

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah lembaga pendidikan formal yang menyelenggarakan proses belajar mengajar. Proses belajar mengajar diusahakan secara sengaja untuk mengembangkan pengetahuan siswa agar tumbuh dan berkembang sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Pada hakekatnya untuk menunjang tercapainya tujuan yang diharapkan perlu diciptakan proses belajar mengajar yang optimal agar peserta didik (siswa) bisa meraih prestasi (hasil) belajar yang maksimal.

Menurut Boekaerts (2000), ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan seorang siswa untuk mencapai tingkat keberhasilan yang optimal, diantaranya adalah intelegensi, kepribadian, lingkungan sekolah, dan lingkungan rumah. Namun selain faktor-faktor tersebut ternyata regulasi diri turut mempengaruhi keberhasilan siswa dalam mencapai hasil yang optimal. Meskipun seorang siswa memiliki tingkat intelegensi yang baik, kepribadian, lingkungan rumah, dan lingkungan sekolah yang mendukungnya, namun tanpa ditunjang oleh kemampuan regulasi diri maka siswa tersebut tetap tidak akan mampu mencapai hasil belajar yang optimal.

Friedman & Schustack (dalam <https://wiwiahmar.wordpress.com.2013>) menyatakan bahwa regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengatur pencapaian dan aksi mereka sendiri, menentukan target untuk diri mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut.

Sedangkan Masril (dalam Khairuddin, 2014) mendefinisikan regulasi diri sebagai suatu sistem motivasi dinamis dari individu untuk mengelola dan memodifikasi pikiran, perasaan, keinginan, dan tindakan dalam menetapkan, mengembangkan, menilai, merevisi, dan menerapkan strategi pencapaian tujuan hidup tertentu, sampai pada tujuan yang lebih tinggi, termasuk pengelolaan respon emosional terhadap rangsangan

Pentingnya kemampuan regulasi diri dalam menunjang keberhasilan seseorang dalam mencapai hasil yang optimal ditunjang oleh hasil survey yang dilakukan Yayasan Kesejahteraan Anak Indonesia terhadap beberapa orang siswa, menunjukkan bahwa pada tahun 1997 rata-rata anak menonton televisi sekitar 26 jam/ minggu, kemudian pada tahun 2001 meningkat menjadi sekitar 35 jam/ minggu atau sama dengan 5 s/d 6 jam per hari. Sebanyak 50% responden menyadari bahwa mereka terlalu banyak menghabiskan waktu di depan televisi sehingga mereka cenderung lupa untuk belajar (www.kompas.com, diakses 24 Juli 2016). Hal yang senada juga diungkapkan oleh salah seorang guru yang menyatakan bahwa proses belajar seringkali terabaikan hanya karena anak terlalu sering bermain *playstation*. Di sini jelas terlihat bahwa ketidakmampunya anak dalam mengatur jadwal belajar dengan bermain merupakan salah satu kemampuan dalam regulasi diri membuat proses belajar menjadi terabaikan.

Regulasi diri bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) lebih kompleks, hal ini dikarenakan para siswa memiliki tugas yang lebih berat dan kompleks dari pada masa Sekolah Dasar (SD) dulu, sehingga menuntut tanggung jawab pribadi serta kecerdasan emosional lebih tinggi dibandingkan ketika mereka masih di

Sekolah Dasar (SD) dulu. Pada sekolah tingkat atas, siswa mulai diberikan pelajaran dengan guru bidang studi. Hal ini membutuhkan kemampuan untuk mengatur diri menyelesaikan

berbagai tugas dari guru yang berbeda-beda. Untuk bisa berhasil menyelesaikan tugas-tugas tersebut, tentunya diperlukan tanggung jawab yang lebih besar dan inisiatif pribadi yang lebih banyak. Hal ini ternyata tidak mudah dilakukan, sebab mereka mulai merasakan kesulitan dengan banyaknya tugas dan pekerjaan rumah yang harus dikerjakan (Zimmerman, 1989). Berikut adalah petikan wawancara yang dilakukan kepadalah seorang siswa yang berinisial F:

“.....biasanya kak, sepulang dari sekolah saya gak langsung pulang ke rumah. Saya main-main dulu ke warnet. Karena nanti kalau udah sampe di rumah gak dikasi keluar lagi sama mamak. Kalau di rumah saya lebih banyak nonton tivi, belajar nanti aja kalau sudah dekat waktu ujian.....(02 Januari 2016).

Banyak usaha yang telah dilakukan untuk memahami regulasi diri siswa sekolah menengah atas. Keyakinan akan kemanfaatan regulasi diri dalam belajar siswa, telah meningkatkan perhatian dan minat para peneliti diberbagai negara untuk melakukan penelitian dalam bidang tersebut. Usaha tersebut berupa penelitian dengan berbagai pendekatan, paling tidak ada empat jenis penelitian yang telah dilakukan.

Jenis yang pertama berupa usaha-usaha untuk mendiskripsikan regulasi diri sebagai strategi belajar. Penelitian Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Linda, 2009) yang menganalisa respon verbal dari siswa setelah mereka ditanya dengan *Self Regulated Learning Interview Schedule (SRLIS)*. Penelitian ini menghasilkan empat belas kategori strategi regulasi diri yang digunakan ketika

didalam kelas dan belajar di rumah. Penelitian yang hampir sama dilakukan lagi oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Linda, 2009) dengan menciptakan suatu skala bagi

guru (*Rating Student* Regulasi diri *Outcomes ATeacher Scale*), untuk menentukan kualitas regulasi diri siswa dalam kegiatan akademis sehari-hari. Guru menentukan penggunaan strategi regulasi diri dengan menggunakan dua belas item pertanyaan, kemudian guru memberikan skor dengan rentang lima poin dengan model skala likert. Hasil yang diperoleh untuk menentukan apakah siswa menggunakan empat belas strategi *self regulated learning* seperti yang telah diidentifikasi dalam *Self Regulated Learning Interview Schedule (SRLIS)*.

Kedua, penelitian-penelitian yang mengkorelasikan regulasi diri dengan berbagai variabel lain, seperti yang dilakukan oleh Pintich dan DeGroot yang mengkorelasikan dengan aspek-aspek motivasi dan prestasi belajar, Sink, Barnet dan Hixon, Eshel dan Kohavi, yang menghubungkan dengan prestasi belajar, Zimmerman dan Martinez-Pons yang mengkorelasikan dengan keberbakatan akademis, Bouard, Vezeau dan Bondeleau yang mengkorelasikannya dengan tujuan belajar, McWhaw dan Abrami yang mengkorelasikan dengan orientasi tujuan belajar dan minat, Pekrun et.all yang mengkorelasikan dengan emosi akademik. Rozendal, Minaert dan Boekaerts yang mengkorelasi kandungan aspek-aspek motivasi dan tipe-tipe pemrosesan informasi. Dari berbagai penelitian di berbagai negara tersebut terlihat bahwa regulasi diri menunjukkan signifikansinya dengan berbagai aspek akademis (dalam Linda, 2009).

Selanjutnya jenis yang ketiga, adalah penelitian yang mengkomparasikan berbagai aspek dari subjek tentang kemampuannya melakukan regulasi diri. Penelitian ini dilakukan antara lain oleh Zimmerman dan Martines-Pons (dalam

Linda, 2009) yang membandingkan kelas, jenis kelamin dan keberbakatan siswa. Purdie, Hattie dan Douglas (dalam Linda, 2009) yang membandingkan siswa Australia dan Jepang, hasil penelitian mereka menunjukkan regulasi diri digunakan siswa di kedua negara.

Jenis yang keempat merupakan upaya yang mencoba menerangkan regulasi diri dengan membuat model pelatihan atau perlakuan pada siswa. Penelitian seperti ini dilakukan oleh Rozendal, Mineart dan Boekaerts yang meneliti penggunaan Interactive Learning Group System (ILS), sedangkan Pape, Bell dan Yetkin yang menerapkannya dalam pelajaran matematika (dalam Linda, 2009).

Berbagai faktor diprediksi menjadi penyebab rendahnya regulasi diri para siswa, diantaranya seperti yang dikemukakan Bandura (dalam Alwisol, 2004), yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal terdiri dari standar dan penguatan (*reinforcement*), sedangkan faktor internal terdiri dari observasi diri (*self observation*), proses penilaian (*judgmental process*), dan reaksi diri (*self response*).

Penelitian ini menekankan pada salah satu faktor yang bersifat internal, yaitu faktor dari dalam diri. Keseluruhan faktor dalam diri (internal) erat kaitannya dengan kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional merupakan bagian dari faktor internal, memiliki peran terhadap regulasi diri. Bandura meyakini bahwa manusia menggunakan strategi reaktif dan proaktif untuk mengatur dirinya. Kemampuan mengatur diri ini merupakan bagian atau salah satu faktor dari kecerdasan emosi. Artinya individu yang memiliki kecerdasan emosi adalah individu yang mampu mengatur dirinya atas berbagai situasi dan

kondisi sehingga dapat menjalani hidup dengan baik meskipun banyak tantangan yang harus dihadapi.

Hasil penelitian yang sejalan dengan tulisan ini adalah yang dilakukan Linda (2009) pada siswa kelas 1 SMP AL Azhar dengan jumlah sampel 60 siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan regulasi diri siswa kelas 1 SMP AL Azhar Pasuruan dengan nilai signifikansi (2-tailed) yaitu 0.282, sig < 0,05.

Kecerdasan emosional (Patton, 1998) adalah kemampuan untuk mengetahui emosi secara efektif guna mencapai tujuan, dan membangun hubungan yang produktif dan dapat meraih keberhasilan. Sementara itu Baron (2003) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu rangkaian emosi, pengetahuan emosi dan kemampuan-kemampuan yang mempengaruhi kemampuan keseluruhan individu untuk mengatasi masalah tuntutan lingkungan secara efektif.

Menurut Goleman (2003) kecerdasan emosi adalah kemampuan memotivasi diri sendiri dan orang lain. Kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, kemampuan mengendalikan emosi, kemampuan regulasi diri sendiri, kemampuan berempati dan kemampuan berhubungan dengan orang lain.

Cooper dan Sawaf (2000) mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan mengindra, memahami, dan menerapkan secara efektif kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi, informasi, dan pengaruh yang manusiawi.

Beberapa komponen yang terkandung dalam kecerdasan emosional, seperti yang dikemukakan Goleman (2003) adalah kesadaran diri, regulasi diri, motivasi, empati, dan

keterampilan sosial. Komponen-komponen ini berkaitan dengan regulasi diri. Demikian juga yang dikemukakan Peter Salovey dan John Mayer (Shapiro, 2003) menyatakan bahwa kecerdasan emosional mengandung kualitas-kualitas antara lain empati, mengungkapkan dan memahami perasaan orang lain, mengendalikan amarah diri, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan memecahkan masalah yang dihadapi atau pribadi, ketekunan, kesetiakawanan dan sikap hormat.

Fenomena yang terlihat pada siswa terutama pada saat mereka pulang sekolah, dimana banyak siswa yang tidak langsung pulang ke rumah setelah jam belajar sekolah selesai. Mereka akan main ke internet terlebih dahulu, bahkan sampai lupa waktu. Juga tidak sedikit siswa yang bolos sekolah hanya untuk bermain game di internet. Selain itu, fenomena lainnya adalah banyaknya siswa yang tidak menyelesaikan pekerjaan rumah, sehingga harus mendapat hukuman. Menjamurnya internet saat ini, terlebih-lebih di kota-kota besar seperti kota Medan, membuat para siswa lebih banyak menghabiskan waktu di internet. Sayangnya internet yang sudah mewabah ke berbagai golongan dan lapisan masyarakat ini, lebih banyak digunakan untuk hal-hal yang bersifat negatif, seperti bermain game dan membuka situs-situs porno, terlebih-lebih bila pemilik warung-warung internet tidak melakukan pengawasan. Bagi siswa yang tidak memiliki regulasi diri, kondisi ini akan membuat para siswa ter hanyut bahkan terpengaruh sehingga melupakan belajar sebagaimana seharusnya dilakukan sebagai seorang siswa. Gambaran mengenai kondisi kecerdasan emosional siswa

dapat dilihat dari hasil petikan wawancara berikut yang dilakukan pada siswa yang berinisialS:

“.....saya paling gak suka kalo ada tugas rumah yang diberikan guru kak. Pekerjaan rumah kayak beban sama saya, jadi saya suka menyontek pekerjaan teman atau kalau ada uang saya bayar aja teman yang pintar

untuk mengerjakan PR saya..... Terus saya malas untuk belajar karena hasilnya sama aja kak.....(04 Januari 2016)”

Fenomena-fenomena ini mencerminkan rendahnya kecerdasan emosional dan regulasi diri pada siswa. Rendahnya fenomena regulasi diri ini disebabkan mereka belum mampu menahan diri, mengontrol diri yang merupakan bagian dari komponen kecerdasan emosional. Tawuran antar pelajar yang sering terjadi dan disebarluaskan melalui media massa juga mencerminkan rendahnya kecerdasan emosional para siswa. Para siswa mudah terprovokasi dengan bujukan teman, sehingga mudah melakukan hal-hal negatif dan merusak diri serta orang lain. Rendahnya kecerdasan emosional yang dimiliki para siswa ini membuat mereka belum mampu melakukan regulasi diri dengan baik.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kecerdasan emosional dengan regulasi diri pada siswa-siswi SMA Pencawan Medan.

B. Identifikasi Masalah

Regulasi diri bagi siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) lebih kompleks, hal ini dikarenakan para siswa memiliki tugas yang lebih berat dan kompleks dari pada masa Sekolah Dasar (SD) dulu, sehingga menuntut tanggung jawab pribadi serta kecerdasan emosional lebih tinggi dibandingkan ketika mereka masih di Sekolah Dasar (SD) dulu. Pada sekolah tingkat atas, siswa mulai diberikan

pelajaran dengan guru bidang studi. Hal ini membutuhkan kemampuan untuk mengatur diri menyelesaikan berbagai tugas dari guru yang berbeda-beda. Untuk bisa berhasil menyelesaikan tugas-tugas tersebut, tentunya diperlukan tanggung jawab yang lebih besar dan inisiatif pribadi yang lebih banyak. Hal ini ternyata tidak mudah dilakukan, sebab mereka

mulai merasakan kesulitan dengan banyaknya tugas dan pekerjaan rumah yang harus dikerjakan (Zimmerman, 1989).

Hal tersebut tentu akan memunculkan berbagai masalah baru yang memicu stres ataupun depresi belajar siswa. Dari fenomena tersebut, maka dirasakan perlu ada penelitian yang mengukur hubungan antara kecerdasan emosional dengan regulasi diri siswa.

C. Batasan Masalah

Untuk lebih memudahkan dan menghindari ruang lingkup permasalahan yang terlalu luas, maka peneliti membatasi masalah pada kecerdasan emosional dengan regulasi diri. Penelitian ini dilakukan pada siswa-siswi di SMA Pencawan Medan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang ditetapkan, selanjutnya rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan regulasi diri pada siswa-siswi di SMA Pencawan Medan?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan regulasi diri pada siswa-siswi di SMA Pencawan Medan

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan sumbangan dan informasi yang berarti bagi pengembangan keilmuan di bidang psikologi perkembangan dan pendidikan, khususnya dalam pengembangan regulasi diri bagi proses belajar mengajar.

2. Manfaat Praktis

Bagi pihak sekolah hasil penelitian ini dapat memberi informasi tentang hubungan antara kecerdasan emosional dengan regulasi diri yang dapat dijadikan pertimbangan dalam memberikan pembinaan terhadap siswa. Bagi siswa hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan yang berarti terutama dalam memperoleh skill regulasi diri dalam proses belajar mengajar. Bagi peneliti berikutnya hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi dan bahan acuan dalam melakukan penelitian selanjutnya, sehingga diharapkan dapat diperoleh hasil yang lebih lengkap dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan

