.C. (2001). *A review on theories of self-regulation of learning*. Bull. Grad.School Educ. Hiroshima Univ, Part III, 50, 437-445. P
- Irham, Muhammad & Ardy, W. N. 2015. *Psikologi Pendidikan Teori dan Aplikasi dalam Proses Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Martini, J. 2014. kesulitan Belajar Perspektif, Asesman, dan Penanggulangannya. Ghalia Indonesia: Bogor.
- Mulyono, Abdurrahman. 2012. *Anak Berkesulitan Belajar Teori, Diagnosis, dan Remedialnya*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nazir, Moh. 2014. *Metode Penelitian*. Bogor : Ghalia Indonesia
- Ormrod, Jeanne Ellis. 2008. *Psikologi Pendidikan (membantu siswa tumbuh dan berkembang)*. Translated by Amitya Kumara. Jakarta : Erlangga
- Santrock.(2011) Life. Span Development : Perkembangan Masa – Hidup. Edisi 13. Jilid I. Alih Bahasa: Widyasinta *Benedictine*. Jakarta : Erlangga
- Schunk, Dale H.,dkk. 2012. *Motivasi dalam Pendidikan (Teori, Penelitian dan Aplikasi)*. Jakarta: PT Indeks
- Siti Suminarti Dan Fatimah. 2013. "Self Regulated Learning Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa". (Jurnal) Psikologi Ummalang. ISSN: 2301-8267 Vol. 01, No.01, Januari 2013
- Subini, Nini. 2012. *Psikologi Pembelajaran*. Yogyakarta: Mentari

Supriyanto. 2015. "Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Semester Pertama Prodi Psikologi

Syah, Muhibbin. 2009. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers.

Universitas Pembangunan Jaya". *Jurnal Universitas Pembangunan Jaya* Volume 2 Maret 2015.

Yulinda Erma Suryani .2010. Kesulitan Belajar. *Jurnal Masgistra* No. 73 Tn XXII, September 2010 ISSN 0215-951

Yusuf , Muri. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Penelitian Gabungan* . Jakarta PT Fajar Interpramata Mandiri