

**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 menggunakan 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. Prilaku 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.

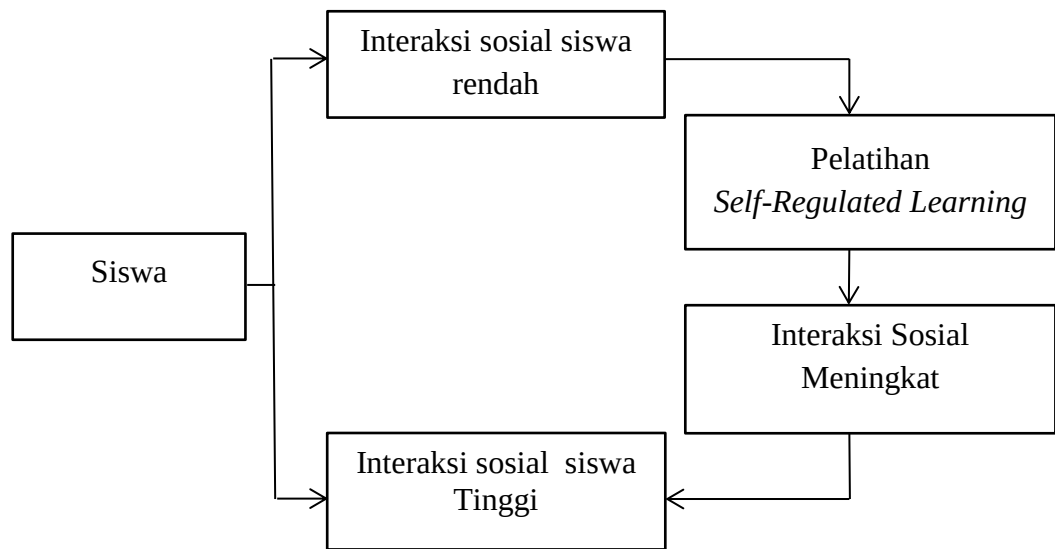
D. Kerangka Bepikir

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. Siswa memiliki pengalaman dari pelatihan <i>self motivation</i> dengan video 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. b. Siswa memiliki pengalaman setelah mengikuti pelatihan <i>attention control</i> dengan permainan, yang bisa digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial.	Tahap 1: persiapan dan intruksi Tahap 2 : Tindakan dan diskusi Tahap 3: Evaluasi	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. b. Siswa memiliki pengalaman melalui pelatihan tersebut yang dapat digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial siswa.	Tahap 1: Apersepsi Tahap 2 : Eksplorasi Tahap 3: Elaborasi Tahap 4 : Konfirmasi Tahap 5 : Penutup	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.

Porpositive 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 skripsi bulan agustus 2016.

b. Pengajuan surat ijin

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

c. Penyusunan 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. Pelaksanaan 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 IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanan *Pre Test*

Pre test dilaksanakan pada tanggal 3 nopember 2016 dengan menyebar angket interaksi sosial siswa kepada responden yang berjumlah 30 siswa. Responden terdiri dari siswa kelas VIII D. Hasil *pre test* dapat dilihat pada lampiran, kemudian hasil *pre test* dianalisis dan diperoleh 24 siswa sebagai sampel penelitian yaitu siswa yang memiliki interaksi sosial yang rendah. Dalam menganalisis hasil *pre test* salah satunya menyusun kategori skor angket interaksi sosial siswa sebagai berikut:

Tabel : 6
Kategori Skor Angket Interaksi Sosial Siswa

Fekuensi	Kategori	Jumlah	Prosentase
153 - 188	Tinggi	9	30%
118 - 152	Sedang	20	66,6%
83 - 117	Rendah	1	3,4%
47 - 82	Sangat Rendah	-	-
Jumlah		30	100%

Berdasarkan kategori maka sampel pada penelitian ini ialah subyek yang mempunyai interaksi sosial yang kurang diperoleh 3 siswa kategori tinggi , 20 siswa kategori sedang dan 1

siswa kategori rendah. Sehingga sampel berjumlah 24 siswa, dari 24 siswa kemudian dibagi menjadi 2 kelompok kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel : 7
Daftar Sampel Penelitian

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Nama	Kelas	Sekor <i>Pre test</i>	Nama	Kelas	Sekor <i>Pre test</i>
ADW	VIII D	134	LKY	VIII D	139
AJI	VIII D	135	ALF	VIII D	139
CNT	VIII D	117	DIC	VIII D	140
DLA	VIII D	121	DWI	VIII D	151
WLD	VIII D	129	FTM	VIII D	150
VKY	VIII D	130	IHS	VIII D	141
RSI	VIII D	129	NBL	VIII D	141
SVA	VIII D	137	NOF	VIII D	148
RBT	VIII D	137	TIA	VIII D	151
OKY	VIII D	125	MRH	VIII D	156
RNI	VIII D	136	MWF	VIII D	158
PTA	VIII D	137	PTR	VIII D	156

b. Pelaksanaan Pelatihan *Self- Regulated Learning*

Peneliti dalam melakukan pelatihan hanya di berikan kepada kelompok eksperimen, jadwal pelatihan disepakati oleh anggota kelompok eksperimen dan guru BK. Kegiatan pelatihan dilakukan selama 6 pertemuan pada tanggal 7, 10, 14, 17, 21, 24 november 2016, jadwal ada dalam lampiran.

c. Pelaksanaan *Pos Test*

Penelitian melakuan *pos tes* sebagai ahir penelitian yang dilakukan pada tanggal 28 november 2016 pada semua sampel kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *pos test* dilakuan

dengan menyebar angket interaksi sosial siswa yang sama dengan angket *pre test* sebelumnya. Dibawah ini hasil *pos tes* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol :

Tabel : 8
Hasil *Pos test*

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Nama	Kelas	Sekor	Nama	Kelas	Sekor
<i>Pos test</i>			<i>Pos test</i>		
ADW	VIII D	177	LKY	VIII D	149
AJI	VIII D	149	ALF	VIII D	135
CNT	VIII D	146	DIC	VIII D	141
DLA	VIII D	169	DWI	VIII D	143
WLD	VIII D	148	FTM	VIII D	150
VKY	VIII D	146	IHS	VIII D	140
RSI	VIII D	150	NBL	VIII D	140
SVA	VIII D	149	NOF	VIII D	151
RBT	VIII D	146	TIA	VIII D	151
OKY	VIII D	149	MRH	VIII D	141
RNI	VIII D	162	MWF	VIII D	155
PTA	VIII D	142	PTR	VIII D	156

Setelah data *pos test* diperoleh langkah berikutnya ialah melakukan analisis data *pos test* termasuk didalamnya yaitu uji hipotesisi dan menyusun hasil penelitian.

2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Pengolahan data dari hasil jawaban responden dilakukan olah data menggunakan SPSS versi 16.0 for windows. Hasil dari olah data tersebut menghasilkan *statistic descriptive variabel* penelitian sebagai berikut :

Tabel : 9
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Subyek Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std.Deviasi
Pre Tes Kel. Kontrol	12	139	158	147,50	7,205
Pos Tes Kel. Kontrol	12	135	156	146,00	6,796
Pre Tes Kel. Eksperimen	12	117	137	130,58	6,721
Pos Tes Kel. Eksperimen	12	142	177	155,75	9,450
Total	48	117	177	144,96	11,783

Berdasarkan tabel di atas diketahui jumlah sampel penelitian 24 siswa, responden dibagi menjadi dua kelompok antara kelompok eksperimen dengan jumlah 12 siswa dan kelompok kontrol dengan jumlah 12 siswa. Nilai minimum *pre test* kelompok kontrol 139 sedangkan nilai maksimumnya 158 dengan rata-rata 147,50 dan standar deviasinya 7,205. Nilai minimum *pos test* kelompok kontrol 135, nilai maksimumnya 156 dengan rata-rata 146,00 dan standar deviasinya 6,796. Jadi dapat diartikan bahwa, rata-rata skor angket interaksi sosial siswa kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan mengalami sedikit penurunan.

Nilai minimum *pre test* kelompok eksperimen 117 sedangkan nilai maksimumnya 137 dengan rata-rata 130,58 dan standar deviasinya 6,721. Nilai minimum *pos test* kelompok eksperimen 142, nilai maksimumnya 177 dengan rata-rata 155,75 dan standar deviasinya 9,450. Artinya, bahwa setelah diberi perlakuan pelatihan

self-regulated learning nilai angket interaksi sosial siswa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Jadi semakin banyak peningkatan jumlah skor angket interaksi sosial siswa maka interaksi sosial siswa semakin meningkat.

3. Pengujian Persyaratan Data

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data menggunakan program komputer dengan menggunakan *SPSS 16. For windows*. dalam menentukan normalitas atau tidak distribusi skor dengan menggunakan uji *kolmogorov simirnov*. Asumsi yang digunakan apabila signifikansi (*asympt.sign*) > Alpha 5% maka dikatakan data distribusi normal, sebaliknya signifikansi (*asympt.sign*) < Alpha 5% maka dikatakan data distribusi tidak normal. Hasil data normalitas dapat dilihat pada tabel:

Tabel : 10
Hasil Uji Normalitas

Subyek	Nilai	Sig.	Keterangan
<i>Pre Tes</i> Kontrol	0,233	0,071	Normal
<i>Pos Tes</i> Kontrol	0,186	0,200	Normal
<i>Pre Tes</i> Eksperimen	0,194	0,200	Normal
<i>Pos Tes</i> Eksperimen	0,238	0,060	Normal

Berdasarkan uji normalitas data pada tabel diatas bahwa signifikansi skor *pre test* maupun *pos test* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen adalah lebih dari 0,05. Dengan

demikian data penelitian ini memiliki data normal karena memiliki tingkat probabilitas (p valu) lebih besar dari 0,05 sehingga data dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

b. Uji Homogenitas

Untuk mengetahui homogenitas variabel, maka digunakan uji statistik *leveres tes of error variances* , hipotesisnya adalah:

H_0 :Kelompok data skor angket interaksi sosial siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimem memiliki varian yang sama (homogen).

H_a :Kelompok data skor angket interaksi sosial antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang berbeda (heterogen).

Kriterian pengambilan keputusan dalam uji homogen ini adalah jika signifikasi $>0,05$ maka H_0 diterima (homogen) namun jika signifikasi $<0,05$ maka H_0 ditolak (heterogen). berdasarkan uji homogenitas dengan menggunakan *leveres tes of error variances* dapat diketahui signifikasi 0,590 lebih dari 0,05 maka H_0 diterima. Jadi variabel dalam penelitian ini memiliki sifat homogen sehingga data dapat dipergunakan.

4. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis *statistic parametric one way anova*, model analisis ini digunakan karena dalam penelitian ini menganalisi beberapa kelompok sampel

dan resiko kesalahan paling kecil dibanding dengan analisis yang lain.

Hipotesis dalam penelitian ini ialah:

H_0 : Tidak ada perbedaan rata-rata skor angket interaksi sosial siswa antar kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang sama.

H_a : Ada perbedaan antara rata-rata skor angket interaksi sosial siswa antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen memiliki varian yang sama.

Pengambilan keputusan dalam hipotesis ini menggunakan dua kriteria yaitu berdasarkan signifikansi dan berdasarkan nilai F. Jika signifikansi $>0,05$ maka H_0 diterima namun jika signifikansi $<0,05$ maka H_0 ditolak. namun jika F hitung $<F$ tabel maka H_0 diterima namun jika F hitung $>F$ tabel maka H_0 ditolak. Hasil analisis *anova* seperti :

Tabel : 11
Hasil Uji Anova

	Sum Of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	3967,750	3	1322,583	22,748	0.001
Within Groups	2558,167	44	58,140	-	-
Total	6525,917	47	-	-	-

Berdasarkan data pada tabel diatas, diketahui signifikansi $0,001 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Dengan demikian ada perbedaan rata-rata skor angket interaksi sosial siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Nilai F hitung adalah 22,748 dan F tabel 2,88 dengan demikian nilai F hitung $>F$ tabel maka H_0 ditolak. Jadi ada perbedaan

rata-rata skor angket interaksi sosial siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Data yang didapatkan berdasarkan signifikansi dan nilai F menunjukkan bahwa H_0 ditolak. Dengan begitu ada perbedaan rata-rata skor angket interaksi sosial siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hal itu membuktikan bahwa hipotesis ada pengaruh pelatihan *self-regulated learning* terhadap peningkatan interaksi sosial siswa dapat diterima. Selain itu bukti peningkatan kelompok eksperimen yang memperoleh pelatihan *self-regulated learning* ditandai dengan peningkatan skor *pos test*. Data peningkatan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel : 12
Peningkatan Skor *Pre Test* dan *Pos Test* Kelompok Eksperimen

Kelompok Eksperimen				
No	Pre Test	Pos test	Peningkatan	
			Nilai	%
1	134	177	33	24,6
2	135	149	14	10,3
3	117	146	29	24,7
4	121	169	48	39,6
5	129	148	19	14,7
6	130	146	16	12,3
7	129	150	21	16,2
8	137	149	12	8,7
9	137	146	9	6,5
10	125	149	24	19,2
11	136	162	26	19,1
12	137	142	5	3,6
Rata-rata			21,4	16,7
Minimum			5	3,6
Maksimum			48	24,6

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi sebesar 48 atau 24,6% dan terendah sebesar 5 atau 3,6%. Rata-rata peningkatan skor sebesar 21,4 atau 16,7%. Adanya peningkatan skor menyatakan bahwa interaksi sosial siswa dari kelompok eksperimen rata-rata mengalami peningkatan yang signifikan.

Tabel : 13
Peningkatan Skor *Pre Test* dan *Pos Test* Kelompok Kontrol

Kelompok Ekontrol				
No	Pre Test	Pos test	Peningkatan	
			Nilai	%
1	139	149	10	7,1
2	139	135	-4	-2,8
3	140	141	1	0,7
4	151	143	-8	-5,2
5	150	150	0	0
6	141	140	-1	-0,7
7	141	140	-1	-0,7
8	148	151	3	2,0
9	151	151	0	0
10	156	141	-15	-9,6
11	158	155	-3	-1,8
12	156	156	0	0
Rata-rata			-1,5	-0,9
Minimum			0	0
Maksimum			10	7,1

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi sebesar 10 atau 7,1% dan terendah 0 atau 0%. Rata- rata peningkatan skor -1,5 atau -0,9%. Tiga siswa dari kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan dan enam siswa mengalami

penurunan, dari data tersebut bahwa tidak ada peningkatan yang signifikan terhadap kelompok kontrol karena kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Kondisi awal antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol bisa dikatakan setara, terjadi perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada saat *post test*. Dimana kelompok eksperimen mengalami peningkatan jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

B. Pembahasan

Analisis dalam penelitian ini ialah statistik parametrik. Penggunaan analisis ini berdasarkan hasil uji normalitas dan homogenitas, data yang menunjukkan bahwa sebaran data normal dan bersifat homogen. Konsekuensi penggunaan analisis ini adalah data hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan karena sampel yang digunakan relatif kecil.

Hasil dari analisis *one way anova* membuktikan bahwa pelatihan *self-regulated learning* dapat meningkatkan interaksi sosial siswa. Dengan dibuktikan perbedaan peningkatan skor *post test* yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Peningkatan skor *post test* kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding peningkatan skor *post test* kelompok kontrol, selain itu nilai mean *post test* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol berbeda. Nilai mean kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding kelompok kontrol.

Bukti pelatihan *self-regulated learning* dapat meningkatkan interaksi sosial yaitu adanya perbedaan aspek dan indikator interaksi sosial siswa sebelum diberikan pelatihan dengan setelah diberikan pelatihan, sebagai contoh siswa yang semula belum bisa memulai terjadinya interaksi seperti menyapa bertanya siswa dapat merubah perilakunya bisa memulai bertanya menyapa sehingga terjadi interaksi dengan orang disekitar. Siswa yang dulunya sering tidak merespon percakapan dengan baik dan benar setelah mengikuti pelatihan dapat merespon dengan baik dan benar saat berinteraksi dengan orang lain, siswa yang belum bisa menentukan tujuan sosial terkait interaksi setelah pelatihan sudah bisa menentukan tujuan sosial seperti ngobrol komunikasi. Siswa yang berinteraksi masih kurang yang berkaitan dengan tugas meliputi diskusi kerjasama dengan siswa lain menjadi bisa berdiskusi dan kerjasama saat di sekolahan baik yang bersifat akademik maupun non akademik.

Siswa yang belum bisa berpartisipasi dengan kegiatan yang berlangsung disekolahan sudah mulai mengikuti dan tertarik untuk mengikuti seperti ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler, siswa yang dulunya menarik diri dengan lingkungan sudah bisa terbuka berbaur dengan siswa lain. Hasil dari penelitian yang dilakukan menunjukan bahwa pelatihan *self-regulated learning* dapat meningkatkan interaksi sosial siswa kemungkinan juga dipengaruhi oleh hal-hal lain yang diluar pelatihan. Peningkatan yang terjadi dirasa sudah maksimal karena selama pelatihan dilakukan berjalan dengan baik, lancar sesuai harapan dan perencanaan,

para siswa pun selama mengikuti pelatihan menunjukkan semangat antusias sehingga tujuan pelaksanaan pelatihan dapat tercapai dengan baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pepin Nahariani pada tahun 2013 membuktikan bahwa pengembangan model *self-regulated learning* (srl) dalam peningkatan hasil belajar mahasiswa keperawatan, individu dapat meningkatkan belajarnya dengan metodenya sendiri tanpa ada pengaruh dari orang lain, dengan *self-regulated learning* secara individu dapat mengontrol, memotivasi dan mengatur dirinya sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Dalam peningkatan hasil belajar Pencapaian kompetensi afektif lebih menunjukkan nilai yang paling signifikan dari ranah kognitif dan psikomotor. Hal ini dikarenakan afektif lebih mudah dibangun melalui *SRL*. Sehingga melalui *self-regulated learning* individu dapat meregulasikan diri sesuai dengan tujuan dan dengan model *self-regulated learning* dapat meningkatkan tujuan belajar individu itu.

Penelitian didukung oleh Zimmerman & Martinez Pons (dalam Latipah : 2010) mengungkapkan bahwa *self-regulated learning* sebagai tingkatan dimana partisipan secara aktif melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku dalam proses belajar. Suatu proses yang membantu siswa dalam membantu siswa dan mengelola pikiran mereka, perilaku dan emosi dan berhasil mengarahkan belajar mereka agar berhasil dalam proses belajar yang dilakukan siswa. Dengan begitu *self-regulated learning* siswa diharapkan lebih bisa menunjukkan perilaku atau usaha yang dapat menjunjung keberhasilan belajar, serta agar siswa bisa sadar diri.

Berdasarkan hasil diatas membuktikan bahwa pelatihan *self-regulated learning* pada siswa kelas VIII D di SMP Negeri 13 Kota Magelang tahun ajaran 2015/2016 dapat meningkatkan interaksi sosial siswa.

Penelitian ini juga memiliki keterbatasan seperti keterbatasan jadwal dan waktu pelaksanaan pelatihan, dikarenakan beberapa hal seperti jadwal yang hanya satu minggu sekali dan minimnya waktu pelaksanaan yang hanya sebentar dan tidak mencukupi untuk melakukan pelatihan sesuai waktu yang ditentukan peneliti, Sehingga menggunakan waktu diluar jam pelajaran seperti jam pulang sekolah. Dalam pelaksanaan diluar jam sekolah seringkali siswa sudah lelah dan tidak bersemangat karena sebelumnya sudah mengikuti proses belajar mengajar di kelas. Dengan begitu dapat dijadikan pertimbangan peneliti selanjutnya untuk memberikan metode maupun cara untuk meningkatkan semangat siswa dalam mengikuti pelatihan.

Proses penelitian juga mengalami kendala seperti dalam menyusun jadwal, mengkondisikan siswa dan menyamakan jadwal masing-masing siswa yang mengikuti pelatihan agar bisa mengikuti pelatihan secara bersamaan, tetapi hal tersebut tidak menjadi kendala, hambatan dan alasan yang berarti. Namun kendala dalam melakukan penelitian bisa teratasi dengan kesepakatan bersama dan cara yang dilakukan peneliti agar proses pelaksanaan pelatihan dapat berjalan dengan baik sesuai tujuan penelitian.

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. *Psokologi 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 mahasantri 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. *Psikologo Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama
- Hamalik, Oemar. 2001. *Proses Belajar Mengajara*. 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 Interpratama 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

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1

Surat Ijin Penelitian dan Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Program Studi : Bimbingan & Konseling /Strata 1
(Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 0955/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2016)
Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG - PAUD) /Strata 1
(Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 1114/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2016)
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) /Strata 1
(Terakreditasi "C" SK BAN-PT No: 403/SK/BAN-PT/Akred/S/X/2014)
Jl. Tidar No. 21 Magelang 56126 Telp. (0293) 362082 / 326945 psw 1301 Fax. (0293) 32555

Nomor : 440/FKIP/II.3.AU/F/2016
Lampiran : 1 bendel
Perihal : **IJIN PENELITIAN UNTUK SKRIPSI**

Kepada
Yth. Kepala SMP Negeri 13 Kota Magelang
Di
Kota Magelang

Assalamu'alaikum wr wb

Disampaikan dengan hormat bahwa, guna penyelesaian studi program strata satu (sarjana) diperlukan penulisan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon ijin bagi mahasiswa berikut guna melaksanakan penelitian di instansi yang Bapak/ Ibu pimpin.

Nama Mahasiswa : Wahyu Fathurohman
N P M : 12.0301.0064
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pengaruh Pelatihan *Teknik Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan Interaksi Sosial Siswa
Lokasi / Obyek : SMP Negeri 13 Kota Magelang
Waktu Pelaksanaan : 12 Oktober 2016 – 12 Januari 2017

Sebagai bahan pertimbangan, berikut ini kami lampirkan proposal / rancangan skripsi. Demikian atas ijin dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr wb

Magelang, 24 September 2016
Dekan,

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



**PEMERINTAH KOTA MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 13**

Alamat : Jln Pahlawan Nomor. 167 Telepon. (0293) 362523 Magelang 56116

SURAT KETERANGAN

Nomor : 424 / 241 / 230. SMP.13

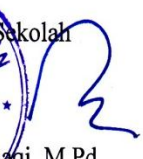
Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 13 Kota Magelang Provinsi Jawa Tengah menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : WAHYU FATHUROHMAN
NIM : 12.0301.0064
Progdi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

benar-benar telah mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Pelatihan *Teknik Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan Interaksi Sosial Siswa” di SMP Negeri 13 Magelang mulai pada tanggal 12 Oktober 2016 sampai 5 Desember 2016.

Demikian surat keterangan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 5 Desember 2016

Kepala Sekolah

Imam Baqaqi, M.Pd
NIM 19670822 199702 1 003



LAMPIRAN 2

Hasil *Try Out*

Angket Interaksi Sosial Siswa

Hasil Angket Try Out
Angket Interaksi Sosial Siswa

No	No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	1	Ade	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	
2	2	Aji	3	4	1	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	
3	3	Aln	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	
4	4	Bgs	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
5	5	Bla	4	4	1	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	
6	6	Cnt	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	
7	7	Ctr	4	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	
8	8	Dla	3	4	1	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	
9	9	Dcy	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
10	10	Dwi	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	
11	11	Fra	4	2	1	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	1	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	
12	12	Ftm	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	
13	13	Ihs	3	4	1	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
14	14	Luk	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	
15	15	Mhm	4	2	1	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	1	4	4	3	4	3	3	2	
16	16	Mwf	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	
17	17	Nbl	4	2	1	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	
18	18	Nov	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	
19	19	Okv	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
20	20	Otv	4	2	1	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	
21	21	Ptr	4	3	2	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	
22	22	PuR	4	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	
23	23	Ran	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
24	24	Ris	4	3	1	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	
25	25	Rbt	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	
26	26	Ros	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
27	27	Sov	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
28	28	Tia	4	3	1	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	1	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	
29	29	Vic	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	
30	30	Why	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	
			110	90	49	89	102	102	105	99	99	109	101	99	101	100	105	106	106	103	98	95	104	100	101	104	114	96	108	97	104	92	
			0,361	0,549	0,028	-0,33	-0,05	0,526	0,212	0,429	0,232	0,037	0,546	0,43	0,344	0,289	0,44	0,113	0,386	0,592	0,464	0,49	0,087	0,631	0,409	0,433	0,676	0,571	0,641	0,576	0,226	0,441	0,358
			VALID	TIDAK	TIDAK	TIDAK	VALID	TIDAK	VALID	TIDAK	TIDAK	VALID	VALID	TIDAK	TIDAK	VALID	TIDAK	VALID	VALID	VALID	VALID	TIDAK	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	TIDAK	VALID	TIDAK	

31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	
3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4
3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	2	1	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3
3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	
4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	1	4	4	3	2	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4
3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
4	4	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3
4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	2	4	4	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4
4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4
1	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
3	3	2	2	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3
3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4
4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
4	3	3	4	2	2	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	2	3	1	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4
4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4
1	3	2	1	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4
4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	1	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4
3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	4
4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
96	101	83	100	95	94	108	93	96	99	102	98	105	99	94	98	91	91	68	103	93	99	107	92	104	98	94	98	91	101	
0,293	0,442	0,317	0,664	0,307	0,042	0,379	0,341	0,646	0,4	0,045	0,513	0,283	0,279	0,25	0,369	-0,02	0,196	0,259	0,52	0,483	0,355	0,583	0,093	0,543	0,596	0,527	0,661	-0,13	0,775	
TIDAK	VALID	TIDAK	VALID	TIDAK	TIDAK	VALID	TIDAK	VALID	VALID	TIDAK	VALID	TIDAK	TIDAK	TIDAK	VALID	TIDAK	TIDAK	TIDAK	VALID	VALID	TIDAK	VALID	TIDAK	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	TIDAK	VALID

61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	jumlah
3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	4	298
3	3	1	3	3	4	3	3	2	1	4	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	255
3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	263
3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	257
4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	294
4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	263
4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	280
4	2	2	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	1	4	4	4	3	4	273
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	3	253
4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	285
3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	287
4	2	4	1	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	279
3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	260
4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	271
3	2	3	3	4	2	4	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	276
3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	260
4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	4	276
3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	267
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	254
3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	284
3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	2	4	290
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	249
3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	295
4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	300
3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	1	4	2	2	243
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	245
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	252
4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	3	3	278
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	259
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	260
101	84	95	96	98	104	95	102	98	83	99	106	101	102	99	97	103	66	102	95	103	92	106	
0,344	-0,02	0,459	0,21	0,336	0,392	0,042	0,56	0,511	0,414	0,211	0,633	0,687	0,56	0,594	0,464	0,428	-0,35	0,614	0,448	0,299	0,224	0,719	
TIDAK	TIDAK	VALID	TIDAK	TIDAK	VALID	TIDAK	VALID	VALID	VALID	TIDAK	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	VALID	TIDAK	VALID	VALID	TIDAK	TIDAK	VALID	

LAMPIRAN 3

Hasil Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen

CORRELATIONS

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation
Item_1	30	3.67	.479
Item_2	30	3.00	.587
Item_3	30	1.63	.490
Item_4	30	2.97	.490
Item_5	30	3.40	.498
Item_6	30	3.40	.498
Item_7	30	3.50	.682
Item_8	30	3.30	.596
Item_9	30	3.30	.466
Item_10	30	3.63	.490
Item_11	30	3.37	.669
Item_12	30	3.30	.535
Item_13	30	3.37	.490
Item_14	30	3.33	.479
Item_15	30	3.50	.682
Item_16	30	3.53	.681
Item_17	30	3.53	.507
Item_18	30	3.43	.568
Item_19	30	3.27	.691
Item_20	30	3.17	.699
Item_21	30	3.47	.507
Item_22	30	3.33	.479
Item_23	30	3.37	.669
Item_24	30	3.47	.507
Item_25	30	3.80	.407
Item_26	30	3.20	.407
Item_27	30	3.60	.498
Item_28	30	3.23	.504
Item_29	30	3.47	.507

Item_30	30	3.07	.365
Item_31	30	3.20	.805
Item_32	30	3.37	.490
Item_33	30	2.77	.504
Item_34	30	3.33	.711
Item_35	30	3.17	.531
Item_36	30	3.13	.507
Item_37	30	3.60	.498
Item_38	30	3.10	.548
Item_39	30	3.20	.484
Item_40	30	3.30	.466
Item_41	30	3.40	.675
Item_42	30	3.27	.450
Item_43	30	3.50	.509
Item_44	30	3.30	.466
Item_45	30	3.13	.629
Item_46	30	3.27	.450
Item_47	30	3.03	.414
Item_48	30	3.03	.669
Item_49	30	2.27	.640
Item_50	30	3.43	.504
Item_51	30	3.10	.607
Item_52	30	3.30	.466
Item_53	30	3.57	.504
Item_54	30	3.07	.640
Item_55	30	3.47	.681
Item_56	30	3.27	.583
Item_57	30	3.13	.346
Item_58	30	3.27	.450
Item_59	30	3.03	.414

Item_60	30	3.37	.490
Item_61	30	3.37	.490
Item_62	30	2.80	.484
Item_63	30	3.17	.791
Item_64	30	3.20	.714
Item_65	30	3.27	.450
Item_66	30	3.47	.571
Item_67	30	3.17	.592
Item_68	30	3.40	.498
Item_69	30	3.27	.521
Item_70	30	2.77	.774
Item_71	30	3.30	.596
Item_72	30	3.53	.507
Item_73	30	3.37	.556
Item_74	30	3.40	.498
Item_75	30	3.30	.535
Item_76	30	3.23	.430
Item_77	30	3.43	.504
Item_78	30	2.20	.610
Item_79	30	3.40	.563
Item_80	30	3.17	.648
Item_81	30	3.43	.568
Item_82	30	3.07	.640
Item_83	30	3.53	.571
Valid N (listwise)	30		

VALIDITAS

NO ITEM	R TABEL	R HITUNG	KET
1	0,361	0.548	VALID
2	0,361	0,028	GUGUR
3	0,361	-0,331	GUGUR
4	0,361	-0,051	GUGUR
5	0,361	0,526	VALID
6	0,361	0,212	GUGUR
7	0,361	0,428	VALID
8	0,361	0,231	GUGUR
9	0,361	0,036	GUGUR
10	0,361	0,546	VALID
11	0,361	0,431	VALID
12	0,361	0,344	GUGUR
13	0,361	0,288	GUGUR
14	0,361	0,439	VALID
15	0,361	0,113	GUGUR
16	0,361	0,385	VALID
17	0,361	0,591	VALID
18	0,361	0,464	VALID
19	0,361	0,491	VALID
20	0,361	0,086	GUGUR
21	0,361	0,631	VALID
22	0,361	0,409	VALID
23	0,361	0,433	VALID
24	0,361	0,675	VALID
25	0,361	0,571	VALID
26	0,361	0,641	VALID
27	0,361	0,575	VALID
28	0,361	0,226	GUGUR
29	0,361	0,441	VALID
30	0,361	0,358	GUGUR
31	0,361	0,292	GUGUR
32	0,361	0,442	VALID
33	0,361	0,316	GUGUR
34	0,361	0,663	VALID
35	0,361	0,306	GUGUR
36	0,361	0,041	GUGUR
37	0,361	0,378	VALID
38	0,361	0,341	GUGUR
39	0,361	0,646	VALID
40	0,361	0,399	VALID
41	0,361	0,045	GUGUR
42	0,361	0,512	VALID
43	0,361	0,283	GUGUR
44	0,361	0,278	GUGUR
45	0,361	0,249	GUGUR
46	0,361	0,368	VALID
47	0,361	-0,016	GUGUR
48	0,361	0,196	GUGUR
49	0,361	0,259	GUGUR
50	0,361	0,519	VALID
51	0,361	0,482	VALID
52	0,361	0,354	GUGUR
53	0,361	0,582	VALID
54	0,361	0,093	GUGUR
55	0,361	0,543	VALID
56	0,361	0,595	VALID
57	0,361	0,526	VALID
58	0,361	0,661	VALID
59	0,361	-0,132	GUGUR
60	0,361	0,774	VALID
61	0,361	0,344	GUGUR
62	0,361	-0,021	GUGUR
63	0,361	0,459	VALID
64	0,361	0,209	GUGUR
65	0,361	0,336	GUGUR
66	0,361	0,391	VALID
67	0,361	0,042	GUGUR
68	0,361	0,559	VALID
69	0,361	0,511	VALID
70	0,361	0,413	VALID
71	0,361	0,211	GUGUR
72	0,361	0,632	VALID

73	0,361	0,686	VALID
74	0,361	0,559	VALID
75	0,361	0,594	VALID
76	0,361	0,464	VALID
77	0,361	0,428	VALID
78	0,361	-0,353	GUGUR
79	0,361	0,614	VALID
80	0,361	0,448	VALID
81	0,361	0,299	GUGUR
82	0,361	0,223	GUGUR
83	0,361	0,719	VALID

RELIABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.917	.923	83

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	266.53	264.189	.528	.915
Item_2	267.20	272.441	-.007	.919
Item_3	268.57	278.254	-.358	.920
Item_4	267.23	273.702	-.080	.919
Item_5	266.80	264.234	.504	.915
Item_6	266.80	269.407	.183	.917
Item_7	266.70	263.459	.394	.916
Item_8	266.90	268.438	.197	.917
Item_9	266.90	272.300	.009	.918
Item_10	266.57	264.047	.525	.915
Item_11	266.83	263.592	.397	.916
Item_12	266.90	266.852	.315	.916
Item_13	266.83	268.213	.261	.917
Item_14	266.87	265.913	.416	.916
Item_15	266.70	270.562	.072	.918
Item_16	266.67	264.437	.350	.916
Item_17	266.67	262.989	.571	.915
Item_18	266.77	264.254	.437	.916
Item_19	266.93	261.926	.458	.915
Item_20	267.03	271.137	.044	.919
Item_21	266.73	262.340	.611	.915
Item_22	266.87	266.395	.385	.916
Item_23	266.83	263.523	.400	.916
Item_24	266.73	261.582	.659	.914

Item_25	266.40	265.145	.554	.915
Item_26	267.00	264.207	.626	.915
Item_27	266.60	263.421	.555	.915
Item_28	266.97	269.137	.197	.917
Item_29	266.73	265.513	.416	.916
Item_30	267.13	268.464	.339	.916
Item_31	267.00	265.517	.247	.917
Item_32	266.83	265.730	.418	.916
Item_33	267.43	267.633	.289	.917
Item_34	266.87	257.568	.638	.914
Item_35	267.03	267.551	.277	.917
Item_36	267.07	272.202	.011	.918
Item_37	266.60	266.662	.353	.916
Item_38	267.10	266.783	.311	.916
Item_39	267.00	262.552	.628	.915
Item_40	266.90	266.714	.376	.916
Item_41	266.80	272.097	.004	.919
Item_42	266.93	265.237	.492	.915
Item_43	266.70	268.148	.255	.917
Item_44	266.90	268.576	.252	.917
Item_45	267.07	267.857	.214	.917
Item_46	266.93	267.375	.345	.916
Item_47	267.17	273.040	-.041	.918
Item_48	267.17	268.764	.157	.918
Item_49	267.93	267.582	.223	.917
Item_50	266.77	264.254	.497	.915
Item_51	267.10	263.334	.454	.915
Item_52	266.90	267.403	.330	.916
Item_53	266.63	263.206	.562	.915
Item_54	267.13	271.085	.055	.918
Item_55	266.73	260.892	.513	.915
Item_56	266.93	261.513	.572	.915
Item_57	267.07	266.754	.511	.916

Item_58	266.93	263.030	.645	.915
Item_59	267.17	274.626	-.157	.919
Item_60	266.83	260.351	.762	.914
Item_61	266.83	267.316	.318	.916
Item_62	267.40	273.214	-.050	.918
Item_63	267.03	261.275	.420	.916
Item_64	267.00	268.207	.168	.918
Item_65	266.93	267.857	.312	.916
Item_66	266.73	265.582	.362	.916
Item_67	267.03	272.171	.006	.918
Item_68	266.80	263.683	.539	.915
Item_69	266.93	264.133	.487	.915
Item_70	267.43	262.668	.374	.916
Item_71	266.90	268.852	.176	.917
Item_72	266.67	262.299	.614	.915
Item_73	266.83	260.351	.668	.914
Item_74	266.80	263.683	.539	.915
Item_75	266.90	262.438	.573	.915
Item_76	266.97	266.240	.443	.916
Item_77	266.77	265.771	.403	.916
Item_78	268.00	280.138	-.385	.921
Item_79	266.80	261.545	.592	.915
Item_80	267.03	263.482	.416	.916
Item_81	266.77	267.357	.267	.917
Item_82	267.13	268.326	.187	.917
Item_83	266.67	259.402	.702	.914

LAMPIRAN 4

Angket Interaksi Sosial Siswa

ANGKET INTERAKSI SOSIAL SISWA

A. Pengantar

Angket ini tidak berisi hal-hal yang membenarkan atau menyalahkan suatu perilaku. Angket ini tidak akan menilai benar atau salah atas jawaban Anda dan tidak mempengaruhi penilaian prestasi belajar Anda.

B. Petunjuk Pengisian :

1. Bacalah setiap pernyataan dibawah ini dengan seksama dan teliti, urut dari nomor satu sampai dengan akhir.
2. Setiap pernyataan dalam angket dilengkapi empat pilihan jawaban : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).
3. Jawablah dengan memberi tanda cek (✓) pada salah satu kolom jawaban yang tersedia sesuai dengan diri Anda.

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya berbicara dengan guru, menggunakan bahasa yang sopan.	✓			

Apabila Anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda silang (X) pada jawaban pertama, kemudian beri tanda centang pada jawaban kedua Anda dengan cara:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya berbicara dengan guru, menggunakan bahasa yang sopan.		✓X	✓	

C. Identitas Pribadi

1. Nama :
 2. No :
 3. Kelas :

D. Item Angket

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu menyapa saat bertemu bapak ibu guru				
2	Pada saat berbicara saya selalu memperhatikan				
3	Ketika teman menyapa, saya hanya diam tanpa membalasnya				
4	Saya tidak peduli dengan teman yang memerlukan bantuan				
5	Saya selalu mengajak teman ngobrol saat jam istirahat				
6	Saya selalu menjawab pertanyaan yang diberikan guru				
7	Ketika guru berbicara dikelas saya selalu mendengarkan				
8	Menurut saya menjawab pertanyaan guru tidaklah penting				
9	Saya selalu mengabaikan, ketika teman mengajak berdiskusi				
10	Saya selalu mengerjakan apa yang diperintahkan guru				
11	Ketika teman sedang memerlukan bantuan saya selalu membantu				
12	Saya meminjamkan pensil kepada teman yang membutuhkan				
13	Saya pura-pura tidak tau ketika teman memanggil nama saya				
14	Saya membiarkan teman saya kesusahan				
15	Saat guru bertanya, saya menjawab dengan kata-kata kasar				
16	Pada saat teman berbicara saya tidak mendengarkan				
17	Saya mengucapkan salam saat bertemu guru				
18	Komunikasi dan bicar kunci utama menjalin hubungan baik dengan guru				
19	Saya selalu ngobrol dengan teman saat istirahat				
20	Saat berbicara dengan guru dan teman, tidak harus menggunakan bahasa yang baik dan sopan				
21	Ketika berbicara dengan guru, saya selalu menggunakan bahasa yang santun				
22	Saya merasa minder ketika berbicara dengan teman yang lebih pintar				
23	Saya selalu berusaha untuk berhubungan dengan baik dengan teman satu kelompok				

24	Ketika guru menyuruh belajar bersama dengan teman sekelas, saya merasa keberatan				
25	Saya merasa keberatan ketika harus membantu teman				
26	Pada saat guru menjelaskan mata pelajaran, saya memperhatikan dengan baik				
27	Saya selalu mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah				
28	Saya membiarkan teman saya kesusahan				
29	Ketika teman mendapatkan musibah saya merasa senang				
30	Saya kurang suka ketika melihat teman mendapatkan nilai baik				
31	Saya berani mengemukakan pendapat didepan teman-teman				
32	Saya senang mengikuti kegiatan sosial di sekolah				
33	Saya selalu membantu teman yang sedang kesusahan				
34	Saya mudah berteman dengan siapa saja				
35	Saya lebih suka menyendiri dari pada bermain bareng teman				
36	Saya merasa nyaman pada saat bersama teman-teman				
37	Saya merasa keberatan mengikuti kerja bakti di sekolah				
38	Saya selalu menghindari dari keramaian				
39	Saya selalu memanggil nama teman dengan nama aslinya				
40	Saya bersikap adil terhadap teman-teman saya				
41	Saya selalu meledek ketika teman melakukan kesalahan dalam mengerjakan soal				
42	Saya selalu memanggil nama teman dengan nama samaran				
43	Ketika teman mendapatkan prestasi, saya memberikan pujian dengan acungan jempol				
44	Saya tidak membedakan ketika berteman di lingkungan sekolah				
45	Saya sering mengambil pensil teman saat ketinggalan dimeja kelas				
46	Saya meminta masukan dari teman ketika perbuatan saya salah				
47	Saya mengejek teman yang mendapatkan nilai rendah				

LAMPIRAN 5

Data Pre Test

Angket Interaksi Sosial Siswa

Data *Pre Test*
Angket Interaksi Sosial Siswa

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	jumlah	
		kelompok eksperimen																																																
1	ADW	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	1	2	1	2	2	3	2	3	2	1	2	4	2	3	2	2	1	2	3	3	1	2	1	2	4	3	134
2	AJI	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	1	2	3	1	1	3	3	3	4	3	3	2	3	2	1	1	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	135	
3	CNT	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	1	2	1	2	3	3	4	1	3	3	1	1	2	2	3	1	2	3	3	4	3	3	2	4	1	2	2	2	2	3	3	4	1	3	2	117	
4	DLA	4	4	2	2	3	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	1	4	3	4	3	3	2	3	1	2	4	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	1	2	3	3	3	2	4	3	1	4	1	121	
5	WLD	4	4	2	2	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	1	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	3	3	2	4	3	3	3	2	4	2	2	4	3	2	3	2	3	4	3	3	129	
6	VKY	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	130	
7	RSI	4	4	2	2	2	1	2	4	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	1	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	1	129	
8	SVA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	137	
9	RBT	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	2	137	
10	OKY	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	3	1	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	1	4	4	2	3	3	3	3	3	4	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	125	
11	RNI	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	1	3	2	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	136
12	PTR A	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	3	137		
		Kelompok Kontrol																																																
1	LKY	3	3	3	4	4	3	4	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	139	
2	ALF	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	139
3	DIC	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	140
4	DWI	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	151
5	FTM	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	150
6	IHS	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	141
7	NBL	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	141
8	NOF	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	1	3	148	
9	TIA	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	151	
10	M RHN	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	1	4	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	156		
11	M WF	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	1	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	158		
12	PTR R	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	156	

LAMPIRAN 6

Modul, Materi dan Hasil Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan *Self-Regulated Learning*

MODUL
PELATIHAN *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP
PENINGKATAN INTERAKSI SOSIAL SISWA



Oleh:
Wahyu Fathurohman
NPM 12.0301.0064

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MIHAMMADIYAH MAGELANG
2016

MODUL PEATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING*

PERTEMUAN 1

GOAL SETTING

A. Tema

Goal Setting Penetapan Tujuan

B. Tujuan

1. Siswa mampu menerapkan tujuan berkaitan dengan interaksi sosial meliputi tujuan sosial dan hubungan dengan orang lain.
2. Siswa mampu membuat dan menempatkan tujuan dan strategi mencapai tujuan.
3. Siswa memiliki pengalaman melalui *Goal seting* yang dapat meningkatkan interaksi sosial.

C. Uraian kegiatan

1. Apersepsi
 - a. Membuka kegiatan dengan pengenalan melalui permainan *ice breaking*.
 - b. Menyampaikan maksud dan tujuan dari kegiatan.
2. Eksplorasi

Memberikan pertanyaan kepada siswa terkait pentingnya menetapkan tujuan, cara menetapkan tujuan, dan strategi mencaqpai tujuan.
3. Elaborasi
 - a. Memberikan penjelasan pentingnya menetapkan tujuan.
 - b. Memberikan penjelasan mengenai cara menetapkan tujuan dan strategi mencapai tujuan.
 - c. Menginstruksikan kepada siswa untuk membuat dan menetapkan tujuan strategi dalam mencapai tujuan dengan menuliskan dikertas.
4. Konfirmasi
 - a. Memberi umpan balik.
 - b. Memberi pertanyaan.
 - c. Memberi kesempatan untuk bertanya.

5. Penutup

- a. Mengucapkan terima kasih.
- b. Mengingatkan jadwal selanjutnya.
- c. Menutup dengan do'a.

D. Materi

Terlampir

E. Sumber Bahan

1. <http://www.ilmupsikologi.com/2015/10/pengertian-prinsip-dan-langkah-langkah-goal-setting.html#>
2. <http://perilakuorganisasi.com/teori-penetapan-tujuan.html>
3. Rahmad M Power.2015. strategi mewujudkan tujuan Anda. Sumber: <http://www.motivasi-islam.com/5-strategi-mewujudkan-tujuan-anda/>.

F. Metode

Ceramah, Tanya jawab, penugasan.

G. Sarana / alat yang digunakan

Kertas, alat tulis, papan tulis, spidol

H. Waktu Pelaksanaan

80 menit

GOAL SETTING

Goal (sasaran) adalah sesuatu yang hendak kita capai, umpamanya menyelesaikan tugas makalah ataupun skripsi tepat pada waktunya, lulus dalam ujian, berhasil menyampaikan presentasi hasil kerja kelompok dengan baik, dan lain sebagainya. Goal setting adalah proses menetapkan sasaran bagi diri kita. Goal yang lebih terinci dan berada di bawah kendali kita cenderung memunculkan usaha yang lebih besar dari pada goal yang bersifat lebih umum.

Goal commitment dapat menunjukkan seberapa kuat kesungguhan individu untuk mencapai sasarannya, seberapa antusias ia terhadap sasarannya, dan seberapa besar usahannya untuk pencapaian sasaran. Meskipun demikian, kepercayaan dan kesungguhan seseorang untuk mencapai goal tidak menjamin orang itu akan sungguh-sungguh melakukan usaha untuk mencapai goal itu. Individu harus memutuskan cara ia membuat perencanaan bagi kegiatan selanjutnya.

Belajar menetapkan sasaran, mengevaluasinya, dan menggunakannya dalam perencanaan merupakan aspek alat pantau belajar yang penting. Dalam membuat sasaran seseorang akan dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman sebelumnya. Ada pula situasi-situasi yang menjadi titik tolak individu dalam membuat goal tertentu, seperti situasi-situasi yang dialami mereka ketika beranjak dewasa.

A. Lima prinsip penetapan Tujuan

1. Kejelasan

Atujuan harus jelas tidak ambigu dan ada jangka waktu tertentu yang ditetapkan untuk penyelesaian. Manfaatnya jika ada sedikit kesalahpahaman dalam perilaku maka orang akan masih tetap menghargai atau toleran. orang tau apa yang diharapkan, dan orang dapat menggunakan hasil spesifik sebagai sumber motivasi.

2. Tantangan

Salah satu karakteristik yang paling penting dari tujuan adalah tingkat tantangan. Orang sering termotivasi oleh prestasi dan mereka akan menilai tujuan berdasarkan pentingnya sebuah pencapaian yang telah diantisipasi.

Ketika orang tau apa yang mereka lakukan akan diterima dengan baik, ada motivasi alami untuk melakukan pekerjaan dengan baik. Dengan memperhatikan keseimbangan yang tepat antara tujuan yang menantang dan tujuan yang realistis.

3. Komitmen

Tujuan agar efektif yaitu komitmen, komitmen merupakan bagian dari penciptaan dalam menetapkan tujuan dan mengambil keputusan. Perlu mendorong siswa untuk mengembangkan tujuan mereka sendiri dan mereka menjadi berinisiatif memperoleh informasi yang dibutuhkan. Dengan cara ini mereka dapat yakin bahwa tujuan mereka konsisten dengan tujuannya sendiri.

4. Umpan balik

Umpan balik memberikan kesempatan mengklarifikasi harapan. Menyesuaikan kesulitan sasaran dan mendapatkan pengakuan, sangat penting untuk memberikan kesempatan target, sehingga individu dapat menentukan sendiri bagaimana mereka melakukan tugas.

5. Kompleksitas tugas

Orang bekerja dalam peran yang kompleks mungkin sudah memiliki motivasi tingkat tinggi, namun mereka sering mendorong diri terlalu keras jika tindakan tidak dibangun ke dalam harapan tujuan untuk menjelaskan kompleksitas tugas. karena itu penting untuk memberikan waktu yang cukup untuk memenuhi tujuan atau meningkatkan kinerja.

B. Langkah-Langkah Goal Setting

Peningkatan motivasi melalui penetapan sasaran akan berhasil jika dilakukan dengan sistematis melalui langkah-langkah berikut:

1. Mengidentifikasi sasaran Setidaknya tuliskan 3 sasaran belajar anda. Sasaran ini harus berada dibawah kendali anda dan ditulis serinci mungkin.
2. Penetapan prioritas
Selanjutnya perlu dibuat peringkat dari sasaran yang telah ditentukan dan ditulis. Kemudian berikan peringkat 1 (satu) bagi sasaran yang dianggap

paling penting. 2 untuk yang berikutnya penting, 3 untuk sasaran yang paling dianggap kurang penting diantara ketiga sasaran tersebut.

3. Pertimbangan waktu

Kelompokan sasaran kedalam tiga kelompok berdasarkan waktu, yaitu kelompok sasaran untuk jangka panjang, jangka menengah, jangka pendek.

4. Pembagian sasaran kedalam langkah-langkah kegiatan
Bagi sasaran anda ke dalam rincian langkah yang mendekatkan kepada sasaran.

5. Penelaahan kemajuan

Perlu diciptakan proses penelaahan hasil kerja. Evaluasi dapat dilakukan secara harian atau mingguan. Kegiatan ini akan bermanfaat untuk menelaah masih berapa jauh anda dari sasaran yang anda tetapkan.

6. Perbaikan Sasaran (bila diperlukan)

Fleksibilitas adalah kunci dalam menetapkan sasaran. Bersiaplah memperbaiki sasaran bila ditekan oleh waktu

Dalam konsep regulasi diri, setelah penetapan tujuan diperlukan kemampuan untuk memonitor diri dan mengevaluasi diri. Dalam langkah diatas, itu termasuk dalam langkah ke 5 dan 6.

C. Strategi Mencapai tujuan

1. Seimbangkan Tujuan Anda

Dalam hidup anda, anda akan memiliki tujuan pengembangan pribadi, tujuan keuangan pribadi dan tujuan lain. Jangan abaikan abaikan satu pun dari mereka, tiadak apa-apa anda menginginkan sesuatu tetapi jangan luapa untuk menyeimbangkan tujua anda dengan memperhatikan lain agar menjadi pribadi yang utuh. Semua itu penting bagi anda semua harus jelas dan nyata bagi anda.

2. Buatlah Rencana tindakan dari tujuan anda

Tujuana adalah bukan tindakan. Tujuan anda adalah apa yang anda perjuangkan. Rencanakan tindakan yang spesifik yang akan membawa anda kearah tujuan tersebut. Gunakan tujuan untuk memberi arah untuk

tindakan tersebut, ketika anda merencanakan tindakan untuk hari ini anda dapat dengan mudah mengetahui apakah rencana anda mengarah pada tujuan. Tindakan akan menjadi efektif jika anda memiliki tujuan yang jelas.

3. Berbagilah tentang tujuan anda

Jika anda adalah seorang pemanah apakah anda merahasiakan bahwa tujuan anda adalah untuk menghantam sebuah sasaran, terlalu banyak orang yang menyiapkan tujuan mereka. Berbagilah dengan orang aynga akan mendukung dan mendorong tujuan anda. Jangan berbagi dengan orang yang justru akan melemahkan tujuan anda.

4. Tuliskan tujuan anda

Buatlah tujuan anda sebenarnya dengan mencatatnya. Taruh salinan dari tujuan anda pada kartu-kartu indek dan simpan salinan tersebut di dalam mobil dan di kamar-kamar dan periksa secara berkala. Tujuannya agar anda fokus pada tujuan. Jangan hanya menetapkan mereka dan kemudian mengabaikan mereka. Tujuan ada adalah seperti sebuah kompas untuk memberi tahu anda kemana harus pergi, yang menarik adalah bahwa anda bisa memilih arah dari kompas anda.

5. Jangan Menyerah

Tujuan anda dan tindakananda yang diambil untuk mendapatkannya adalah hal yang beda. Jangan takut untuk mencoba sesuatu, jika gagal coba sesuatu yang lain. Ambilah tindakan yang efektif dan ambil tindakan besar untuk mewujudkan tujuan anda dan pahami bahwa tujuan besar akan mengambil banyak langkah untuk mencapainya. Kadang –kadang anda akan membuat kesalahan, tetapi tidak berarti ada sesuatu yang salah pada tujuan. Setiaporang membuat kesalahan tetapi hanya orang yang meninggalkan tujuan yang akan gagal total.

PENETAPAN TUJUAN

No	Hari/Tanggal	Tujuan	Ket
1	Senin,		
2	Selasa,		
3	Rabo,		
4	Kamis,		
5	Jumat,		
6	Sabtu,		

HASIL PELAKSANAAN

PELATIHAN *SELF-REGULATED LEARNING*

- A. Tema : *Goal Setting* Penetapan Tujuan
- B. Sasaran : Kelompok Eksperimen
- C. Pelaksanaan Kegiatan
 - 1. Hari/ tanggal : Kamis/ 10 Nopember 2016
 - 2. Waktu : 08:00- 09:30
 - 3. Tempat : Aula SMP N 13 Magelang
- D. Proses Pelaksanaan Kegiatan
 - 1. Peneliti mengawali kegiata dengan perkenalan melalui *ice breaking*.
 - 2. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan yang dilakukan kepada siswa.
 - 3. Peneliti bertanya kepada siswa apa pentingnya menetapkan tujuan, caramenetapkan tujuan dan srtategi mencapai tujuan.
 - 4. Peneliti menjelaskan pentingnya menetapkan tujuan, cara menetapkan tujuan dan srtategi mencapai tujuan.
 - 5. Peneliti meminta siswa untuk membuat dan menetapkan tujuan terkait interaksi sosial. Sebelumnya peneliti sudah memberika contoh membuat tujuan.
 - 6. Peneliti menjelaskan kepada siswa terkait *goal setting*, melalui penjelasan tersebut siswa memahami dan menuliskan tujuan mereka.
- E. Evaluasi
 - 1. Melakukan observasi pada saat kegiatan berlangsung.
 - 2. Memberi pertanyaan pada siswa.
- F. Hasil
 - 1. Siswa antusias dan aktif dalam mengikuti pelatihan.
 - 2. Siswa memahami pentingnya penetapan tujuan, cara penetapan tujuan dan strategi mencapai tujuan.

3. Siswa dapat membuat tujuan dan menetapkan tujuan.

4. Siswa dapat menuliskan tujuan

G. Tindak Lanjut :-

Magelang, 10 November 2016

Peneliti

Wahyu fathurohman

MODUL PEATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING*

PERTEMUAN 2

SELF MOTIFATION

A. Tema

Self Motifation melalui penayangan Video

B. Tujuan

1. Penayangan Vidio Interaksi sosial, dimaksudkan agar siswa termotivasi bisa memulai menjalin interaksi dan merespon percakapan/memberikan timbal balik seperti menyapa, bertanya dll.
2. Siwa memiliki pengalaman dari pelatihan *self motivation* dengan vidio interaksi sosial yang dapat digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial yang kurang maupun rendah.

C. Uraian kegiatan

1. Apersepsi
 - a. Membuka kegiatan dengan pengenalan melalui permainan *ice breaking*.
 - b. Menyampaikan maksud dan tujuan dari kegiatan.
2. Eksplorasi

Memberikan pertanyaan kepada siswa terkait motivasi diri.
3. Elaborasi
 - a. Peneliti menyiapkan alat dan bahan.
 - b. Peneliti menayangkan video.
 - c. Peneliti meminta siswa untuk memperhatikan video.
 - d. Peneliti membahas dan mendiskusikan bersama makna dari video.
4. Konfirmasi
 - a. Memberi umpan balik.
 - b. Memberi pertanyaan.
 - c. Memberi kesempatan untuk bertanya.
5. Penutup
 - a. Mengucapkan terima kasih.
 - b. Mengingatkan jadwal selanjutnya.

c. Menutup dengan do'a.

D. Materi

Terlampir

E. Sumber Bahan

1. Gufron, M. Nur & Rini Risnawati S.2010. *Teori-Teori Psikologis*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media
2. Samsudin Abin. 2004. Psikologi kependidikan. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya

F. Metode

Penayangan video, ceramah, tanya jawab, diskusi

G. Sarana / alat yang digunakan

Laptop dan LCD

H. Waktu Pelaksanaan

80 menit

Self-Motivation

A. Pengertian Motivasi

Devi dan Riyan (dalam Gufron & Rini, 2010: 60) mengatakan bahwa motivasi adalah fungsi kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan oleh Zimmerman dan Pons (dalam Gufron & Rini, 2010: 60) bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.

Menurut Abin Syamsudin (Abin, 2004:37) motivasi adalah suatu kekuatan, tenaga, daya atau suatu keadaan yang kompleks dan kesediaan dalam individu untuk bergerak ke arah tujuan tertentu baik disadari maupun tidak disadari. Motivasi tersebut tumbuh dan timbul berkembang dengan jalan datang dari dalam diri individu itu sendiri (intrinsik) dan datang dari lingkungan (ekstinsik).

B. Aspek dalam motivasi

1. *Motivating states* timbulnya ketuatan terjadinya kesisip sediaan akibat terasanya kebutuhan jaringan atau sekresi hormon dalam diri organisme atau terangsang oleh stimulus tertentu.
2. *Motivating behavior* Bergeraknya organisme ke arah tertentu sesuai dengan sifat kebutuhan yang hendak dipenuhi. Misalnya lapar cari makan dan memakannya, dengan demikian setiap perilaku pada hakikatnya bersifat instrumental sadar atau tidak sadar.
3. *Sytatisfied conditions* dengan dicapainya suatu tujuan yang dapat memenuhi tujuan maka keseimbangan dalam diri organisme pulih kembali. Dalam kenyataannya tidak selamanya kondisi seperti itu akan terjadi bahkan akan sebaliknya ialah terjadinya ketegangan memuncak jika insetifnya tidak tercapai sehingga individu meras kecewa.

C. Pengukuran peningkatan motivasi

1. Durasi kegiatan Berapa lama kemampuan menggunakan waktu untuk melakukan kegiatan.
2. Frekwensi kegiatan Berapa sering kegiatan dilakukan dalam periode waktu tertentu..
3. Persistensinya Ketepatan dan kekekatannya pada tujuan kegiatan.
4. Ketabahan, keuletan dan kemampuannya dalam menghadapi rintangan dan kesulitan menghadapi rintangan.
5. *Devosi* (pengabdian) dan pengorbanan uang, tenaga, pikiran, bahkan jiwanya atau nyawanya untuk mencapai tujuan.
6. Tingkat aspirasinya maksud, rencana, cita-cita sasaran atau target dan idolanya. Yang hendak dicapai dengan kegiatan yang dilakukan.
7. Tingkat kualisi prestasi atau prodak atau out put yang dicapai dari kegiatan terkait beberapa banyak, memadai atau tidak , memuaskan atau tidak.
8. Arah sikapnya terhadap sasaran kegiatan positif atau negatif.

HASIL PELAKSANAAN

PELATIHAN *SELF-REGULATED LEARNING*

- A. Tema : *Self Motifation* melalui penayangan Video
- B. Sasaran : Kelompok Eksperimen
- C. Pelaksanaan Kegiatan
 - 1. Hari/ tanggal : Kamis/ 10 November 2016
 - 2. Waktu : 08:00- 09:30
 - 3. Tempat : Ruang kelas
- D. Proses Pelaksanaan Kegiatan
 - 1. Peneliti mengawali kegiatan dengan memberikan *ice breaking*.
 - 2. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan yang dilakukan.
 - 3. Peneliti menayangkan video motivasi yang berkaitan dengan interaksi sosial.
 - 4. Peneliti meminta siswa untuk melihat dan memahami video yang ditayangkan peneliti.
 - 5. Peneliti meminta siswa menjelaskan dan mendiskusikan makna dari video tersebut.
 - 6. Peneliti menjelaskan kepada siswa makna dari video yang ditayangkan dan mengkaitkan dengan interaksi sosial siswa dalam keseharian .
- E. Evaluasi
 - 1. Melakukan pengamatan pada saat kegiatan berlangsung.
 - 2. Memberi pertanyaan pada siswa.
- F. Hasil
 - 1. Siswa antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan yang berlangsung.
 - 2. Siswa dapat memahami makna dari video yang ditayangkan dan siswa termotivasi dalam berinteraksi sosial disekolah.

G. Tindak Lanjut :-

Magelang, 10 November 2016

Peneliti

Wahyu Fathurohman

MODUL PEATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING*

PERTEMUAN 3

ATTENTION CONTROL

A. Tema

Attention Control melalui Permainan Sambung Kata

B. Tujuan

1. Siswa mampu memfokuskan perhatian terhadap sesuatu yang sedang dilakukan dan dihadapi baik dengan individu maupun kelompok.
2. Siswa dapat merespon dengan baik dan benar.
3. Siswa memiliki pengalaman setelah mengikuti pelatihan *attention control* dengan permainan, yang bisa digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial.

C. Uraian kegiatan

1. Persiapan dan Intruksi permainan
 - a. Pembentukan kelompok yang dibagi menjadi 2 kelompok dan menyiapkan kertas serta polpen.
 - b. Menentukan ketua kelompok yang akan dijadikan sebagai penyampe pesan.
 - c. Setelah kelompok dibagi 2 dan berurutan menghadap satu arah.
 - d. Ketua kelompok menuliskan dalam kertas beberapa kalimat, setelah itu ketua kelompok menyampaikan kepada teman depannya lalu diteruskan kedepan.
 - e. Setelah itu ketua kelompok mengecek kepada siswa paling depan terkait kalimat yang disambungkan apakah betul apa salah dan mengulang dengan kalimat yang berbeda.
 - f. Kemudian membentuk kelompok menjadi satu kelompok panjang dan menghadapa satu arah, siswa yang paling belakang sebagai ketua kelompok dan brtugas sebagai penyampe pesan pertama.
 - g. Mengulang dengan kalimat lain sampe paham.

2. Tindakan dan Diskusi setelah permainan dilakukan
 - a. Semua siswa memperhatikan dan menjalankan perintah sesuai dengan jobnya masing-masing.
 - b. Diskusikan setelah permainan sambung kata selesai, berkaitan dengan manfaat fungsi yang berhubungan dengan interaksi sosial. Diskusi dilakukan dengan siswa.
3. Evaluasi
 - a. Siswa menuliskan dan berdiskusi tentang keberhasilan permainan sambung kata dan manfaat dari permainan.
 - b. Siswa memberikan komentar tentang permainan sambung kata yang dikaitkan dengan interaksi sosial.

D. Materi

Terlampir

E. Sumber Bahan

1. <http://www.motivasi-islam.com/rahasia-fokus>
2. Dr. Suwarjo Eva Imania Eliasa, M.pd. 2011. *55 Permainan dalam Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta : Paramita Publishing

F. Metode

Permainan kelompok, diskusi

G. Sarana / alat yang digunakan

Kertas, alat tulis

H. Waktu Pelaksanaan

60 menit

Attention Control

Banyak ahli menyuruh kita untuk fokus. Fokus adalah kunci sukses dengan fokus akan mendapatkan hasil yang prima. Fokus adalah mengerjakan suatu hal, dalam satu waktu, dan satu pikiran. Memilih satu hal adalah mudah, begitu juga memilih satu waktu adalah mudah, yang sering menjadi hambatan ini menentukan satu pikiran. Inilah pebghambat kita tidak fokus.

Jika selamaini tidak fokus, mungkin penyebabnya tidak bisa memfokuskan pikiran pasa satu pekerjaan. Hal ini bisa terlihat saat anda mengerjakan satu tindakan dalam satu waktu, tetapi hasilnya tidak sesuai dengan apa yang anda harapkan. Halini terjadi karena pikiran kita tidak fokus. Mirip dengan komputer ketika membuka program bersama maka RAM komputer anda akan terbagi untuk menjalankan berbagai program, sehingga kinerja program anda menjadi lambat bahkan bisa nge-hang.

Cara mengatasinya ialah kita bersedia secara suka rela untuk menutup program-program lain . begitu dengan pekerjaan kita, kita harus suka rela menghapus pikiran-pikiran tentang pekerjaan yang tidak sedang dikerjakan. Hapuslah semua rencana, ide, gagasan dan pernyataan tentang pekerjaan lain. Setelah menghapusnya, anda baru bisa fokus pada pekerjaan utama anda saat ini.

Langkah Menuju Fokus

1. identifikasikan pekerjaan apa saja yang harus anda kerjakan ditulis dalam sebuah kertas.
2. Menentuka pekerjaan atau keinginan yang harus di lakukan sekarang.
3. Hapus keinginan dan pekerjaan yang tidak perlu dilakukan.
4. Berikan sekala prioritas pekerjaan yang anda pertahankan. Ingat bahwa ini adalah daftar pekerjaan yang tidak harus dilakukan.
5. Buatlah catatan seperlunya tentang pekerjaan yang tidak harus dilakukan sekarang. Inilah proses memindahkan apa yang ada dalam kepala anda kedalam kertas.

6. Selanjutnya , simpan catatan ini kedalam kelompok *Next Action* baik dalam folder/ map fisik maupun dalam folder komputer.
7. Mintalah pikiran anda secara sadar untuk melpakan dulu daftar pekerjaan next Action.
8. Langkah terahir, sekarang fokuslah pada pekerjaan yang harus dilakukan sekarang.

PERMAINAN SAMBUNG KATA

A. Manfaat Permainan

Dapat meningkatkan konsentrasi serta belajar untuk memfokuskan terhadap suatu hal yang sedang dihadapi, merespon dengan baik benar dan jika diterapkan dalam interaksi sosial siswa ketika berinteraksi maupun berkomunikasi dengan teman maupun guru dibutuhkan fokus dan respon yang baik agar tidak terjadi salah respon maupun salah tangkap dalam berkomunikasi maupun berinteraksi dengan orang lain.

B. Prosedur Permainan

1. Persiapan alat dan bahan

Mempersiapkan kertas dan pensil, sebagai media dalam permainan sambungkata yang didalam kertas ditulis sebuah kata-kata yang digunakan dalam permainan sambung kata

2. Cara permainan

- a. Membentuk barisan yang dibagi dalam kedua kelompok antara kelompok perempuan dan kelompok laki-laki, kemudian masing-masing kelompok satu orang menjadi pemimpin kelompok.
- b. Selanjutnya pemimpin kelompok menuliskan satu kalimat dalam kertas, kemudian kalimat yang dituliskan ketua kelompok di bisikan kepada teman depannya yang berbaris kedepan.
- c. Lalu teman yang didepannya membisiki kalimat dari ketua kelompok kepada teman yang didepannya sampai dengan baris yang paling depan.
- d. Selanjutnya ketua kelompok berpindah kedepan barisan dan mencocokkan kalimat yang ditulis oleh ketua kelompok, begitu seterusnya dilakukan oleh kedua kelompok, kelompok putri maupun kelompok laki-laki dan diulang-ulang dengan kata-kata maupun kalimat yang berbeda.
- e. Jika tiap anggota kelompok memperhatikan dan fokus terhadap kata-kata maupun kalimat yang disampaikan ketua kelompok, maka

permainan sambunng kata akan benar, jika sebaliknya maka akan terjadi kesalahan.

- f. Kemudia kedua kelompok lakiki-laki dan perempuna digabung menjadi satu dengan urutan kelompok perempuan baris paling berakang dan disambung kelompok laki-laki paling depan dengan menghadap satu arah.
- g. Setelah itu baris baling belakang menjadi ketua kelompok dan menuliskan kalimat atau kata seperti yang diatas, setelah itu membisikan kalimat yang ditulis kepada teman didepannya dan meneruskan kedepan sampai baris paling depan dan diulang-ulang dengan kata yang berbeda.
- h. Jika dari masing-masing agota memperhatikan dan fokus,merespon dengan baik maka kalimat akan betul sesuai dengan yang dituliskan oleh ketua kelompok jika sebaliknya maka akan salah dan permainan sambung kata akan tidak berhasil.

3. Diskusi

- a. Masing-masing kelompok menuliskan dan mendiskusikan manfaat dari permainan sambung kata.
- b. Membahas bersama-sama manfaat dari permainan sambung kata yang dikaitkan dengan interaksi sosial
- c. Masing-masing agota kelompok menegaskan akan menerapkan manfaat dari permainan sambungkata dam berinteaksi sosial dilingkungannya.

C. Inti dari permainan

1. Jika kelompok hasnya sedikit maka akan mudah dalam menyambungkan kata, yang intinya jika dalam berinteraksi baik berbicara, berdiskusi maupun berkomunikasi dibutuhkan fokus, respon yang baik benar, penyampaian kata yang sesusi. apabila interaksi dilakukan dengan jumlah yang sedikit maka akan lebih mudah ditangkap atau ditanggapi, dimengerti oleh orang lain.

2. Jika kelompok dalam jumlah yang banyak maka dibutuhkan kekompakan fokus dari masing-masing anggota kelompok harus baik, jika dalam berinteraksi maupun berkomunikasi dalam jumlah yang banyak sangat dibutuhkan ketelitian, kekompakan, respon yang baik, fokus karena berhubungan dengan jumlah yang banyak yang saling berkaitan dan berhubungan.
3. Fokus, respon yang baik dan benar, komunikasi yang kompak tepat serta penyampaian kata yang tepat sangat menunjang dan mempunyai peran yang sangat penting dalam beriteraksi sosial siswa

HASIL PELAKSANAAN

PELATIHAN *SELF-REGULATED LEARNING*

- A. Tema : *Attention Control* melalui Permainan Sambung Kata
- B. Sasaran : Kelompok Eksperimen
- C. Pelaksanaan Kegiatan
1. Hari/ tanggal : Kamis/ 17 November 2016
 2. Waktu : 08:00- 09:30
 3. Tempat : Aula SMP 13 Magelang
- D. Proses Pelaksanaan Kegiatan
1. Peneliti memulai kegiatan dengan memberikan *ice breaking*.
 2. Peneliti menerangkan maksud dan tujuan kegiatan yang dilakukan.
 3. Peneliti mengajak siswa untuk melakukan permainan *Attention Control* dengan bermain sambung kata sesuai dengan intruksi peneliti.
 4. Peneliti menjelaskan pada siswa makna dari permainan sambung kata dan arti *Attention Control*.
 5. Peneliti meminta siswa untuk melakukan permainan sambung kata, sebelumnya peneliti menjelaskan cara mainannya.
 6. Siswa melakukan permainan sesuai dengan intruksi dari peneliti, siswa melakukan sesuai dengan peran dan job masing-masing siswa.
 7. Setelah selesai permainan peneliti meminta siswa untuk mendiskusikan dan memberikan komentar terkait permainan sambung kata dengan *Attention Control*.
 8. Peneliti melakukan evaluasi terhadap jalannya permainan Sambung Kata yang sudah dilakukan siswa.
- E. Evaluasi
1. Melakukan observasi terhadap kegiatan yang berlangsung.
 2. Memberikan pertanyaan kepada siswa.

F. Hasil

1. Siswa antusias mengikuti kegiatan yang berlangsung dan aktif dalam mengikuti pelatihan.
2. Siswa dapat belajar fokus melalui permainan Sabung Kata.
3. Siswa dapat bermain sambung kata dengan baik.

G. Tindak Lanjut :-

Magelang, 17 November 2016

Peneliti

Wahyu Fathurohman

MODUL PEATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING*

PERTEMUAN 4

BIMBINGAN KLASIKAL

A. Tema

Bimbingan Klasikal dengan materi Komunikasi yang baik dan efektif

B. Tujuan

1. Siswa mampu mengetahui cara berkomunikasi secara efektif, merespon dan menggunakan bahasa tubuh yang baik, benar, sesuai baik dengan individu maupun kelompok di lingkungannya.
2. Siswa memiliki pengalaman melalui pelatihan tersebut yang dapat digunakan untuk meningkatkan interaksi sosial siswa.

C. Uraian kegiatan

1. Apersepsi

- a. Membuka kegiatan dengan pengenalan melalui permainan *ice breaking*.
- b. Menyampaikan maksud dan tujuan dari kegiatan.

2. Eksplorasi

Memberikan pertanyaan kepada siswa terkait komunikasi yang baik dan evektif

3. Elaborasi

- a. Peneliti menyiapkan alat yang digunakan.
- b. Memberikan penjelasan mengenai cara berkomunikasi dan berinteraksi yang baik efektif yang bisa diterapkan.
- c. Siswa menentukan cara berkomunikasi yang baik dan benar.

4. Konfirmasi

- a. Memberi umpan balik.
- b. Memberi pertanyaan.
- c. Memberi kesempatan untuk bertanya.

5. Penutup

- a. Mengucapkan terima kasih.

b. Mengingatnkan jadwal selanjutnya.

c. Menutup dengan do'a.

D. Materi

Terlampir

E. Sumber Bahan

1. <http://jurnal-sdm.blogspot.co.id/2007/12/komunikasi-arti-fungsi-dan-bentuk.html>
2. <http://aardiansyah.blogspot.com/2012/11/pengertian-komunikasi-defenisi.html>
3. <http://www.akuingsukses.com/14-teknik-komunikasi-yang-paling-efektif/>
4. <http://www.tips-to-organize-life.com/organize-your-speech.html>
5. <http://www.towerofpower.com.au/blog>

F. Metode

Ceramah, Tanya jawab, diskusi

G. Sarana / alat yang digunakan

Kertas, alat tulis, papan tulis, spidol

H. Waktu Pelaksanaan

80 menit

KOMUNIKASI YANG BAIK DAN EFEKTIF

A. Pengertian Komunikasi

Komunikasi adalah proses penyampaian pikiran atau perasaan oleh seseorang kepada orang lain dengan menggunakan lambang-lambang yang bermakna bagi kedua pihak, dalam situasi yang tertentu komunikasi menggunakan media tertentu untuk merubah sikap atau tingkah laku seorang atau sejumlah orang sehingga ada efek tertentu yang diharapkan (Effendy, 2000 : 13).

Komunikasi adalah proses pemindahan pengertian dalam bentuk gagasan, informasi dari seseorang ke orang lain (Handoko, 2002 : 30). Tidak ada kelompok yang dapat eksis tanpa komunikasi : pentransferan makna di antara anggota-anggotanya. Hanya lewat pentransferan makna dari satu orang ke orang lain informasi dan gagasan dapat dihantarkan. Tetapi komunikasi itu lebih dari sekedar menanamkan makna tetapi harus juga dipahami (Robbins, 2002 : 310).

B. Fungsi Komunikasi

Fungsi komunikasi adalah :

1. Kendali

komunikasi bertindak untuk mengendalikan perilaku anggota dalam beberapa cara, setiap organisasi mempunyai wewenang dan garis panduan formal yang harus dipatuhi oleh karyawan.

2. Motivasi

komunikasi membantu perkembangan motivasi dengan menjelaskan kepada para karyawan apa yang harus dilakukan bagaimana mereka bekerja baik dan apa yang dapat dikerjakan untuk memperbaiki kinerja jika itu di bawah standar.

3. Pengungkapan emosional

bagi banyak karyawan kelompok kerja mereka merupakan sumber utama untuk interaksi sosial, komunikasi yang terjadi di dalam

kelompok itu merupakan mekanisme fundamental dengan mana anggota-anggota menunjukkan kekecewaan dan rasa puas mereka oleh karena itu komunikasi menyiarkan ungkapan emosional dari perasaan dan pemenuhan kebutuhan sosial.

4. Informasi

komunikasi memberikan informasi yang diperlukan individu dan kelompok untuk mengambil keputusan dengan meneruskan data guna mengenai dan menilai pilihan-pilihan alternatif (Robbins, 2002:310-311).

C. Bentuk-bentuk Komunikasi

Bentuk-bentuk komunikasi dapat dijabarkan sebagai berikut :

1. Komunikasi vertikal

Komunikasi vertikal adalah komunikasi dari atas ke bawah dan dari bawah ke atas atau komunikasi dari pimpinan ke bawahan dan dari bawahan ke pimpinan secara timbal balik.

2. Komunikasi horisontal

Komunikasi horisontal adalah komunikasi secara mendatar, misalnya komunikasi antara karyawan dengan karyawan dan komunikasi ini sering kali berlangsung tidak formal yang berlainan dengan komunikasi vertikal yang terjadi secara formal.

3. Komunikasi diagonal

Komunikasi diagonal yang sering juga dinamakan komunikasi silang yaitu seseorang dengan orang lain yang satu dengan yang lainnya berbeda dalam kedudukan dan bagian (Effendy, 2000 : 17). Pendapat lainnya menyebutkan, komunikasi dapat mengalir secara vertikal atau lateral (menyisi).

Dimensi vertikal dapat dibagi menjadi ke bawah dan ke atas.

1. Ke bawah : Komunikasi yang mengalir dari satu tingkat dalam suatu kelompok atau organisasi ke suatu tingkat yang lebih bawah. Kegunaan dari pada komunikasi ini memberikan penetapan tujuan, memberikan instruksi pekerjaan,

menginformasikan kebijakan dan prosedur pada bawahan, menunjukkan masalah yang memerlukan perhatian dan mengemukakan umpan balik terhadap kinerja.

2. Ke atas : komunikasi yang mengalir ke suatu tingkat yang lebih tinggi dalam kelompok atau organisasi digunakan untuk memberikan umpan balik kepada atasan, menginformasikan mereka mengenai kemajuan ke arah tujuan dan meneruskan masalah-masalah yang ada.

Sedangkan dimensi lateral, komunikasi yang terjadi di antara kelompok kerja yang sama, diantara anggota kelompok-kelompok kerja pada tingkat yang sama, diantara manajer-manajer pada tingkat yang sama (Robbins, 2002 : 314-315).

D. Komunikasi Yang Efektif

Komunikasi efektif yaitu komunikasi yang mampu menghasilkan perubahan sikap (attitude change) pada orang lain yang bisa terlihat dalam proses komunikasi. Tujuan dari Komunikasi Efektif sebenarnya adalah memberi kan kemudahan dalam memahami pesan yang disampaikan antara pemberi informasi dan penerima informasi sehingga bahasa yang digunakan oleh pemberi informasi lebih jelas dan lengkap, serta dapat dimengerti dan dipahami dengan baik oleh penerima informasi, atau komunikan. tujuan lain dari Komunikasi Efektif adalah agar pengiriman informasi dan umpan balik atau feed back dapat seimbang sehingga tidak terjadi monoton. Selain itu komunikasi efektif dapat melatih penggunaan bahasa nonverbal secara baik.

Menurut Mc. Crosky Larson dan Knapp mengatakan bahwa komunikasi yang efektif dapat dicapai dengan mengusahakan ketepatan (accuracy) yang paling tinggi derajatnya antara komunikator dan komunikan dalam setiap komunikasi. Komunikasi yang lebih efektif terjadi apabila komunikator dan komunikan terdapat persamaan

dalam pengertian, sikap dan bahasa. Komunikasi dapat dikatakan efektif apa bila komunikasi yang dilakukan dimana :

1. Pesan dapat diterima dan dimengerti serta dipahami sebagaimana yang dimaksud oleh pengirimnya.
2. Pesan yang disampaikan oleh pengirim dapat disetujui oleh penerima dan ditindaklanjuti dengan perbuatan yang diminati oleh pengirim.
3. Tidak ada hambatan yang berarti untuk melakukan apa yang seharusnya dilakukan untuk menindaklanjuti pesan yang dikirim.

E. Kemampuan Komunikasi Yang Efektif

1. Berikan kesan bahwa anda antusias berbicara dengan mereka.
 Beri mereka kesan bahwa anda lebih suka berbicara dengan mereka daripada orang lain di muka bumi ini. Ketika anda memberi mereka kesan bahwa anda sangat antusias berbicara dengan mereka dan bahwa anda peduli kepada mereka, anda membuat perasaan mereka lebih positif dan percaya diri. Mereka akan lebih terbuka kepada anda dan sangat mungkin memiliki percakapan yang mendalam dengan anda.
2. Ajukan pertanyaan tentang minat mereka
 Ajukan pertanyaan terbuka yang akan membuat mereka berbicara tentang minat dan kehidupan mereka. Galilah sedetail mungkin sehingga akan membantu mereka memperoleh perspektif baru tentang diri mereka sendiri dan tujuan hidup mereka.
3. Beradaptasi dengan bahasa tubuh dan perasaan mereka
 Rasakan bagaimana perasaan mereka pada saat ini dengan mengamati bahasa tubuh dan nada suara. Dari sudut pandang ini, anda dapat menyesuaikan kata-kata, bahasa tubuh, dan nada suara anda sehingga mereka akan merespon lebih positif.
4. Tunjukkan rasa persetujuan: Katakan kepada mereka apa yang anda kagumi tentang mereka dan mengapa.

Salah satu cara terbaik untuk segera berhubungan dengan orang adalah dengan menjadi jujur dan memberitahu mereka mengapa anda menyukai atau mengagumi mereka. Jika menyatakan secara langsung dirasakan kurang tepat, cobalah dengan pernyataan tidak langsung. Kedua pendekatan tersebut bisa sama-sama efektif.

5. Dengarkan dengan penuh perhatian semua yang mereka katakan.
Jangan terlalu berfokus pada apa yang akan Anda katakan selanjutnya selagi mereka berbicara. Sebaliknya, dengarkan setiap kata yang mereka katakan dan responlah serelevan mungkin. Hal ini menunjukkan bahwa anda benar-benar mendengarkan apa yang mereka katakan dan anda sepenuhnya terlibat di dalam suasana bersama dengan mereka. Juga pastikan untuk bertanya setiap kali ada sesuatu yang tidak mengerti pada hal-hal yang mereka katakan. Anda tentu saja ingin menghindari semua penyimpangan yang mungkin terjadi dalam komunikasi jika anda ingin mengembangkan hubungan yang sepenuhnya dengan orang tersebut.
6. Beri mereka kontak mata yang lama.
kontak mata yang kuat mengkomunikasikan kepada orang lain bahwa anda tidak hanya terpicat oleh mereka dan apa yang mereka katakan tetapi juga menunjukkan bahwa anda dapat dipercaya. Ketika dilakukan dengan tidak berlebihan, mereka juga akan menganggap anda yakin pada diri anda sendiri karena kesediaan anda untuk bertemu mereka secara langsung. Akibatnya, orang secara alami akan lebih memperhatikan anda dan apa yang anda katakan.
7. Ungkapkan diri anda sebanyak mungkin.
Salah satu cara terbaik untuk mendapatkan kepercayaan seseorang adalah dengan mengungkapkan diri seterbuka mungkin. Bercerita tentang kejadian yang menarik dari hidup anda atau hanya menggambarkan contoh lucu dari kehidupan normal sehari-hari.

Ketika anda bercerita tentang diri anda, pastikan untuk tidak menyebutkan hal-hal yang menyimpang terlalu jauh dari minat mereka atau bahkan berlebihan. Anda dapat membiarkan mereka mengetahui lebih jauh tentang diri anda seiring berjalannya waktu.

8. Berikan kesan bahwa anda berdua berada di tim yang sama.

Gunakan kata-kata seperti “kami, kita ” untuk segera membangun sebuah ikatan. Bila anda menggunakan kata-kata tersebut, anda membuatnya tampak seperti anda dan mereka berada di tim yang sama, sementara orang lain berada di tim yang berbeda.

9. Berikan mereka senyuman terbaik anda.

Ketika anda tersenyum pada orang, anda menyampaikan pesan bahwa anda menyukai mereka dan kehadiran mereka membawa anda kebahagiaan. Tersenyum pada mereka akan menyebabkan mereka sadar ingin tersenyum kembali pada anda yang secara langsung akan membangun hubungan antara anda berdua.

10. Menawarkan saran yang bermanfaat.

Kenalkan tempat makan yang pernah anda kunjungi, film yang anda tonton, orang-orang baik yang mereka ingin temui, buku yang anda baca, peluang karir atau apa pun yang terpikirkan oleh anda. Jelaskan apa yang menarik dari orang-orang, tempat atau hal-hal tersebut. Jika anda memberi ide yang cukup menarik perhatian mereka, mereka akan mencari anda ketika mereka memerlukan seseorang untuk membantu membuat keputusan tentang apa yang harus dilakukan selanjutnya.

11. Beri mereka motivasi.

Jika orang yang anda hadapi lebih muda atau dalam posisi yang lebih sulit dari anda, mereka mungkin ingin mendengar beberapa kata motivasi dari anda karena anda lebih berpengalaman atau anda tampaknya menjalani kehidupan dengan baik . Jika anda ingin memiliki hubungan yang sehat dengan orang tersebut, anda tentu saja tidak ingin tampak seperti anda memiliki semuanya sementara

mereka tidak. Yakinkan mereka bahwa mereka dapat melampaui masalah dan keterbatasan mereka, sehingga mereka akan berharap menjadikan anda sebagai teman yang enak untuk diajak bicara.

12. Tampil dengan tingkat energi yang sedikit lebih tinggi dibanding orang lain.

Umumnya, orang ingin berada di sekitar orang-orang yang akan mengangkat mereka, bukannya membawa mereka ke bawah. Jika anda secara konsisten memiliki tingkat energi yang lebih rendah daripada orang lain, mereka secara alami akan menjauh dari Anda menuju seseorang yang lebih energik. Untuk mencegah hal ini terjadi, secara konsisten tunjukkan dengan suara dan bahasa tubuh anda bahwa anda memiliki tingkat energi yang sedikit lebih tinggi sehingga mereka akan merasa lebih bersemangat dan positif berada di sekitar Anda. Namun jangan juga anda terlalu berlebihan berenergi sehingga menyebabkan orang-orang tampak seperti tidak berdaya. Energi dan gairah yang tepat akan membangun antusiasme mereka.

13. Sebut nama mereka dengan cara yang menyenangkan telinga mereka.

nama seseorang adalah salah satu kata yang memiliki emosional yang sangat kuat bagi mereka. Tapi hal itu belum tentu seberapa sering anda katakan nama seseorang, namun lebih pada bagaimana anda mengatakannya. Hal ini dapat terbantu dengan cara anda berlatih mengatakan nama seseorang untuk satu atau dua menit sampai anda merasakan adanya emosional yang kuat. Ketika anda menyebutkan nama mereka lebih menyentuh dibanding orang lain yang mereka kenal, mereka akan menemukan bahwa anda lah yang paling berkesan.

14. Tawarkan untuk menjalani hubungan selangkah lebih maju.

Ada beberapa hal yang dapat anda lakukan untuk memajukan persahabatan anda dengan seseorang: tawaran untuk makan dengan

mereka, berbicara sambil minum kopi, melihat pertandingan olahraga, dll. Meskipun jika orang tersebut tidak menerima tawaran anda, mereka akan tetap tersanjung bahwa anda ingin mereka menjalani persahabatan ke tingkat yang lebih dalam. Di satu sisi, mereka akan memandang anda karena anda memiliki keberanian untuk membangun persahabatan bukan mengharapkan persahabatan yang instan.

F. Cara Berkomunikasi Yang Baik Dan Benar

1. Bertatapan dengan lawan bicara.

Bertatapan dengan lawan bicara sangatlah penting tapi dalam arti bukan pada kondisi dimana wajah kita berbicara dengan bertatapan wajah secara dekat, melainkan bertatapan mata satu sama lain dengan lawan jenis. Jangan sesekali menundukan kepala disaat sedang terjadinya komunikasi, jangan berpaling wajah atau hal lainnya. Karena mungkin lawan bicara kita akan menganggap apakah mulut dia bau, kita dianggap tidak menghargainya dan sebagainya, sehingga menyebabkan sebuah konflik dihati dan pikiran lawan bicara kita yang menghasilkan anggapan bahwa kita "Sombong".

2. Memperhatikan lawan bicara.

Nah terkadang Memperhatikan apa yang diungkapkan oleh lawan bicara kita sangat penting dan menambah nilai plus untuk diri kita, karena lawan bicara kita mungkin saja akan menganggap bahwa apa yang disampaikan itu bisa dihargai dan diterima dengan baik sehingga bisa membuatnya senang. Tapi permasalahannya adalah ketika pembahasan itu garing atau membosankan itulah yang menyebabkan kita sebagai pendengar sekaligus orang yang memperhatikan akan bosan dan lebih memilih berbicara dengan lawan jenis lain, otomatis itu akan menyebabkan konflik dihatinya dan menghasilkan anggapan bahwa "kita tidak bisa menghargai

seseorang", lebih baik usahakan tetap mendengarkannya dan memilih topik pembicaraan yang baik.

3. Rileks.

Rileks dapat membuat cara berkomunikasi kita sedikit rapih dan beraturan sehingga tidak menyebabkan lawan bicara menjadi kebingungan. Dengan perlahan mengucapkan kalimat dapat membuat lawan bicara akan mengerti dan memahami apa maksud dari ucapan kita. Tidak seperti saya, selalu terburu-buru dalam mengucapkan sebuah kalimat dan entah mereka mengerti atau tidak. Terutama kepada wanita, ini selalu menjadi topik pembahasan antara saya dan teman saya ketika bertemu yang membicarakan bahwa jika saya berbicara dengan lawan jenis entah kenapa saya tidak pernah bisa Rileks dan bisa dibilang gugup.

4. Mengurangi perkataan kasar dengan lawan bicara.

Dahulu kala ada seorang pepatah yang berkata "Ucapan adalah sebuah bumerang untuk diri sendiri" entah pepatah itu pernah mengatakannya atau tidak, heheh. Seberapa dekat kita dengan seseorang diharapkan agar tidak terlalu sering menggunakan kata-kata kasar. Karena jika terlalu sering, itu bagaikan pisau yang perlahan membuka kerangka perasaan yang akhirnya menciptakan kebencian sekalipun itu sahabat sendiri. Bagaimanapun juga, gunakanlah aturan-aturan berbahasa yang baik dan sewajarnya.

5. Mengganti Topik Pembicaraan.

Pasti bosan dong dengan pembahasan yang itu-itu aja, tidak menarik dan akhirnya selesai komunikasi pada posisi dimana kita masih ingin berkomunikasi dengan lawan bicara, saran saya sih buru-buru mengganti topik pembahasan agar alur dari komunikasi itu lebih berwarna dan mempunyai lebih lama waktu berbicara dengan lawan jenis itupun misalnya jika kita rindu dengan seseorang yang sudah lama gak bertemu dan dua tahun kemudian baru dipertemukan.

6. Jangan memotong pembicaraan lawan bicara.

Salah satu perilaku yang tidak sopan salah satunya memotong pembicaraan lawan bicara, tentu akan menimbulkan rasa kesal dan marah terlebih lagi jika yang diungkapkannya itu hal yang sangat penting. Bukan lawan bicara saja yang merasa kesal dan marah, kitapun akan merasakan hal yang sama dengan sikap refleksi paling tidak ingin menghajarnya dan timbullah perselisihan. Karena seseorang mempunyai keperibadian masing-masing mungkin ada beberapa orang dengan cara berkomunikasi yang berbeda, meskipun begitu kita harus tetap bisa menghargainya.

G. Metode Dalam Berkomunikasi

1. Memahami Dasar-dasar Kemampuan Komunikasi

a. Mengetahui apa yang dimaksud dengan komunikasi.



b. Memiliki keberanian mengatakan apa yang difikirkan.

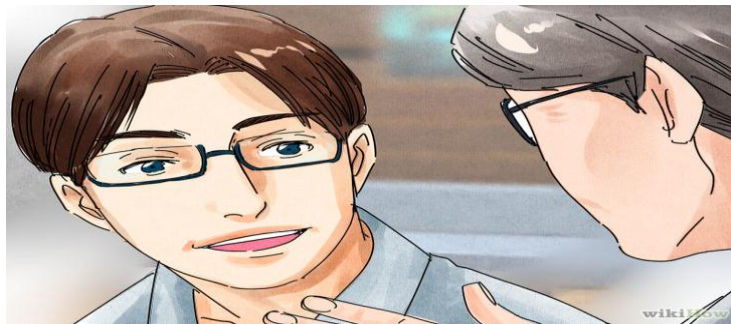


c. Berlatih



2. Libatkan lawan pembicaraan

a. Lakukan kontak mata



b. Gunakan gestur



c. Jangan mengirim pesan yang campur aduk



- d. Hati-hati dengan apa yang dilakukan oleh tubuh



- e. Tunjukkan sikap kepercayaan



- f. Kembangkan kemampuan mendengar



3. Gunakan kata-kata anda

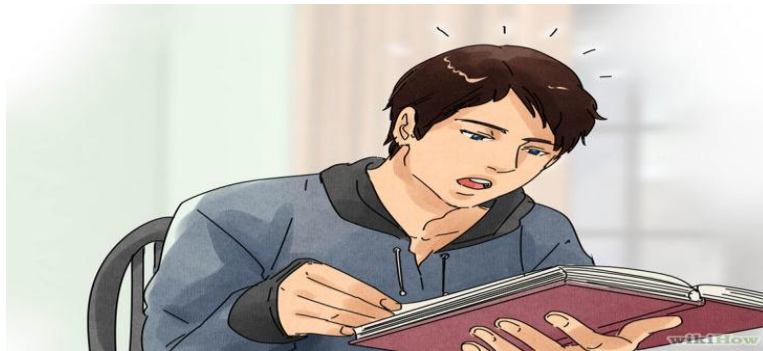
- a. Utarakan kata-kata anda



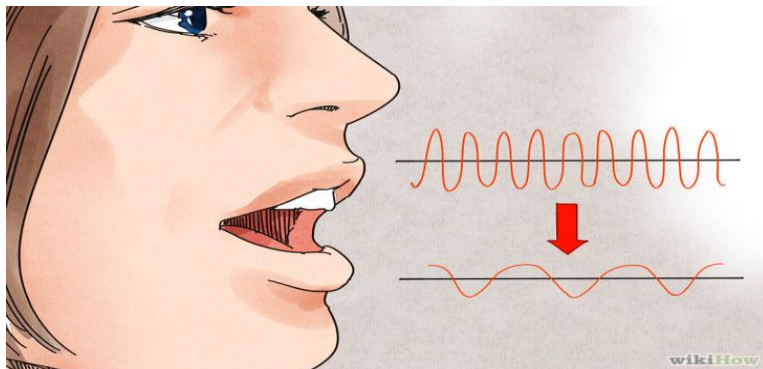
- b. Ungkapkan kata-kata dengan jelas



- c. Gunakan kata-kata dengan tepat



- d. Perlambat cara bicara anda



HASIL PELAKSANAAN

PELATIHAN *SELF-REGULATED LEARNING*

- A. Tema : Bimbingan Klasikal dengan materi Komunikasi yang baik dan efektif
- B. Sasaran : Kelompok Eksperimen
- C. Pelaksanaan Kegiatan
- D. Hari/ tanggal : Senin/ 21 November 2016
- E. Waktu : 12:30- 14:00
- F. Tempat : Ruang kelas
- G. Proses Pelaksanaan Kegiatan
 - 1. Peneliti membuka kegiatan dengan memberikan *ice breaking*
 - 2. Peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan yang akan dilakukan.
 - 3. Peneliti bertanya kepada siswa terkait cara berkomunikasi yang dilakukan siswa.
 - 4. Peneliti menjelaskan kepada siswa tentang komunikasi yang baik dan efektif.
 - 5. Peneliti meminta siswa mempraktekan dan berdiskusi terkait komunikasi yang efektif
- H. Evaluasi
 - 1. Peneliti melakukan pengamatan pada saat kegiatan dilakukan.
 - 2. Memberi pertanyaan kepada siswa.
- I. Hasil
 - 1. Siswa antusias dalam mengikuti pelatihan yang berlangsung.
 - 2. Siswa dapat mengetahui dan memahami cara berkomunikasi yang baik dan efektif yang dijelaskan oleh peneliti.

3. siswa dapat menentukan cara komunikasi yang efektif yang sesuai dengan dirinya sesuai dengan tujuan siswa.

J. Tindak Lanjut :-

Magelang, 21 Nopember 2016
Peneliti

Wahyu Fathurohman

MODUL PEATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING*

PERTEMUAN 5

EVALUASI DIRI

A. Tema

Evaluasi Diri /*Self Evatuation*

B. Tujuan

1. Siswa mampu menentukan apakah yang dipelajari dan dilakukan telah memenuhi tujuan atau belum dengan melihat tujuan yang sudah dibuat (*Goal Setting*)
2. Siswa mampu meningkatkan dan menerapkan komunikasi yang baik yang berkaitan dalam peningkatan interaksi sosial siswa

C. Uraian kegiatan

1. Apersepsi
 - c. Membuka kegiatan dengan pengenalan melalui permainan *ice breaking*.
 - d. Menyampaikan maksud dan tujuan dari kegiatan.
2. Eksplorasi

Memberikan pertanyaan kepada siswa tentang evaluasi diri.
3. Elaborasi
 - a. Siswa menyiapkan kertas yang berisi tujuan yang sudah dibuat sebelumnya (*Goal Setting*).
 - b. Siswa melakukan evaluasi diri dan membahas bersama dengan pneliti untuk perbaikan.
4. Konfirmasi
 - a. Memberi umpan balik.
 - b. Memberi pertanyaan.
 - c. Memberi kesempatan untuk bertanya.
5. Penutup
 - a. Mengucapkan terima kasih.
 - b. Mengingatkan jadwal selanjutnya.

c. Menutup dengan do'a.

D. Materi

Terlampir

E. Sumber Bahan

1. Tujuan jadwal setiap siswa yang sudah dibuat pada pertemuan sebelumnya
2. [http://mediafunia.blogspot.com/2013/01/model-self-regulated learning.srl.html](http://mediafunia.blogspot.com/2013/01/model-self-regulated-learning.srl.html)

F. Metode

Diskusi , tanya jawab

G. Sarana / alat yang digunakan

Kerta masing-masing siswa yang berisi tujuan yang dibuat pada pertemuan sebelumnya.

H. Waktu Pelaksanaan

80 menit

Evaluasi Diri

Evaluasi Diri ialah penilaian terhadap kinerja yang ditampilkan oleh diri sendiri dalam upaya mencapai tujuan dan menjelaskan penyebab terhadap hasil yang dicapainya. Evaluasi diri berfokus pada membandingkan kinerja standar atau tujuan yang telah ditetapkan terhadap hasil belajar yang dicapai. Kegiatan evaluasi diri ini meliputi seluruh proses aktifitas berfikir, pada tahap evaluasi ini siswa menilai keberhasilan atau kegagalannya dimana hasilnya akan dijadikan bahan untuk proses regulasi diri selanjutnya (Susanto, 2006).

Kemampuan evaluasi diri ini memainkan peranan penting dalam sebuah siklus belajar. Dengan mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki pembelajaran akan lebih bermakna dan dapat menumbuhkan kepercayaan diri pada siswa. Evaluasi diri mendorong siswa untuk menetapkan tujuan yang lebih tinggi. Untuk itu pembelajaran harus membutuhkan usaha yang lebih keras, kombinasi antara tujuan dengan usaha merupakan tingkat pencapaian siswa. Kemudian diadakan evaluasi diri (self evaluation) terhadap tingkat pencapaian dengan bercermin pada tujuan yang telah ditetapkan.

Hasil dari evaluasi diri adalah adanya suatu pernyataan dan reaksi dari siswa untuk memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam dirinya. Hal ini dapat menumbuhkan suatu kepercayaan diri pada siswa. Evaluasi diri (self evaluation) memberikan kontribusi pada peningkatan belajar siswa seperti siswa akan memfokuskan perhatian siswa pada tujuan pembelajaran, siswa akan memberikan perhatian lebih pada pembelajaran dan tidak sekedar bekerja, self evaluation dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan siswa.

Tujuan jadwal setiap siswa yang sudah dibuat pada pertemuan sebelumnya.

HASIL PELAKSANAAN

PELATIHAN *SELF-REGULATED LEARNING*

- A. Tema : Evaluasi Diri
- B. Sasaran : Kelompok Eksperimen
- C. Pelaksanaan Kegiatan
- D. Hari/ tanggal : Kamis/ 24 November 2016
- E. Waktu : 08:00- 09:30
- F. Tempat : Aula SMP 13 Magelang
- G. Proses Pelaksanaan Kegiatan
 - 1. Peneliti memulai kegiatan dengan *ice breaking*.
 - 2. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan yang akan dilakukan.
 - 3. Peneliti menjelaskan tentang evaluasi kepada siswa.
 - 4. Peneliti meminta siswa untuk belajar mengevaluasi terhadap suatu hal yang sudah dilakukan.
- H. Evaluasi
 - 1. Melakukan pengamatan kepada siswa saat kegiatan dilakukan.
 - 2. Memberi pertanyaan dan umpan balik kepada siswa.
- I. Hasil
 - 1. Siswa antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan.
 - 2. Siswa dapat memahami arti evaluasi dan pentingnya mengevaluasi diri.
- J. Tindak Lanjut :-

Magelang, 24 Nopember 2016

Peneliti

Wahyu Fathurohman

LAMPIRAN 7

Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan *Self-Regulated Learning*

JADWAL PELAKSANAAN
PELATIHAN *SELF- REGULATED LEARNING*

No	Hari/ Tanggal	Waktu	Kegiatan Pelatihan
1	Senin/ 7 November 2016	12:30- 13:00	Kontrak Kegiatan
2	Kamis/ 10 November 2016	08:00- 09:30	<i>Goal setting</i> Penetapan tujuan
3	Senin/ 14 November 2016	12:30- 14:00	<i>Self Motivation</i> Melalui Penayangan Video
4	Kamis/ 17 November 2016	08:00- 09:30	<i>Attention Control</i> melalui permainan ”Sambung kata”
5	Senin/ 21 November 2016	12:30- 14:00	Bimbingan Klasikal dengan materi “Komunikasi yang baik dan efektif”
6	Kamis/ 24 November 2016	08:00- 09:30	Evaluasi Diri

LAMPIRAN 8

Data Pos Test

Angket Interaksi Sosial Siswa

Data Pos Test
Angket Interaksi Sosial Siswa

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	jumlah
		kelompok eksperimen																																															
1	ADW	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	3	4	4	3	4	177	
2	AJI	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	2	4	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	155
3	CNT	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	148	
4	DLA	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	3	4	169
5	WLD	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	1	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	151
6	VKY	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	147
7	RSI	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	160
8	SVA	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	152
9	RBT	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	150	
10	OKY	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	149
11	RNI	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	162
12	PTR	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	149	
		Kelompok Kontrol																																															
1	LKY	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	149	
2	ALF	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	3	2	135
3	DIC	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	141
4	DWI	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	143
5	FTM	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	150
6	IHS	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	140
7	NBL	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	140
8	NOF	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	1	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	1	3	3	3	3	151
9	TIA	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	4	151	
10	M RHN	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	141	
11	M WF	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	155	
12	PTR R	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	4	3	156

LAMPIRAN 9

Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas

Case Processing Summary

Kelompok		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Nilai	PreTes Eksperimen	12	100.0%	0	.0%	12	100.0%
	PosTest Eksperimen	12	100.0%	0	.0%	12	100.0%
	PreTest Kontrol	12	100.0%	0	.0%	12	100.0%
	PosTest Kontrol	12	100.0%	0	.0%	12	100.0%

Descriptives

Kelompok			Statistic	Std. Error
Nilai	PreTes Eksperimen	Mean	130.58	1.940
		95% Confidence Interval for Mean		
		Lower Bound	126.31	
		Upper Bound	134.85	
		5% Trimmed Mean	130.98	
		Median	132.00	
		Variance	45.174	
		Std. Deviation	6.721	
		Minimum	117	
		Maximum	137	
		Range	20	
		Interquartile Range	11	
		Skewness	-.895	.637
		Kurtosis		
			-.178	1.232

PosTest Eksperimen	Mean		155.75	2.728
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	149.75	
		Upper Bound	161.75	
	5% Trimmed Mean		155.06	
	Median		151.50	
	Variance		89.295	
	Std. Deviation		9.450	
	Minimum		147	
	Maximum		177	
	Range		30	
	Interquartile Range		12	
	Skewness		1.311	.637
	Kurtosis		.947	1.232
PreTest Kontrol	Mean		147.50	2.080
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	142.92	
		Upper Bound	152.08	
	5% Trimmed Mean		147.39	
	Median		149.00	
	Variance		51.909	
	Std. Deviation		7.205	
	Minimum		139	
	Maximum		158	
	Range		19	
	Interquartile Range		14	
	Skewness		.084	.637
	Kurtosis			
			-1.688	1.232

PosTest Kontrol	Mean		146.00	1.962
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	141.68	
		Upper Bound	150.32	
	5% Trimmed Mean		146.06	
	Median		146.00	
	Variance		46.182	
	Std. Deviation		6.796	
	Minimum		135	
	Maximum		156	
	Range		21	
	Interquartile Range		11	
	Skewness		.010	.637
	Kurtosis		-1.321	1.232

Tests of Normality

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai	PreTes Eksperimen	.194	12	.200*	.877	12	.080
	PosTest Eksperimen	.238	12	.060	.838	12	.026
	PreTest Kontrol	.233	12	.071	.877	12	.081
	PosTest Kontrol	.186	12	.200*	.924	12	.322

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN 10

Hasil Uji Homogenitas

Uji Homogenitas

Descriptives

Nilai

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
PreTes Eksperimen	12	130.58	6.721	1.940	126.31	134.85	117	137
PosTest Eksperimen	12	155.75	9.450	2.728	149.75	161.75	147	177
PreTest Kontrol	12	147.50	7.205	2.080	142.92	152.08	139	158
PosTest Kontrol	12	146.00	6.796	1.962	141.68	150.32	135	156
Total	48	144.96	11.783	1.701	141.54	148.38	117	177

Test of Homogeneity of Variances

Nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.646	3	44	.590

LAMPIRAN 11

Hasil Uji Anova

Uji ANOVA

ANOVA

Nilai

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	3967.750	3	1322.583	22.748	.000
Within Groups	2558.167	44	58.140		
Total	6525.917	47			

Multiple Comparisons

Dependent Variable:Nilai

		Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval		
					Lower Bound	Upper Bound	
(I) Kelompok	(J) Kelompok						
Tukey HSD	PreTes Eksperimen	PosTest Eksperimen	-25.167*	3.113	.000	-33.48	-16.86
		PreTest Kontrol	-16.917*	3.113	.000	-25.23	-8.61
		PosTest Kontrol	-15.417*	3.113	.000	-23.73	-7.11
	PosTest Eksperimen	PreTes Eksperimen	25.167*	3.113	.000	16.86	33.48
		PreTest Kontrol	8.250	3.113	.052	-.06	16.56
		PosTest Kontrol	9.750*	3.113	.016	1.44	18.06
	PreTest Kontrol	PreTes Eksperimen	16.917*	3.113	.000	8.61	25.23
		PosTest Eksperimen	-8.250	3.113	.052	-16.56	.06
		PosTest Kontrol	1.500	3.113	.963	-6.81	9.81

	PosTest Kontrol	PreTes Eksperimen	15.417 [*]	3.113	.000	7.11	23.73
		PosTest Eksperimen	-9.750 [*]	3.113	.016	-18.06	-1.44
		PreTest Kontrol	-1.500	3.113	.963	-9.81	6.81
LSD	PreTes Eksperimen	PosTest Eksperimen	-25.167 [*]	3.113	.000	-31.44	-18.89
		PreTest Kontrol	-16.917 [*]	3.113	.000	-23.19	-10.64
		PosTest Kontrol	-15.417 [*]	3.113	.000	-21.69	-9.14
	PosTest Eksperimen	PreTes Eksperimen	25.167 [*]	3.113	.000	18.89	31.44
		PreTest Kontrol	8.250 [*]	3.113	.011	1.98	14.52
		PosTest Kontrol	9.750 [*]	3.113	.003	3.48	16.02
	PreTest Kontrol	PreTes Eksperimen	16.917 [*]	3.113	.000	10.64	23.19
		PosTest Eksperimen	-8.250 [*]	3.113	.011	-14.52	-1.98
		PosTest Kontrol	1.500	3.113	.632	-4.77	7.77
	PosTest Kontrol	PreTes Eksperimen	15.417 [*]	3.113	.000	9.14	21.69
		PosTest Eksperimen	-9.750 [*]	3.113	.003	-16.02	-3.48
		PreTest Kontrol	-1.500	3.113	.632	-7.77	4.77
Bonferroni	PreTes Eksperimen	PosTest Eksperimen	-25.167 [*]	3.113	.000	-33.77	-16.57
		PreTest Kontrol	-16.917 [*]	3.113	.000	-25.52	-8.32
		PosTest Kontrol	-15.417 [*]	3.113	.000	-24.02	-6.82
	PosTest Eksperimen	PreTes Eksperimen	25.167 [*]	3.113	.000	16.57	33.77
		PreTest Kontrol	8.250	3.113	.067	-.35	16.85
		PosTest Kontrol	9.750 [*]	3.113	.018	1.15	18.35
	PreTest Kontrol	PreTes Eksperimen	16.917 [*]	3.113	.000	8.32	25.52
		PosTest Eksperimen	-8.250	3.113	.067	-16.85	.35

Games- Howell	PosTest Kontrol		1.500	3.113	1.000	-7.10	10.10
	PosTest Kontrol	PreTes Eksperimen	15.417*	3.113	.000	6.82	24.02
		PosTest Eksperimen	-9.750*	3.113	.018	-18.35	-1.15
		PreTest Kontrol	-1.500	3.113	1.000	-10.10	7.10
	PreTes Eksperimen	PosTest Eksperimen	-25.167*	3.348	.000	-34.54	-15.79
		PreTest Kontrol	-16.917*	2.844	.000	-24.82	-9.02
		PosTest Kontrol	-15.417*	2.759	.000	-23.08	-7.75
	PosTest Eksperimen	PreTes Eksperimen	25.167*	3.348	.000	15.79	34.54
		PreTest Kontrol	8.250	3.430	.108	-1.33	17.83
		PosTest Kontrol	9.750*	3.360	.040	.34	19.16
	PreTest Kontrol	PreTes Eksperimen	16.917*	2.844	.000	9.02	24.82
		PosTest Eksperimen	-8.250	3.430	.108	-17.83	1.33
		PosTest Kontrol	1.500	2.859	.952	-6.44	9.44
	PosTest Kontrol	PreTes Eksperimen	15.417*	2.759	.000	7.75	23.08
		PosTest Eksperimen	-9.750*	3.360	.040	-19.16	-.34
		PreTest Kontrol	-1.500	2.859	.952	-9.44	6.44

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Homogeneous Subsets

Nilai					
Kelompok		N	Subset for alpha = 0.05		
			1	2	3
Tukey HSD ^a	PreTes Eksperimen	12	130.58		
	PosTest Kontrol	12		146.00	
	PreTest Kontrol	12		147.50	147.50
	PosTest Eksperimen	12			155.75
	Sig.		1.000	.963	.052

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 12,000.

LAMPIRAN 12

Daftar Hadir Pelaksanaan Pelatihan *Self-regulated Learning*

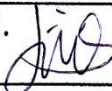
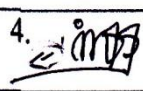
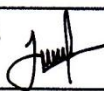
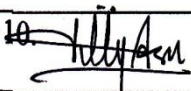
DAFTAR HADIR PRE TEST

KELOMPOK EKSPERIMEN

Hari/ Tanggal : Kamis, 3 November 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 08:35 - 09.15

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

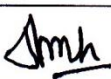
DAFTAR HADIR PRE TEST

KELOMPOK KONTROL

Hari/ Tanggal : Kamis, 3 November 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 08:35 - 09.15

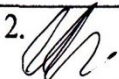
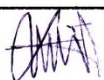
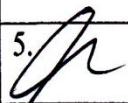
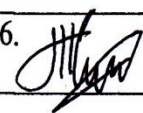
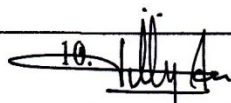
NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	LKY	8D	1. 
2	ALF	8D	2. 
3	DIC	8D	3. 
4	DWI	8D	4. 
5	FTM	8D	5. 
6	IHS	8D	6. 
7	NBL	8D	7. 
8	NOF	8D	8. 
9	TIA	8D	9. 
10	M RHN	8D	10. 
11	M WF	8D	11. 
12	PTR Y	8D	12. 

DAFTAR HADIR PELATIHAN (SRL)

Hari/ Tanggal : Senin, 7 November 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 12.30 - 13.00

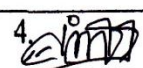
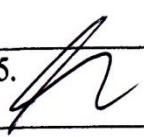
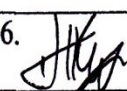
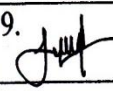
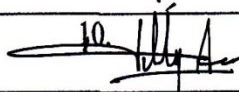
NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

DAFTAR HADIR PELATIHAN (SRL)

Hari/ Tanggal : Kamis, 10 November 2016

Tempat : Aula SMP 13 Magelang

Waktu : 08.30 - 09.30

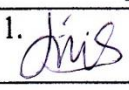
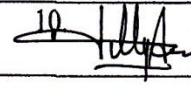
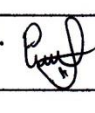
NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

DAFTAR HADIR PELATIHAN (SRL)

Hari/ Tanggal : Senin, 14 November 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 12.30 - 14.00

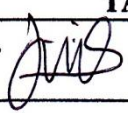
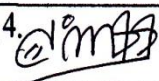
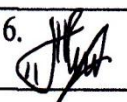
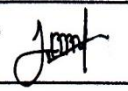
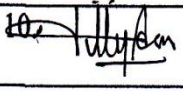
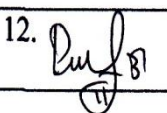
NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

DAFTAR HADIR PELATIHAN (SRL)

Hari/ Tanggal : Kamis, 17 November 2016

Tempat : Aula SMPN13 Magelang

Waktu : 08.00 - 09.30

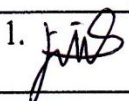
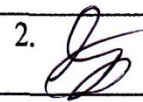
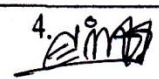
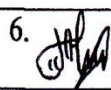
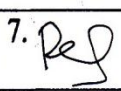
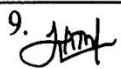
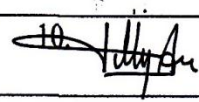
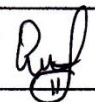
NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

DAFTAR HADIR PELATIHAN (SRL)

Hari/ Tanggal : Senin, 21 November 2016

Tempat : Ruang kelas

Waktu : 12.30 - 14.00

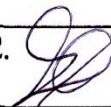
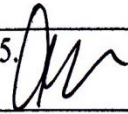
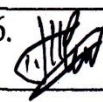
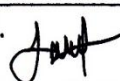
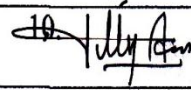
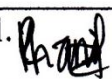
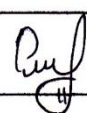
NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

DAFTAR HADIR PELATIHAN (SRL)

Hari/ Tanggal : Kamis, 24 November 2016

Tempat : Aula SMP N 13 Magelang

Waktu : 08.00 - 09.30

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTRA	8D	12. 

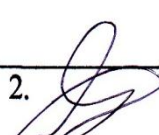
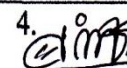
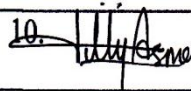
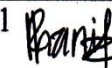
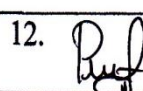
DAFTAR HADIR POS TEST

KELOMPOK EKSPERIMEN

Hari/ Tanggal : Senin, 28 November 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 08.35 – 09.15

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADW	8D	1. 
2	AJI	8D	2. 
3	CNT	8D	3. 
4	DLA	8D	4. 
5	WLD	8D	5. 
6	VKY	8D	6. 
7	RSI	8D	7. 
8	SVA	8D	8. 
9	RBT	8D	9. 
10	OKY	8D	10. 
11	RNI	8D	11. 
12	PTR A	8D	12. 

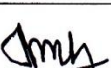
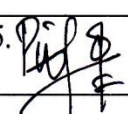
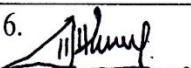
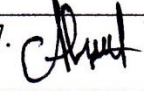
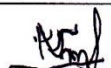
DAFTAR HADIR POS TEST

KELOMPOK KONTROL

Hari/ Tanggal : *Serih, 20 November 2016*

Tempat : *Puang Kelas*

Waktu : *08.35 - 09.15*

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	LKY	8D	1. 
2	ALF	8D	2. 
3	DIC	8D	3. 
4	DWI	8D	4. 
5	FTM	8D	5. 
6	IHS	8D	6. 
7	NBL	8D	7. 
8	NOF	8D	8. 
9	TIA	8D	9. 
10	M RHN	8D	10. 
11	M WF	8D	11. 
12	PTR Y	8D	12. 

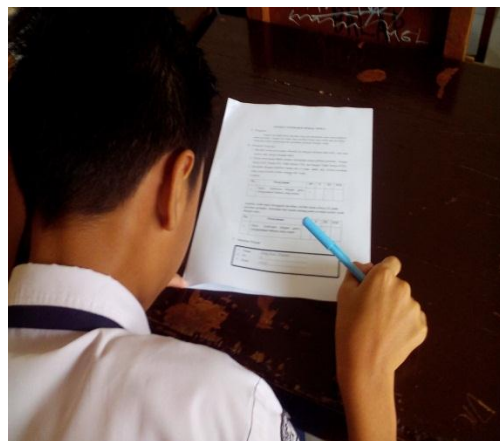
LAMPIRAN 13

Dokumentasi

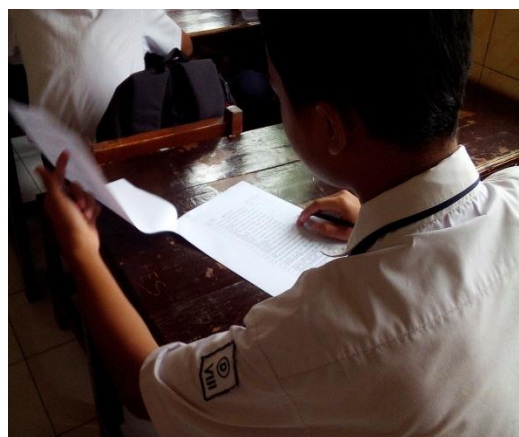
Pelatihan *Self-regulated Learning*

DOKUMENTASI KEGIATAN PELATIHAN

SELF- REGULATED LERNING



Try Out Angket Interaksi Sosial Siswa



Pre Test Angket Interaksi Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol



Pelatihan Goal Setting Penetapan Tujuan



Pelatihan *Self Motivation* melalui penayangan Video dan Diskusi



Pelatihan *Attention Control* Melalui Permainan Sambung Kata



Bimbingan Klasikal



Evaluasi Diri



Pos Test Angket Interaksi Sosial Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol

