

**PENGARUH PELATIHAN TEKNIK *SELF-REGULATED
LEARNING* (SRL) TERHADAP PENINGKATAN
INTERAKSI SOSIAL SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 13 Kota Magelang)

SKRIPSI



Oleh :

Wahyu Fathurohman
NPM: 12.0301.0064

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

**PENGARUH PELATIHAN TEKNIK *SELF-REGULATED
LEARNING* (SRL) TERHADAP PENINGKATAN
INTERAKSI SOSIAL SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 13 Kota Magelang)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

Wahyu Fathurohman
NPM. 12.0301.0064

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI BERJUDUL

**PENGARUH PELATIHAN TEKNIK *SELF-REGULATED
LEARNING* (SRL) TERHADAP PENINGKATAN
INTERAKSI SOSIAL SISWA**
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 13 Kota Magelang)



Magelang, 19 Januari 2017

Dosen Pembimbing I

Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons.
NIP. 19580912 198503 1 006

Dosen Pembimbing II

Drs. Arie Supriyatna, M.Si.
NIP. 19560412 198503 1 002

...

HALAMAN PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dan disahkan oleh Dekan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang
Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Diterima dan disahkan oleh Penguji :

Hari : Kamis

Tanggal : 19 Januari 2017

Tim Penguji Skripsi :

1. Ketua / Anggota : Dr. Muhammad Japar, M.Si. *Kons.* (.....)
2. Sekretaris / Anggota : Drs. Arie Supriyatna, M.Si. (.....)
3. Penguji 1 : Drs. Subiyanto, M.Pd (.....)
4. Penguji 2 : Dr. Riana Mashar, M.Si. Psi (.....)

Mengesahkan,
Dekan FKIP


Drs. Subiyanto, M.Pd
NIP. 19570807 198303 1 002

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Wahyu Fathurohman
NPM : 12.0301.0064
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan Teknik *Self- Regulated Learning*
Terhadap Peningkatan Interaksi Sosial Siswa

Menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat adalah hasil karya sendiri. apabila dikemudian hari merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima sanksi berdasarkan aturan di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Magelang, 19 Januari 2017

Yang Menyatakan



Wahyu Fathurohman

NPM. 12.0301.0064

MOTTO

“Maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut, mudah-mudahan ia ingat atau takut”.

(Qs.Taa-Haa 44)

PERSEMBAHAN

Segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT,
skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Ayah dan Ibu tercinta, Suwarno dan Sri Haryani yang selalu berjuang untukku, memberikan semangat dan mendoakan dalam setiap langkah usahaku dan perjalananku.
2. Almamaterku tercinta, prodi BK FKIP UMMagelang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pelatihan *Self-Regulated Learning* Terhadap Peningkatan Interaksi Sosial Siswa”. Tujuan dari penyusunan skripsi ini ialah sebagai syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan program studi Bimbingan Konseling.

Selama Penyusun skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Drs. Subiyanto, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.
3. Sugiyadi, M.Pd.,Kons. selaku Ketua Program Studi Bk UMMagelang sekaligus dosen Pembimbing akademik.
4. Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons. dan Drs. Arie Supriyatna, M.Si. selaku Dosen Pembimbing I dan II yang sabar membimbing dan membantu selama pembuatan skripsi.
5. Imam Baihaqi, M.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 13 Kota Magelang yang telah berkenan memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
6. Mundiya, selaku Guru Bk yang telah membantu dan memberikan ijin penelitian di kelas VIII D.
7. Sahabat-sahabatku dan keluargaku yang selalu memberikan semangat dan do'a dalam penulisan skripsi ini dan teman seperjuangan yang selama ini

memberikan semangat selama studi di prodi BK dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga masih perlu dikaji dan dikembangkan. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan masukan dan saran yang membangun untuk perbaikan penulisan ini. Akhir kata, semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, amin.

Magelang, 19 Januari 2017
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
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAKSI	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Interaksi Sosial Siswa	7
B. Pelatihan <i>Self-Regulated Learning</i>	22

C. Pengaruh <i>Self-Regulated learning</i> Terhadap Interaksi Sosial	29
D. Kerangka Bepikir	30
E. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian	33
B. Identifikasi Variabel Penelitian	34
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	34
D. Subyek Penelitian	37
E. Metode Pengumpulan Data	39
F. Prosedur Pelaksanaan Penelitian	43
G. Analisis Data	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan Hasil Penelitian	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir	32

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 : <i>Pre-test Pos-Test control group design</i>	33
Tabel 2 : Kisi-Kisi Modul <i>Self-Regulated Learning</i>	35
Tabel 3 : Penilaian Skor Angket	39
Tabel 4 : Kisi-Kisi Angket Peningkatan Interaksi Sosial Siswa	40
Tabel 5 : Daftar angket valid.....	42
Tabel 6 : Kategori Skor Angket Interaksi sosial Siswa.....	46
Tabel 7 : Daftar Sampel penelitian.....	47
Tabel 8 : Hasil <i>Pos-Test</i>	48
Tabel 9 : Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	49
Tabel 10 : Hasil Uji Normalitas.....	50
Tabel 11 : Hasil Uji Anova.....	52
Tabel 12 : Peningkatan Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Pos Test</i> Kelompok Eksperimen...	53
Tabel 13 : Peningkatan Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Pos Test</i> Kelompok Kontrol.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 : Surat Ijin Penelitian dan Surat keterangan Penelitian	65
Lampiran 2 : Hasil <i>Try Out</i> Angket	68
Lampiran 3 : Hasil uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	72
Lampiran 4 : Angket	81
Lampiran 5 : Data <i>Pre Test</i>	85
Lampiran 6 : Modul, Materi dan Pelaksanaan/ Hasil Penelitian.....	87
Lampiran 7 : Jadwal pelaksanaan Pelatihan <i>Self-Regulated Learning</i>	134
Lampiran 8 : Data <i>Pos Test</i>	136
Lampiran 9 : Hasil Uji Normalitas	138
Lampiran 10 : Hasil Uji Homogenitas	142
Lampiran 11 : Hasil Uji Anova	144
Lampiran 12 : Daftar Hadir Pelaksanaan Pelatihan <i>SRL</i>	149
Lampiran 13 : Dokumentasi.....	160

PENGARUH PELATIHAN TEKNIK *SELF-REGULATED LEARNING* (SRL) TERHADAP PENINGKATAN INTERAKSI SOSIAL SISWA

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 13 Kota Magelang)

Wahyu Fathurohman

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pelatihan *self-regulated learning* terhadap pengaruh peningkatan interaksi sosial siswa. Penelitian dilakukan pada siswa kelas VIII D SMP N 13 Kota Magelang T.A 2016/2017.

Penelitian ini menggunakan *pre test pos test control grup design* dengan satu perlakuan. Sampel yang diambil sebanyak 24 siswa, 12 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 12 siswa sebagai kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode dalam pengumpulan data menggunakan kuisioner. Teknik analisis data menggunakan analisis parametrik *one way ANOVA*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan *self-regulated learning* terhadap peningkatan interaksi sosial siswa. Penelitian ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan interaksi sosial siswa antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana skor peningkatan interaksi sosial siswa kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Kata kunci : *self-regulated learning*, interaksi sosial.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Para ahli pendidikan sependapat bahwa remaja adalah mereka yang berusia 13 tahun sampai 18 tahun. Remaja tidak bisa dikatakan sebagai anak-anak namun belum cukup matang untuk dikatakan dewasa. Karena sedang mencari pola hidup yang sesuai baginya dengan coba-coba sehingga sering terjadi kesalahan. Remaja sebagai makhluk sosial dituntut memiliki kemampuan interaksi sosial yang baik. Kegagalan remaja dalam menguasai kemampuan sosial akan menyebabkan remaja sulit menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Sebagai makhluk sosial manusia pasti membutuhkan interaksi dengan orang lain, begitu dengan seorang remaja yang dituntut untuk menjalin hubungan sosial dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. hubungan sosial menjadi sangat penting karena remaja akan mengalami perasaan yang sama dengan teman sebayanya, yakni kegelisahan atas perkembangan pada dirinya dan status yang tidak jelas antara anak dan dewasa. Oleh karena itu, teman sebaya dianggap seseorang yang dapat memahaminya (Rahmawati, 2007).

Siswa merupakan peserta didik dalam lembaga sekolah tertentu. Siswa dalam hal ini adalah siswa SMP yang berusia antara 13-16 tahun

siswa SMP dalam tahap perkembangannya dapat dikategorikan sebagai masa remaja yang sangat membutuhkan hubungan sosial baik di lingkungan sekolahnya maupun di lingkungan masyarakat salah satunya dengan berinteraksi sosial baik dengan individu maupun dengan kelompok.

Kemampuan siswa dalam melakukan interaksi sosial antar siswa yang satu dengan siswa yang lain, antar siswa dengan guru, dan antar siswa dengan petugas sekolah, tidak sama. Siswa yang memiliki kemampuan interaksi tinggi akan mudah dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan ia tidak akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain dan sebaliknya siswa yang memiliki kemampuan berinteraksi rendah akan mengalami hambatan dalam bergaul di lingkungannya. interaksi sosial siswa dengan teman-teman di sekolah mempunyai peranan penting dalam perkembangan anak (Ahmadi, 2007).

Berdasarkan pengamatan saat PPL dan observasi siswa di SMP Negeri 13 Kota Magelang, peneliti mendapatkan data bahwa siswa sekitar 240 siswa satu angkatan jumlah satu kelasnya sekitar 30 siswa kisaran 30% siswa dalam interaksi sosialnya masih kurang, banyak siswa dalam interaksi sosialnya rendah sebagai contoh sering siswa kurang menghargai orang lain baik guru maupun temannya di sekolah, ketika guru memberikan arahan atau mengajarkan dalam kebaikan siswa tidak memberikan timbal balik yang baik, tidak mendengarkan, tidak merespon dengan baik bahkan menyepelekan guru.

Siswa saat di sekolah dalam berkomunikasi kurang sopan belum bisa menempatkan dengan siapa siswa itu berbicara dan ada juga siswa terisolir karena dalam interaksi sosial yang rendah tidak bisa menyesuaikan dengan kondisi, karena kebanyakan siswa dalam bergaulnya di lingkungan sekolah sedikit mengalami penyimpangan. Selain itu guru BK juga mengatakan bahwa latarbelakang siswa baik orang tua atau keluarga siswa kebanyakan tergolong dari golongan menengah kebawah jadi sangat berpengaruh terhadap kondisi siswa, sehingga sangat dibutuhkan pemahaman maupun peningkatan interaksi sosial siswa baik di lingkungan sekolah dan juga masyarakat.

Upaya yang dilakukan oleh guru BK dalam meningkatkan interaksi sosial siswa yang kurang maupun rendah dengan melakukan bimbingan kelompok kepada siswa yang memiliki interaksi rendah, tetapi setelah dilakukan bimbingan kelompok interaksi sosial siswa tidak mengalami perubahan dan antusias siswa untuk mengikuti bimbingan kelompok kurang. Guru BK merasa dengan melakukan bimbingan kelompok kurang efektif dalam meningkatkan interaksi sosial yang rendah dikarenakan metode yang digunakan kurang menarik dan siswa kurang antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dalam meningkatkan interaksi sosial siswa, penelitian yang dilakukan oleh Luluk khurotul Aini dan Mochamad Nursalim dalam penelitiannya yang berjudul penerapan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan

kemampuan interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah di SMP Negeri 1 Krembung Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan jenis *pre-eksperimental design*, dengan metode *the one group pre test – post test design*. hasil penelitian menunjukkan bahwa skor interaksi sosialnya mengalami peningkatan dari sebelum *treatment* dan sesudah *treatment*.

Peneliti akan mencoba meggunakan teknik berbeda dalam melakukan penelitian untuk meningkatkan interaksi sosial siswa dengan memberikan pelatihan *self-regulated learning* dengan diberikan beberapa kali pelatihan guna meningkatkan interaksi sosial siswa.

Konsep *self-regulated learning* merupakan salah satu konsep penting dalam belajar sosial. Pitrich (dalam Tamamin, 2011:54) *self regulated learning* sebagai proses aktif dimana siswa mampu mengatur, mengawasi dan mengontrol diri mereka baik secara kognisi, motivasi dan perilaku dalam proses pencapaian tujuan belajar. Regulasi diri (*self regulation*) adalah proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri. Menentukan target untuk mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut.

Menurut Schunk (dalam Susanto 2006), regulasi adalah kemampuan untuk mengontrol diri sendiri. Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang mempengaruhi pemikiran, perilaku, dan

perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Siswa dalam meregulasi diri meyakinkan terhadap dirinya serta memotivasi diri bisa merubah perilakunya dalam berinteraksi sosial yang dulunya siswa berkomunikasi kurang baik maupun siswa yang terisolir dan siswa yang tidak bisa menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya dapat dirubah dengan sendiri melalui regulasi diri. Interaksi sosial yang rendah dapat ditingkatkan melalui regulasi diri tanpa dipengaruhi oleh individu lain.

Berdasarkan uraian diatas, merupakan hal yang melatarbelakangi peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh pelatihan *self-regulated learning* terhadap peningkatan interaksi sosial siswa yang akan saya lakukan di SMP Negeri 13 Kota Magelang di kelas VIII D.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: apakah ada pengaruh pelatihan dengan teknik *self-regulated learning* terhadap peningkatan interaksi sosial siswa pada siswa kelas VIII D di SMP Negeri 13 Kota Magelang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil perumusan masalah maka terdapat tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh pelatihan dengan teknik *self-*

regulated learning terhadap peningkatan interaksi sosial siswa pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 13 Kota Magelang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai tambahan pengetahuan dan ketrampilan interaksi sosial siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Melatih kemampuan teoritis yang diperoleh selama studi kedalam dunia praktek.
- b. Menambah ilmu pengetahuan dalam hal penelitian.
- c. Membantu dalam meningkatkan interaksi sosial siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Interaksi Sosial Siswa

1. Pengertian Interaksi Sosial Siswa

Abdulsyani (2007:152) mengatakan bahwa mengenai interaksi sosial sendiri diartikan sebagai hubungan-hubungan sosial timbal balik yang dinamis, yang menyangkut hubungan antara orang-orang secara perseorangan, antara kelompok-kelompok manusia, maupun antara orang dengan kelompok-kelompok manusia.

Adapun pengertian interaksi sosial menurut Basrowi (2005:138) adalah hubungan dinamis yang mempertemukan orang dengan orang, kelompok dengan kelompok, maupun orang dengan kelompok manusia. Bentuknya tidak hanya bersifat kerjasama, tetapi bisa juga berbentuk tindakan persaingan, pertikaian, dan sejenisnya.

Menurut Walgito (2003: 57) interaksi sosial adalah hubungan antara individu satu dengan individu yang lain, individu satu dapat mempengaruhi individu yang lain atau sebaliknya, jadi terdapat adanya hubungan yang saling timbal balik.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa interaksi sosial adalah hubungan dua orang atau lebih baik individu maupun kelompok yang dinamis saling berpengaruh, dapat mengubah perilaku maupun cara berfikir dari individu melalui proses hubungan tersebut,

individu akan memperbaiki atau memperburuk perilaku berdasarkan aktifitas. Hubungan tersebut saling mempengaruhi dan mengubah cara berfikir maupun tingkahlaku, diharapkan tercapai hubungan yang dinamis.

2. Ciri- Ciri Interaksi Sosial

Interaksi sosial terdapat beberapa ciri-ciri diantaranya (Santoso: 2004: 11) yaitu:

- a. Adanya hubungan, yaitu setiap interaksi terjadi karena adanya hubungan antara individu dengan individu maupun antara individu dengan kelompok.
- b. Ada individu, yaitu setiap interaksi sosial melibatkan individu yang melakukan hubungan.
- c. Adanya tujuan, yaitu setiap interaksi sosial memiliki tujuan tertentu, seperti mempengaruhi individu yang lain.
- d. Adanya hubungan dengan struktur dan fungsi kelompok, yaitu interaksi sosial yang ada hubungan dengan struktur dan fungsi kelompok ini terjadi karena individu dalam hidupnya tidak terpisah dari kelompok. Disamping itu, setiap individu memiliki fungsi didalam kelompoknya.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri interaksi sosial yaitu adanya hubungan antar individu dengan individu maupun kelompok, individu yang mempunyai peran penting dalam interaksi. Adanya tujuan yang diinginkan dari setiap interaksi sosial

yang terjadi pada individu dan hubungan struktur fusi kelompok karena individu dalam interaksinya tidak terpisah oleh lingkungan kelompok baik dilingkungan pergaulan, lingkungan interaksi maupun kelompok, dalam suatu kelompok individu harus bisa berinteraksi dengan anggota-anggota lain.

3. Faktor yang Mendasari Interaksi Sosial

Ada beberapa faktor yang mendasari terjadinya interaksi sosial menurut H. Bonner (dalam Gerungan, 2002: 58), sebagai berikut:

a. Faktor Imitasi

Telah diuraikan dalam perkembangan ilmu jiwa sosial mengenai pendapat Gabriel Tarde yang beranggapan bahwa seluruh kehidupan sosial berasal dari faktor imitasi saja, faktor imitasi dalam interaksi sosial mempunyai segi negatif. Yaitu apabila yang diimitasi itu salah ataupun salah secara moral, apabila contoh demikian diimitasi orang banyak proses imitasi itu dapat menimbulkan terjadinya kesalahan kolektif yang meliputi jumlah serba besar.

Proses imitasi dalam interaksi sosial dapat menimbulkan kebiasaan dimana orang mengimitasi sesuatu tanpa kritik, seperti yang berlangsung pada faktor sugesti. Hal ini dapat menghambat perkembangan kebiasaan berfikir kritis. Adanya imitasi dalam interaksi sosial dapat memajukan gejala-gejala kebiasaan malas berfikir kritis pada individu manusia.

Gabriel Tarde mengatakan, sebelum orang mengimitasi suatu hal harus terpenuhi beberapa syarat yaitu:

- 1) Minat perhatian yang cukup besar akan hal tersebut.
- 2) Sikap menjunjung tinggi dan mengagumi hal yang diimitasi.
- 3) Dapat juga orang-orang mengimitasi suatu pandangan dan tingkahlaku karena mempunyai penghargaan sosial yang tinggi.

Imitasi bukan menjadi dasar pokok dari semua interaksi sosial seperti yang diuraikan Gabriel Tarde, melainkan dari segi proses sosial. Dengan cara imitasi, pandangan dan tingkahlaku seseorang mewujudkan sikap-sikap, ide-ide dan adat-istiadat dari suatu keseluruhan kelompok masyarakat.

b. Faktor Sugesti

Sedangkan sugesti seseorang memberikan pandangan atau sikap dari dirinya yang diterima oleh orang lain diluarnya. Memang besar peranan sugesti itu dalam pembentukan norma-norma kelompok, prasangka-prasangka sosial, norma-norma sosial, norma politik. Sugesti dalam ilmu jiwa sosial dapat kita rumuskan sebagai suatu proses dimana individu menerima suatu cara penglihatan atau pedoman-pedoman tingkahlaku dari orang lain tanpa kritik terlebih dahulu.

Syarat-syarat yang memudahkan sugesti terjadi, yaitu:

- 1) Sugesti karena hambatan berfikir.

Dalam sugesti seseorang dikenainya pandangan-pandang orang lain tanpa memberikan pertimbangan-pertimbangan kritik terlebih dahulu. Orang yang kena sugesti mengikuti yang dianjurkan orang lain, hal ini lebih mudah terjadi apabila ia, pada waktu dikenai sugesti berada dalam keadaan ketika cara-cara berfikir kritis itu agak terhambat-hambat dan hal ini dapat terjadi misalnya orang sudah lelah berfikir, tetapi apabila proses berfikir dikurangi dayanya karena sedang mengalami rangsangan-rangsanya emosional.

2) Sugesti karena keadaan berfikir terpecah-pecah.

Selain dari keadaan berfikir dihambat karena kelelahan atau rangsangan emosional sugesti itu pun mudah terjadi pada diri orang apabila mengalami disosiasi atau pemikiran terpecah belah. Hal ini dapat terjadi apabila orang yang bersangkutan menjadi bingung karena ia dihadapkan kepada kesulitan-kesulitan hidup yang terlalu kompleks bagi daya penampungannya. Apabila seseorang karena suatu hal menjadi bingung, maka ia lebih mudah terkena oleh sugesti orang lain yang mengetahui jalan keluarnya dari kesulitan-kesulitan yang ia hadapi itu. Pengaruh sugesti ini dapat diperoleh karena faktor otoritas dan karena faktor mayoritas.

3) Sugesti karena otoritas

Orang-orang cenderung menerima pandangan-pandangan atau sikap-sikap atau pandangan dimiliki orang lain yang ahli dalam lapangan, sehingga dianggap otoritas pada lapangan ataupun dimiliki oleh orang yang mempunyai tingkat sosial yang tinggi.

4) Sugesti karena mayoritas.

Orang cenderung menerima suatu pandangan atau ucapan apabila ucapan itu didukung oleh mayoritas, oleh sebagian besar dari golongannya, kelompok atau masyarakat. Mereka cenderung menerima pandangan ini tanpa pertimbangan lebih lanjut.

5) Sugesti karena “*will to believe*”

Sugesti justru membuat sadar akan adanya sikap-sikap dan pandangan tertentu pada orang-orang. Sehingga yang terjadi dalam sugesti ini adalah diterimanya suatu sikap pandangan, tetapi dalam keadaan terpendam. Dalam sugesti ini akan diterima tanpa pertimbangan karena pribadi seseorang sudah terdapat kesediaan untuk lebih sadar dan yakin akan hal yang disugesti itu yang sebenarnya sudah terdapat pada dirinya. Jenis sugesti ini dapat disebut sugesti karena keyakinan untuk meyakinkan dirinya.

c. Faktor Identifikasi

Dalam proses identifikasi seluruh sistem, norma, sikap tingkahlaku orang tuanya dijadikan norma, cita-cita. Identifikasi dilakukan orang kepada orang lain yang dianggap ideal dan yang masih kekurangan pada dirinya. Proses ini terjadi secara otomatis, bawah sadar, dan objek identifikasi itu tidak dipilih secara rasional. Jadi dalam interaksi sosial hubungan sosial yang berlangsung pada identifikasi itu lebih mendalam dari pada hubungan yang berlangsung melalui proses-proses sugesti ataupun imitasi.

Identifikasi memungkinkan terjadinya pengaruh yang lebih mendalam dari pada proses imitasi dan sugesti walaupun ada kemungkinan bahwa pada mulainya identifikasi diawali oleh adanya imitasi dan sugesti.

d. Faktor simpati

Simpati dapat dirumuskan sebagai ketertarikan antar satu dengan orang yang lain, simpati timbul karena penilaian perasaan. Timbulnya simpati merupakan proses yang sadar bagi diri manusia yang merasa simpati terhadap orang lain. Tetapi dalam simpati timbal balik itu akan dihasilkan hubungan kerjasama, dimana orang yang satu ingin lebih mengerti orang yang lain demikian jauh sehingga ia dapat berfikir dan bertindak laku seakan-akan ia adalah orang lain itu, adapun bentuk dasar simpati :

- 1) Simpati yang menimbulkan respon secara cepat (hampir seperti reflek).
- 2) Simpati yang sifatnya lebih intelektual, artinya seseorang dapat bersimpati pada orang lain sekalipun dia tidak dapat merasakan apa yang dia rasakan.

Jadi pada simpati dorongan utama adalah ingin mengerti dan ingin kerjasama dengan orang lain sedangkan identifikasi dorongan utamanya ialah ingin mengikuti jejak, ingin mencontoh ingin belajar dari orang lain yang dianggapnya sebagai ideal. Simpati bermaksud kerjasama, identifikasi bermaksud belajar. Peranan simpati dalam interaksi sosial jelas bahwa saling mempengaruhi dalam interaksi sosial yang berdasarkan simpati.

e. Introyeksi

Gejala introyeksi itu tidak begitu sering terjadi dalam pergaulan sosial seperti faktor dasar lainnya sehingga tidak disebut sebagai faktor dasar tersendiri, hubungannya dengan faktor simpati sangat erat sekali. Artinya introyeksi diterapkan terlebih dahulu dalam sebuah contoh.

Introyeksi terjadi dalam kondisi tertentu sesudah terbentuknya kerja sama antar dua atau lebih orang berdasarkan simpati. Introyeksi dalam hal ini bahwa jiwa dan keseluruhan cara bertingkah laku orang lain itu, batin dan kegiatan khas seseorang itu seakan-akan sudah menjadi darah orang pertama.

Pendapat diatas dapat dipahami bahwa faktor yang mendasari interaksi sosial meliputi beberapa faktor diataranya faktor sugesti terpengaruh terhadap suatu hal, faktor imitasi meniru terhadap sesuatu yang baru, faktor identifikasi mengidentifikasi terhadap sesuatu yang dianggap ideal, faktor simpati meliputi ketertarikan terhadap orang lain, timbul akibat ketertarika perasaan dan faktor introyeksi cerminan dari orang lain yang saling berkaitan antara faktor tersebut dan mendasari interaksi sosial.

4. Syarat Terjadinya Interaksi Sosial

Dua syarat terjadinya interaksi sosial yaitu adanya kontak sosial dan adanya komunikasi sebagai berikut (Dayakisni dan Hudaniah 2009: 119) :

a. Kontak sosial

Kontak sosial yaitu hubungan antara satu pihak dengan pihak lain yang merupakan reaksi sosial dan masing-masing pihak saling bereaksi antara satu dengan yang lain meski tidak harus bersentuhan secara fisik. Kontak sosial dapat dibedakan menjadi dua macam:

1) Kontak Primer

Kontak primer yaitu terjadi apabila seseorang mengadakan hubungan secara langsung seperti tatap muka, berjabat tangan, saling tersenyum, main mata.

2) Kontak Sekunder

Kontak sekunder yaitu kontak tidak langsung yang memerlukan perantara seperti menelepon, dan berkirim surat.

b. Komunikasi

Komunikasi merupakan hubungan dengan orang lain baik dengan kelompok maupun individu, komunikasi ada dua macam komunikasi verbal dan non verbal.

De vito (Sugiyono, 2005: 5) mengemukakan ciri-ciri komunikasi meliputi:

1) Keterbukaan atau *openness*

Komunikasi antar pribadi mempunyai ciri keterbukaan maksudnya adanya kesediaan kedua belah pihak untuk membuka diri, mereaksi kepada orang lain, merasakan pikiran dan perasaan orang lain. Keterbukaan ini sangat penting dalam komunikasi antar pribadi agar komunikasi menjadi lebih bermakna dan efektif. Keterbukaan ini berarti adanya niat dari masing-masing pihak yang dalam hal ini antara komunikator dan komunikan saling memahami dan membuka pribadi masing-masing.

2) Empati

Empati dapat diartikan sebagai penghayatan perasaan orang lain atau turut merasakan apa yang dirasakan orang lain, khususnya dalam aspek perasaan, pikiran, dan keinginan.

3) Dukungan

Dalam komunikasi diperlukan dimunculkan sikap memberi dukungan atau motivasi dari pihak komunikator agar komunikan mau berpartisipasi dalam komunikasi.

4) Rasa positif

Rasa positif dalam berkomunikasi ditunjukkan oleh sikap dari komunikator khususnya sikap positif. Sikap positif dalam hal ini berarti adanya kecenderungan bertindak pada diri komunikator untuk memberikan penilaian yang positif terhadap komunikan.

5) Kesetaraan

Kesamaan menunjukkan kesetaraan antar komunikator dan komunikan. Apabila dalam komunikasi komunikator merasa mempunyai derajat kedudukan yang lebih tinggi dari pada komunikan maka dampaknya akan ada jarak dan ini berakibat proses komunikasi akan terhambat.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa syarat terjadinya interaksi sosial antara lain adanya kontak sosial dan komunikasi. Kontak sosial terjadi secara langsung baik secara fisik dan tidak langsung melalui perantara atau media, kontak sosial terjadi

karena adanya hubungan sosial dengan individu lain maupun kelompok, komunikasi bisa terjadi apabila ada pemberi pesan maupun penerima pesan yang saling berkesinambungan.

5. Aspek-aspek Interaksi sosial

Menurut Kurt Lewin (Husnain, 2012: 5) ada beberapa aspek yang mendasari interaksi sosial antara lain:

a. Komunikasi

Komunikasi yaitu seseorang memberikan tafsiran pada perilaku orang lain yang berwujud pembicaraan, gerak gerik badan atau sikap perasaan-perasaan apa yang ingin disampaikan oleh orang tersebut.

b. Sikap

Sikap adalah sesuatu yang dipelajari (bukan bawaan), sikap lebih dapat dibentuk, dikembangkan, dipengaruhi, diubah dengan demikian sikap seseorang atau individu berdasarkan dimana individu tersebut tinggal.

c. Tingkah Laku Kelompok

Kurt Lewin (Husnain, 2012: 5) tingkah laku kelompok adalah fungsi dari kepribadian individu maupun situasi sosial. Tingkah laku dapat mempengaruhi individu itu sendiri, maupun berpengaruh pada lingkungan, demikian pula lingkungan dapat mempengaruhi individu, individu dapat mempengaruhi individu dan sebaliknya.

Aspek interaksi sosial antara lain komunikasi, sikap dan tingkahlaku kelompok. Suatu interaksi sosial akan terbentuk jika terpenuhinya ketiga aspek tersebut, komunikasi merupakan hal terpenting karena interaksi sosial akan terbentuk apabila terjadi komunikasi diantara individu dan kelompok. Sikap terbentuk dan dipengaruhi oleh kondisi dan keadaan lingkungan dimana individu tinggal. Tingkahlaku kelompok dimana individu akan mempengaruhi diri sendiri maupun pada lingkungan.

Turner (Saripah, 2013: 9) mengemukakan beberapa aspek interaksi sosial di sekolah sebagai berikut:

- 1) Peran (*role*), terdiri dari memulai (*initiation*) dan merespon (*ancknowledgement*)
 - a) Perilaku memulai (*initiation*) ditandai dengan peserta didik mampu memulai terjadinya interaksi seperti menyapa, bertanya dan kontak mata.
 - b) Perilaku merespon (*ancknowledgements*) ditandai dengan peserta didik mampu merespon percakapan seperti menjawab sapaan.
- 2) Tujuan (*purpose*) merupakan tujuan seseorang berinteraksi dengan orang lain yang terdiri dari sosial (*social*) dan interaksi yang berhubungan dengan tugas (*task related interaction*).
 - a) Sosial (*social*) ditunjukkan oleh peserta didik dengan tujuan sosial yang berkenaan dengan rekreasi atau kesenangan,

interaksi sosial yang dilakukan tidak berkaitan dengan tugas tetapi lebih kepada tujuan sosial seperti ngobrol, atau berkomunikasi.

b) Interaksi berhubungan dengan tugas (*task related interaction*), ditandai oleh peserta didik karena memiliki hubungan yang berhubungan dengan tugas seperti diskusi tentang mata pelajaran dan bekerjasama.

3) Keterlibatan atau partisipasi (*topography*) merupakan kategori perilaku yang memperhatikan individu ikut berpartisipasi atau terlibat dalam interaksi sosial, terdiri dari:

a) Berpartisipasi dalam kegiatan yang sedang berlangsung (*on task*) ditandai peserta didik dengan berpartisipasi secara tepat dalam aktivitas yang sedang berlangsung, terlepas dari sifat kegiatan.

b) Tidak berpartisipasi dalam kegiatan yang sedang berlangsung (*no active task participation*), ditandai peserta didik dengan tidak berpartisipasi dalam kegiatan yang sedang berlangsung tetapi juga tidak memperlihatkan perilaku yang tidak tepat. Misalnya ketika dikelas tidak memperhatikan guru, tidak menulis.

c) Menarik diri dari lingkungan (*voluntary isolation*), ditandai peserta didik dengan sengaja menghilangkan diri dari kesempatan untuk menerima sapaan dengan berjalan menjauh

dari orang lain, diam saat diajak bicara, mengasingkan diri dari keramaian.

- d) Perilaku kasar terhadap orang lain (*aggressive to other*) , ditunjukkan peserta didik dengan bereprilaku yang tidak pantas dan lebih diarahkan kepada orang lain. Perilaku agresif yang ditunjukkan peserta didik seperti meludah, memukul, menendang, menjerit.
- e) Perilaku menjatuhkan citra diri (*inappropriate to self*) ditunjukkan oleh peserta didik dengan merusak diri atau menjatuhkan reputasi diri seperti bertingkaahlaku bodoh, bersikap aneh.
- f) Perilaku tidak pantas terhadap orang lain (*mild inappropriate*) ditunjukkan peserta didik dengan tidak pantas tetapi intensitasnya lebih rendah dibanding perilaku agresif. Perilaku ditandai dengan berteriak, menghina, membuat lelucon untuk orang lain, mengambil barang yang bukan miliknya, menggoda orang lain.

Aspek diatas dapat disimpulkan bahwa kemampuan interaksi sosial meliputi peran, tujuan dan keterlibatan atau partisipasi individu. Individu harus memahami perannya dalam lingkungan yang sedang ditempati, tujuan individu sebagai siswa di sekolahan mampu berinteraksi dengan siswa lain berhubungan dengan tugas maupun dengan guru. Sedangkan partisipan atau

keterlibatan individu sebagai siswa ikut aktif pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung maupun kegiatan diluar kelas.

B. Pelatihan *Self-Regulated Learning*

1. Pengertian Pelatihan *Self-Regulated learning*

Hamalik (2001: 10) pelatihan merupakan suatu proses latihan yang merupakan serangkaian tindakan yang dilakukan secara berkesinambungan, bertahap dan terpadu. Tiap arah proses pelatihan mempunyai arah dan tujuan tertentu sesuai dengan pelatihan yang diberikan.

Menurut Good (dalam Fuadadman, 2011: 1) pelatihan adalah suatu proses membantu orang lain dalam memperoleh *skill* dan pengetahuan.

Sumantri (2000: 2) mengartikan pelatihan sebagai proses pendidikan jangka pendek yang menggunakan cara atau prosedur yang sistematis dan terorganisir. Para peserta pelatihan akan mempelajari pengetahuan dan ketrampilan yang sifatnya praktis untuk tujuan tertentu.

Berdasarkan pendapat diatas pelatihan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara bertahap, sistematis, terencana serta mempunyai prosedur dan mempunyai tujuan yang jelas sehingga memperoleh pengetahuan dan tercapainya suatu tujuan tertentu.

Peneliti dalam melakukan pelatihan menggunakan teknik *self-regulated learning*. Winne (dalam Santrock, 2007) karakteristik *self-*

regulated learning adalah 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, mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan.

Pintrich (dalam Komalasari dan Alsa, 2005) menemukan bahwa *self-regulated learning* merupakan komponen yang penting dalam belajar bagi siswa. Seorang siswa seharusnya memiliki kesadaran yang tinggi terhadap perilakunya, motivasi, kognisi dan motivasi atau keyakinan yang positif yang harus mempraktekkan pengaturan belajar mereka yaitu *self-regulated learning*.

Bandura (dalam Alwisol, 2009: 286) berpendapat bahwa dinamika proses beroperasinya *self-regulated learning* antara lain terjadi dalam proses yang berisi *self-observation*, *self-judgement*, dan *self response*. Ketiganya memiliki hubungan yang sifatnya resiprositas seiring dengan konteks persoalan yang mereka hadapi. Memahami pengertian menurut Bandura, *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.

Berdasarkan pengertian diatas, peneliti dapat memahami bahwa *self-regulated learning* adalah suatu proses dimana seseorang aktif berusaha memonitor dan mengatur, memotivasi perilaku serta memahami diri sendiri untuk menetapkan arah tujuan belajarnya.

2. Faktor yang mempengaruhi *Sef-regulated learning*

Menurut Latipun(2008: 285-286) ada dua faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* ialah:

a. Faktor eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara yaitu:

- 1) Faktor eksternal memberi standar untuk mengevaluasi tingkahlaku. Faktor internal berinteraksi dengan pengaruh-pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi seseorang. Melalui orang tua dan guru anak-anak belajar baik-buruk, tingkahlaku yang dikehendaki dan tidak dikehendaki. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang lebih kuat anak, kemudian mengembangkan standar yang dapat dipakai untuk menilai prestasi diri.
- 2) Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguat (*reinforcement*). Hadiah tidak selalu memberi kepuasan orang membutuhkan intensif yang berasal dari lingkungan eksternal. Standar tingkahlaku dan penguatan biasanya bekerja

sama, ketika orang dapat mencapai standar tingkahlaku tertentu, perlu penguatan agar tingkahlaku semacam itu menjadi pilihan untuk dilakukan lagi.

b. Faktor internal

Faktor internal berinteraksi dengan faktor eksternal dalam penguatan diri. Ada tiga bentuk faktor internal yaitu:

1) Observasi Diri (*Self observation*)

Observasi diri dilakukan berdasarkan kualitas penampilan, orisinalitas tingkahlaku diri dan seterusnya. Orang harus mampu memonitor performansinya, walaupun tidak sempurna karena orang cenderung memilih beberapa aspek dan tingkahlakunya serta mengabaikan tingkahlaku lainnya. Apa yang diobservasi seseorang tergantung minat dan konsep diri.

2) Proses penilaian (*judgmental process*)

Proses penilaian adalah melihat kesesuaian tingkahlaku dengan standar pribadi, membandingkan tingkahlaku dengan norma standar atau tingkahlaku orang lain. Menilai berdasarkan suatu aktivitas, dan memberi atribut performansi.

Standar pribadi bersumber dari pengalaman mengamati model, misalnya orang tua atau guru dan menginterpretasi balik atau penguatan dari performansi diri. Berdasarkan sumber model dan performansi yang mendapat penguatan, proses kognitif menyusun ukuran-ukuran atau norma yang bersifat pribadi,

karena ukuran itu tidak selalu sinkron dengan kenyataan. Standar ini jumlahnya terbatas. Sebagian besar aktivitas harus dinilai dengan membandingkannya dengan ukuran eksternal berupa perbandingan sosial, perbandingan dengan orang lain atau perbandingan kolektif. Orang juga menilai suatu aktivitas berdasarkan arti penting dari aktivitas itu bagi dirinya. Akhirnya orang juga menilai seberapa besar dirinya menjadi penyebab dari suatu performansi yang baik atau sebaliknya justru dikenai atribut terjadinya kegagalan dan performansi yang buruk.

3) Reaksi diri Afektif (*self response*)

Berdasarkan pengamatan orang mengevaluasi diri sendiri secara positif dan negatif, kemudian menghadiyai dan menghukum diri sendiri. Bisa tidak muncul reaksi afektif karena fungsi kognitif membantu kesinambungan yang mempengaruhi evaluasi positif dan negatif menjadi kurang bermakna secara individual.

Pendapat diatas dapat dipahami bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi antara lain faktor eksternal dan internal, untuk pengaturan diri antara lain dengan memanipulasi faktor eksternal, memonitor dan mengevaluasi tingkahlaku internal. Tingkahlaku manusia adalah hasil pengaruh interaksi antar faktor internal dan faktor eksternal.

3. Proses *Self-Regulated Learning*

Secara khusus Ormrod (2008: 38), *self-regulated learning* mencakup proses-proses berikut :

a. Penetapan Tujuan (*Goal Setting*)

Pembelajaran yang mengatur diri mengerti apa yang mereka capai ketika membaca atau belajar, biasanya mereka meningkatkan tujuan-tujuan mereka mengerjakan suatu aktivitas belajar dengan tujuan dan cita-cita jangka panjang.

b. Perencanaan (*Planning*)

Pembelajaran yang mengatur diri sebelumnya sudah menemukan bagaimana baiknya menggunakan waktu dan sumberdaya yang tersedia untuk tugas-tugas belajar.

c. Motivasi Diri (*Self- motivation*)

Pembelajaran yang mengatur diri biasanya memiliki motivasi yang tinggi akan kemampuan mereka menyesuaikan suatu tugas belajar dengan sukses. Mereka menggunakan strategi agar tetap terarah pada tugas yang baik.

d. Control Atensi (*Attention Control*)

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

e. Penggunaan Strategi belajar yang fleksibel (*flexible we of learningstrategis*)

Pembelajaran yang mengatur diri memiliki strategi belajar berbeda tergantung tujuan yang ingin mereka capai.

f. Monitor diri (*self-monitoring*)

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

g. Mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*)

Pembelajaran yang mengatur diri tidak sesuai harus berusaha sendiri. Sebaiknya mereka membutuhkan bantuan orang lain dan mencari bantuan semacam itu, mereka meminta bantuan yang akan memudahkan mereka bekerja mandiri dikemudian hari.

h. Evaluasi diri (*self-evaluation*)

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

Proses *self-regulated learning* dapat disimpulkan sebagai berikut penetapan tujuan (*goal Setting*), perencanaan (*planning*), motivasi diri (*self-motivation*), control atensi (*attention control*), penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible we of learningstrategis*), monitor diri (*self-*

monitoring), mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*), evaluasi diri (*self-evaluation*).

C. Pengaruh *Self-Regulated Learning* Terhadap Peningkatan Interaksi Sosial Siswa

Interaksi sosial siswa yang rendah merupakan perilaku yang dimiliki siswa terhadap orang lain dalam hubungan timbal balik dengan orang lain dilingkungan sosialnya. Interaksi sosial yang rendah pada siswa merupakan masalah yang harus diperhatikan karena akan berdampak pada komunikasi maupun hubungan terhadap orang lain baik teman maupun dengan guru di sekolah dan menghambat proses belajar maupun hubungan sosial di sekolah. Penyebab interaksi sosial rendah yang ada pada siswa dikarenakan faktor dari dalam diri individu maupun pengaruh dari lingkungan.

Upaya agar interaksi sosial siswa meningkat dapat dilakukan dengan cara diberikan pelatihan *self-regulated learning*, memberikan pelatihan maupun perlakuan dengan beberapa kali tindakan terkait peningkatan interaksi sosial siswa. Siswa dalam meregulasi diri meyakinkan terhadap dirinya serta memotivasi diri bisa merubah perilakunya dalam diri siswa tanpa pengaruh oleh individu lain. Pelaksanaan pelatihan dalam upaya peningkatan interaksi sosial melalui *goal setting* menetapkan tujuan interaksi sosial siswa agar siswa mempunyai tujuan sosial serta strategi pencapaian tujuan, *self motivation* memotivasi diri, *attention control* memfokuskan diri terhadap situasi yang

dihadapi dan evaluasi diri terkait penetapan tujuan yang sudah dilakukan dalam upaya peningkatan interaksi sosial yang rendah.

Melalui regulasi diri siswa mampu mengubah kondisi awal interaksi yang kurang maupun rendah menjadi interaksi sosial yang tinggi. Meningkatnya interaksi sosial dapat dilihat dari kemampuan siswa dalam melakukan percakapan, kerjasama dengan orang lain, keterbukaan, empati, motivasi, rasa positif dan kerjasama dalam melakukan komunikasi dengan orang lain.

Bandura (dalam Alwisol, 2009: 286) pelatihan *self-regulated learning* mempunyai tujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi, menyadari keadaan emosi mereka dan punya strategi untuk mengelola emosinya, secara periodik memonitor kemajuan kearah tujuannya, menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat, mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi.

Hasil dari kegiatan yang telah dilakukan akan memberikan dampak perubahan yang positif bagi siswa menerapkan strategi belajar yang diatur sendiri, sehingga siswa dapat melewati tahap perkembangan dengan lebih baik.

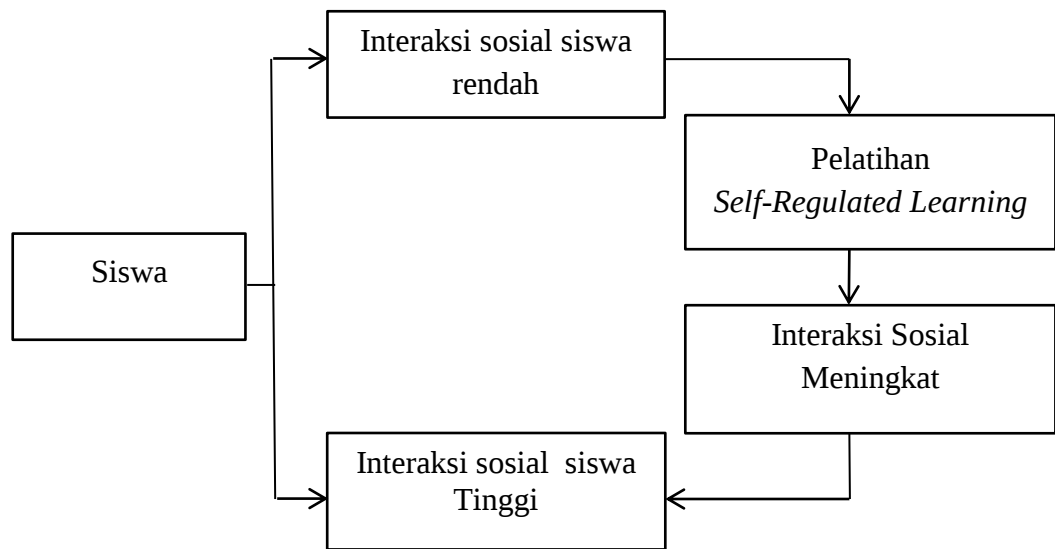
D. Kerangka Bepikir

Siswa kelas VIII di SMP Negeri 13 Magelang ada yang memiliki interaksi sosial tinggi dan ada siswa yang interaksi sosialnya masih rendah, siswa yang interaksi sosial rendah mempunyai karakteristik

prilaku seperti menarik diri dari lingkungan, tidak mampu berkomunikasi dengan baik ketika dengan kelompok, kurang berpartisipasi aktif dalam kegiatan didalam dan diluar kelas. Menimbulkan hubungan dan kerjasama antara siswa maupun dengan guru saat di sekolahan kurang terjalin dengan baik sehingga dalam proses belajar mengajar atau guru dalam mengarahkan peserta didik menjadi kurang maksimal.

Peneliti berupaya untuk meningkatkan interaksi sosial pada siswa. Upaya dalam meningkatkan interaksi sosial pada siswa dalam penelitian ini menggunakan pelatihan *self-regulated learning*. Pelatihan yang dilakukan dalam penelitian dengan diberikan perlakuan maupun pelatihan sebanyak lima kali pelatihan dengan lima kali pertemuan secara bertahap dan berkesinambungan, dengan diberikan pelatihan *self-regulated learning* siswa mampu meregulasi dirinya, memotivasi terhadap dirinya dan mengatur dirinya secara sadar untuk belajar merubah dan meningkatkan interaksi sosial yang rendah, salah satu contoh siswa yang belum mampu berkomunikasi dengan baik dan benar dapat merubah, sehingga dalam berkomunikasi menjadi baik pada saat di sekolah dengan teman maupun dengan guru.

Melalui pelatihan *self-regulated learning* diharapkan siswa mampu meningkatkan interaksi sosial siswa yang kurang maupun yang rendah menjadi interaksi sosialnya tinggi. Agar lebih jelas kerangka berfikir dapat digambarkan pada gambar berikut:



Gamabr 1
Kerangka Berfikir

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu jawaban yang bersifat sementara. hipotesis dalam penelitian ini adalah pelatihan *self-regulated learning* berpengaruh terhadap peningkatan interaksi sosial siswa

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain dari penelitian ini menggunakan pra eksperimen dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode *pre-test post-test control group design* dengan satu perlakuan, desain penelitian tersebut ada kelompok kontrol sebagai pembanding, desain tersebut merupakan desain eksperimen yang dilakukan dengan jalan melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada subjek. perbedaan hasil tersebut dianggap sebagai efek perlakuan.

Tabel : 1
pre-test post-test control group design satu macam perlakuan

Group	Pre-test	Perlakuan	Post-test
KE	Y1	X	Y2
KF	Y3	—	Y4

Keterangan:

KE : Simbol untuk kelompok eksperimen
 KF : Simbut kelompok kontrol
 Y1 dan Y3 : *Pre-test*
 Y2 dan Y4 : *Post-test*
 X : Perlakuan
 — : Tidak diberi perlakuan

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan tes awal *pre-test* kepada kedua kelompok untuk mengukur kondisi awal subyek penelitian sebelum diberikan perlakuan kemudian

kelompok eksperimen diberikan perlakuan pelatihan *self-regulated learning* dan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada penelitian ini terdapat dua macam variabel yaitu:

1. Variabel bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pelatihan teknik *self-regulated learning*.

2. Variabel terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah interaksi sosial siswa.

C. Devinisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah konsep yang menjelaskan tentang tindakan yang ingin dicapai dan dapat diamati. Definisi operasional variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Interaksi sosial yang dibahas dalam penelitian ini adalah suatu hubungan antara dua atau lebih individu manusia dan menggambarkan kelangsungan timbal-baliknya interaksi sosial. Meliputi peran individu dalam perilaku merespon, memulai interaksi serta memiliki tujuan interaksi yang berhubungan dengan kelompok dan keterlibatan maupun partisipasi dalam kegiatan yang sedang berlangsung dengan siswa maupun kelompok.
2. Pelatihan *self-regulated learning* yang dibahas dalam penelitian ini mengacu pada tingkatan dimana siswa dapat meregulasi diri

meyakinkan terhadap dirinya serta memotivasi diri bisa merubah perilakunya guna meningkatkan interaksi sosial, dalam pelatihan *self-regulated learning* untuk mengubah interaksi sosial pada siswa menggunakan modul sebagai bahan pelatihan dan dasar pelatihan dengan kisi-kisi modul sebagai berikut:

Tabel : 2
Kisi-Kisi Modul Pelatihan *Self- Regulated learning*

No	Tema	Tujuan	Uraian Kegiatan	Waktu
1	Kontrak Kegiatan	a. Siswa mampu mengetahui tujuan maupun rencana kegiatan yang akan dilakukan	Tahap 1: pembukaan Tahap 2: intruksi pelaksanaan Tahap 3: Penutup	45 menit
2	<i>Goal setting</i> Penetapan tujuan	a. Siswa mampu menerapkan tujuan berkaitan dengan interaksi sosial meliputi tujuan sosial dan hubungan dengan orang lain. b. Siswa mampu membuat dan menetapkan tujuan dan strategi mencapai tujuan. c. Siswa memiliki pengalaman melalui <i>Goal setting</i> yang dapat meningkatkan interaksi sosial.	Tahap 1: Apersepsi Tahap 2 : Eksplorasi Tahap 3: Elaborasi Tahap 4 : Konfirmasi Tahap 5 : Penutup	80 menit
3	<i>Self Motivatio</i> n Melalui Penayang an Video	a. Penayangan Vidio Interaksi sosial, dimaksudkan agar siswa termotivasi bisa memulai menjalin interaksi dan merespon percakapan/	Tahap 1: Apersepsi Tahap 2 : Eksplorasi Tahap 3: Elaborasi Tahap 4 : Konfirmasi Tahap 5 : Penutup	80 menit

			memberikan timbal balik seperti menyapa, bertanya dll.	
		b.	Siwa memiliki pengalaman dari pelatihan <i>self motivation</i> dengan vidio interaksi sosial yang dapat digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial yang rendah.	
4	<i>Attention Control</i> melalui permainan "Sambung kata"	a.	Siswa mampu memfokuskan perhatian terhadap sesuatu yang sedang dilakukan dan dihadapi baik dengan individu maupun kelompok.	Tahap 1: persiapan dan intruksi Tahap 2 : Tindakan dan diskusi Tahap 3: Evaluasi
		b.	Siswa memiliki pengalaman setelah mengikuti pelatihan <i>attention control</i> dengan permainan, yang bisa digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial.	60 menit
5	Bimbingan Klasikal dengan materi "Komunikasi yang baik dan efektif"	a.	Siswa mampu mengetahui cara berkomunikasi secara efektif, merespon dan menggunakan bahasa tubuh yang baik, benar, sesuai baik dengan individu maupun kelompok di lingkungannya.	Tahap 1: Apersepsi Tahap 2 : Eksplorasi Tahap 3: Elaborasi Tahap 4 : Konfirmasi Tahap 5 : Penutup
		b.	Siswa memiliki pengalaman melalui pelatihan tersebut yang dapat digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial siswa.	80 menit

6	Evaluasi Diri	a. Siswa mampu menentukan dan merubah interaksi sosial yang rendah dengan menggunakan cara maupun metode yang sudah dipelajari. b. Siswa dapat mengevaluasi diri terkait penetapan tujuan yang sudah dibuat sebelumnya sebagai bahan koreksi. c. Siswa mampu menerapkan cara komunikasi yang baik, efektif serta berinteraksi sosial dengan baik yang nantinya akan diterapkan dan digunakan dikemudian hari.	Tahap 1: Apersepsi Tahap 2 : Eksplorasi Tahap 3: Elaborasi Tahap 4 : Konfirmasi Tahap 5 : Penutup	80 menit
---	---------------	--	--	----------

D. Subjek Penelitian

Subjek penelitian yaitu individu yang menjadi sasaran penelitian. Hal-hal yang berkaitan dengan subjek penelitian meliputi:

1. Populasi

Sugiyono (2010: 117) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan.

Populasi dalam penelitian ini ialah siswa kelas VIII D SMP Negeri 13 Kota Magelang dengan jumlah subyek 30 siswa yang memiliki interaksi sosial rendah.

2. Sampel

Sugiyono (2010:118) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi dengan interaksi sosial rendah sampel berjumlah 24 siswa.

3. Sampling

Sugiyono (2010: 119) teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel untuk digunakan dalam penelitian. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling* yaitu teknik pengambilang sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi yang dipilih menjadi sampel, didalam *nonprobability sampling* terdapat teknik *porposiv sampling* yang digunakan peneliti sebagai pengambilan sampel.

Porposive sampling yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan. Dengan begitu peneliti menggunakan pengambilan sampel berdasarkan ciri-ciri yang sesuai dengan tujuan penelitian yaitu siswa yang mempnyai interaksi sosial rendah meliputi :

- a. Menarik diri dari lingkungan.

- b. Tidak berpartisipasi dalam kegiatan yang berlangsung seperti diskusi, memperhatikan dan tidak mengikuti kegiatan sekolah.
- c. Komunikasi yang kurang baik dan rendah.
- d. Tidak bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dan berperilaku tidak pantas ketika di lingkungan sosial seperti cara berbicara, sikap, perkataan dalam berkomunikasi.

E. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket. Angket adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2014: 142). Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu angket dengan jawaban pendek. Angket ini dengan menggunakan skala likert dengan 4 jawaban yaitu sangat setuju (SS), Setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut:

Tabel : 3
Penilaian Sekor Angket

Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Angket penelitian ini dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang interaksi sosial. Sebelum angket diujikan *pre-tes* dan *post-tes* maka

terlebih diuji dahulu validitas dan reabilitas dengan menggunakan *try-out*.

Kisi-kisi angket dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel : 4
Kisi-Kisi Angket peningkatan Interaksi Sosial siswa

Variabel	Aspek	Indikator	Item		jml
			Positif	Negatif	
Interaksi sosial	Peran individu	Perilaku memulai terjadinya interaksi : menyapa, bertanya dan kontak mata.	1, 4, 5, 8,9, 11	2, 3, 6, 7, 10, 12, 13	13
		Perilaku merespon : Merespon percakapan	14,15,16, 19,21, 22	17, 18, 20, 23, 24, 25, 26	13
	Tujuan interaksi	Tujuan Sosial : Ngobrol, berkomunikasi	27,29,32, 37,35,36, 38	28, 30, 31, 34, 33, 39	13
		Interaksi berhubungan dengan tugas : Diskusi, kerjasama	40,41,44, 45, 48	42, 43, 46, 47, 49	10
	Keterlibatan atau partisipasi	Berpartisipasi dalam kegiatan yang sedang berlangsung: memperhatikan guru, mengikuti kegiatan sekolah	50,51,54, 57,58, 60	52, 53, 55, 56, 59	11
		Menarik diri dari lingkungan: Diam ketika diajak bicara, menyendiri	61,62,63, 67, 68	64, 65, 66, 69, 70, 71	11
		Perilaku tidak pantas terhadap orang lain: berteriak, menghina, memukul dll.	72,73,76, 77,80, 81	74, 75, 78, 79, 82, 83	12

Sebelum angket digunakan untuk *pre-test* dan *post-test* terlebih dahulu peneliti melakukan *try-out* angket. Pelaksanaan *try-out* angket peningkatan

interaksi sosial siswa dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini. *Try-out* angket dilakukan dengan menggunakan *try-out* terpakai, maksudnya ialah data yang diperoleh *try-out* digunakan untuk mencari validitas dan reabilitas instrumen yang sekaligus digunakan untuk *pre-test* terhadap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *Try-out* dilakukan pada tanggal 27 oktober 2016, siswa yang hadir pada *try out* berjumlah 30 siswa terdiri dari kelas VIII B . angket yang digunakan berisi 83 butir item pernyataan, kemudian hasil dari *try-out* diuji validitas dan reabilitasnya. Berikut penjelasan:

a. Uji validitas instrumen

Data analisis uji item pernyataan menggunakan bantuan *SPSS 16 for windows*. Jumlah item pada angket ialah 83 item pernyataan dengan N jumlah 30 (jumlah sampel *try-out*). Kriteria yang dinyatakan valid yaitu item dengan nilai r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. Berdasarkan *try-out* angket peningkatan interaksi sosial siswa terdapat 83 item pernyataan, diperoleh 47 item valid dan 36 item pernyataan gugur. Hasil uji validitas instrumen disajikan dalam lampiran. Berdasarkan hasil *try-out* diperoleh daftar item angket yang valid dalam tabel dibawah ini:

Tabel : 5
Daftar item angket valid

Variabel	Aspek	Indikator	Item		jml
			Positif	Negatif	
Interaksi sosial	Peran individu	Perilaku memulai terjadinya interaksi : menyapa, bertanya dan kontak mata.	1, 5, 11	7, 10,	5
		Perilaku merespon : Merespon percakapan	14, 16, 19, 21, 22	17, 18, 23, 24, 25, 26	11
	Tujuan interaksi	Tujuan Sosial : Ngobrol, berkomunikasi	27, 29, 32, 37	34, 39	6
		Interaksi berhubungan dengan tugas : Diskusi, kerjasama	40	42, 46,	3
	Keterlibatan atau partisipasi	Berpartisipasi dalam kegiatan yang sedang berlangsung: memperhatikan guru, mengikuti kegiatan sekolah	50, 51, 57, 58, 60	53, 55, 56,	8
		Menarik diri dari lingkungan: Diam ketika diajak bicara, menyendiri	63, 68	66, 69, 70,	5
		Perilaku tidak pantas terhadap orang lain: berteriak, menghina, memukul dll	72, 73, 76, 77, 80,	74, 75, 79, 83	9

b. Reabilitas instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan menggunakan *SPSS 16.0 for windows*. Instrumen dikatakan reliabel apabila dalam analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan N 30 siswa. Berdasarkan uji reliabilitas diperoleh koefisien *alpha* sebesar 0,917.

Karena hasil koefisien *alpha* lebih besar dari r_{tabel} ($0,917 > 0,361$), maka item dalam skala tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan.

F. Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Prosedur dalam penelitian yang akan dilakukan sebagai berikut:

1. Persiapan Penelitian

a. Pengajuan judul penelitian dan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing sekripsi bulan agustus 2016.

b. Pengajuan surat ijin

Peneliti mengajukan surat ijin penelitian di SMP N 13 Magelang pada bulan oktober 2016.

c. Penyusuna Instrumen Penelitian

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan angket interaksi sosial siswa.

d. *Try-out* instrumen.

2. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanaan *Pre-Test*

1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *pre-test*.

2) Peneliti membagi angket kepada sampel penelitian, kelompok kontrol dan eksperimen.

3) Peneliti menganalisis hasil *pre-test*.

b. Pelaksanan Pelatihan *self-regulated learning*

1) Kontrak dengan siswa terkait kesepakatan waktu dan jadwal pelatihan.

- 2) Menyampaikan maksud dan tujuan dari pelaksanaan kegiatan pelatihan *self-regulated learning*.
 - 3) Melakukan pelatihan *self-regulated learning*.
 - 4) Evaluasi kegiatan.
- c. Pelaksanaan *pos-test*
- 1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *po- test*.
 - 2) Peneliti membagikan angket *pos-test* kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang menjadi sampel penelitian.
 - 3) Peneliti menganalisis hasil *pos-test* dan memberikan hasil interpretasi pada analisis tersebut guna penentuan peningkatan interaksi sosial siswa sebelum dan sesudah diberikan pelatihan *self-regulated learning* untuk membandingkan dan mengetahui seberapa besar perubahan dan peningkatan bagi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic parametric* menggunakan uji *anova* (*analysis of verience*) yang digunakan untuk menguji *pre-test* dan *pos-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol .

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS versi 16,0* Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas (signifikansi) 5%, artinya jika probabilitas $< 0,05$ maka

hipotesis diterima sedangkan jika probabilitas $> 0,05$, maka hipotesis ditolak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Kesimpulan Teori

a. Interaksi Sosial Siswa

Interaksi sosial siswa adalah sebagai hubungan-hubungan sosial timbal balik yang dinamis, yang menyangkut hubungan antara orang-orang secara perseorangan, antara kelompok-kelompok manusia, maupun antara orang dengan kelompok-kelompok manusia yang saling berpengaruh dan mempengaruhi.

b. Pelatihan *Self-Regulated Learning*

Pelatihan *self-regulated learning* ialah suatu proses dimana seseorang aktif berusaha memonitor dan mengatur, memotivasi perilaku serta memahami diri sendiri untuk menetapkan arah tujuannya. Pelatihan yang diberikan antara lain *goal setting* penetapan tujuan, *self motivation* melalui penayangan video, *attention control* melalui permainan sambung kata, bimbingan klasikal dengan materi komunikasi yang baik dan efektif dan evaluasi diri.

2. Kesimpulan Hasil Penelitian

Kesimpulan dari hasil penelitian ini ialah pelatihan *self-regulated learning* berpengaruh terhadap peningkatan interaksi sosial siswa pada siswa kelas VIII D SMP Negeri 13 Magelang tahun ajaran 2015/2016.

B. Saran

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

1. Untuk Guru BK

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai metode dan rujukan dalam meningkatkan interaksi sosial siswa yang kurang maupun rendah dengan menggunakan pelatihan *self-regulated learning*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan dan dapat dikembangkan lagi oleh peneliti lain yang ingin melakukan penelitian tentang pelatihan *self-regulated learning* untuk meningkatkan interaksi sosial siswa. Dalam penelitian ini memiliki keterbatasan waktu dan pelaksanaan pelatihan yang sebentar, dikarenakan beberapa hal seperti jadwal dan program sekolah. Sebaiknya dibutuhkan waktu yang lebih banyak melakukan penelitian. Serta dalam pembuatan modul maupun materi masih sederhana dikarenakan keterbatasan waktu dan kemampuan peneliti.

Penelitian ini dapat menjadi bahan pemikiran bagi peneliti selanjutnya yang ingin menggunakan pelatihan *self-regulated learning* agar peneliti selanjutnya bisa berjalan lebih maksimal sesuai tujuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulsyani. 2007. *Sosiologi Skematika, Teori, dan Terapan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ahmadi, Abu. 2007. *Psikologi Sosial*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang : UMM Press
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Basrowi. 2005. *Pengantar Sosiologi*. Bogor : Ghalia Indonesia.
- Dayakisni, Hudaniah. 2001. *Psikologi Sosial*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang
- _____, T. dan Hudaniah. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang : UMM Press
- Desmita, 2009. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Remaja Rosda
- Fauziah, H. (2004). *Pengembangan Program Bimbingan Penyesuaian Sosial*. Skripsi Jurusan PPB FIP UPI Bandung. Tidak diterbitkan
- Fitria, Dewi. 2013. “*Hubungan antara self regulated learning dengan prokrastinasi akademik dalam menghafal alquran pada mahasiswa ma'had 'aly masjid nasional al-akbar surabaya*” psikologi fip .UNESA.
- Fuadadman. 2011. *Konsep Pelatihan*. (Sumber : <http://Fuadadman.blogspot.com>) Diakses Tanggal 19 juni 2016
- Gerungan, W.A. 2002. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama
- Hamalik, Oemar. 2001. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara
- Husnain, Arlin. 2012. *Pengaruh Teknik Role Playing Untuk meningkatkan Kemampuan Interaksi Siswa*. Jurnal BK. Universitas Negeri Gorontalo
- Komalasari, A. D. & Alsa, A. 2005. *Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran yang Menggunakan Tipe Pembelajaran PBL (Problem Based Learning) dan SKS (Satuan Kredit Semester)*. (Skripsi). Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.

- Latifah, & Anita. 2014. *Upaya Meningkatkan Interaksi Sosial Melalui Permainan Tradisional Jamuran Pada Anak Kelompok B Tk Kuncup Sari Semarang Tahun Pelajaran 2014/2015*. Jurnal Penelitian PAUDIA
- Latipah, Eva. 2010. Strategi *Self Regulated Learning* dan Prestasi belajar Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*. Volum 37(I). Hlm 112-113
- Latipun, 2008. *Psikologi Konseling*. Malang : UMM Pres
- Luluk, & Muhamad. 2012. *Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Di Lingkungan Sekolah*. UNS
- Mutiah, Diana. 2012. *Psikologi bermain anak usia dini*. Jakarta: Fajar Interpretama Offset
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : PT. Refika Aditama
- Ormrod, Jeanne Ellis. 2008. *Psikologi Pendidikan (membantu siswa tumbuh dan berkembang)*. Translated by Amitya Kumara. Jakarta : Erlangga
- Pepin, Dkk. 2013. “*Pengembangan Model Self Regulated Learning (SRL) Dalam Peningkatan Hasil Belajar Mahasiswa Keperawatan*” . STIKES Pemkab Jombang
- Rachmawatie, M. A. 2007. *Pembelajaran Matakuliah Bahasa Indonesia sebagai Upaya Peningkatan Academic Competences pada Mahasiswa. Laporan Hibah Pengajaran (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya UII.
- Santosa, S. 2004. *Dinamika Kelompok*. Jakarta : Bumi Aksara
- Santrock, J. W. 2007. *Psikologi Pendidikan, Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana
- Saripah, Wulan. 2013. *Profil Interaksi Sosial Peserta Didik Broken Hoam Dan Implikasinya terhadap layanan Bimbingan Dan Konseling*. *Jurnal bimbingan dan Konseling*.
<http://repository.upi.edu/2769/S_PPB_0809677_CHAPTER3.pdf>
- Soerjono, Soekanto. 2003. *Judul : Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Penerbit PT Raja Grafindo Persada
- Sugiyono. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: Universitas Negri Semarang

- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- _____. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sumantri, S. 2000. *Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*. Bandung: Fakultas Psikologi Unpad.
- Susanto, Handy. 2006. *Mengembangkan Kemampuan Self Regulation untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa*. Jurnal Pendidikan Penabur, 07, 64 – 71
- Tamamin, Anan Nurul Islam. 2011. *Pengaruh Pola Asuh Orang Self Regulated Learning Terhadap Prokrastinasi pada Siswa MTs N 3 Pondok Pinang*. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah
- Tohirin, 2007. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Walgito, Bimo. 2003. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: ANDI

