

**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* (SRL) DAN
DISIPLIN SISWA DENGAN PROKRASTINASI SISWA**

TESIS

OLEH

**INDAH SARI LIZA LUBIS
NPM. 121804029**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2014**

**HUBUNGAN *SELF REGULATED LEARNING* (SRL) DAN
DISIPLIN SISWA DENGAN PROKRASTINASI SISWA**

TESIS

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada
Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana
Universitas Medan Area

OLEH

**INDAH SARI LIZA LUBIS
NPM. 121804029**

**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2014**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan *Self Regulated Learning* (SRL) dan Disiplin Siswa
dengan Prokrastinasi Siswa
N a m a : Indah Sari Liza Lubis
N P M : 121804029

Menyetujui

Pembimbing I



Dr. Wiwik Sulistyaningsih, M.Si

Pembimbing II



Dra. Irna Minauli, M.Si

**Ketua Program Studi
Magister Psikologi**



Dr. Wiwik Sulistyaningsih, M.Si

Direktur



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti Kuswardani, MS

Telah di uji pada Tanggal 29 Oktober 2014

N a m a : Indah Sari Liza Lubis

N P M : 121804029



Panitia Penguji Tesis :

Ketua : Drs. Usman Tarigan, MS

Sekretaris : Azhar Aziz, S.Psi, MA

Pembimbing I : Dr. Wiwik Sulistyaningsih, M.Si

Pembimbing II : Dra. Irna Minauli, M.Si

Penguji Tamu : Prof. Dr. Lahmuddin Lubis, M.Ed

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan, Oktober 2014

Yang menyatakan,



Indah Sari Liza Lubis

ABSTRAK

Hubungan *Self Regulated Learning* (SRL) Dan Disiplin Siswa Dengan Prokrastinasi Siswa

Oleh:

Indah Sari Liza Lubis
121804014

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self regulated learning* (SRL) dan disiplin siswa dengan prokrastinasi siswa. Sampel berjumlah 250 orang siswa SMP Negeri 34 Medan yang diperoleh dengan menggunakan teknik total sampling. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala *self regulated learning* (SRL), skala disiplin siswa, dan prokrastinasi siswa. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji korelasi dan regresi sederhana untuk hipotesis 1 dan 2, sedangkan uji korelasi dan regresi ganda untuk hipotesis ke 3. Diperoleh hasil (1) Ada hubungan yang negatif dan signifikan antara *self regulated learning* (SRL) dengan prokrastinasi siswa ($r = -0,480$; $p < 0,05$); (2) Ada hubungan yang negatif dan signifikan antara disiplin siswa dengan prokrastinasi siswa ($r = -0,342$; $p < 0,05$); (3) Ada hubungan yang negatif dan signifikan antara *self regulated learning* (SRL) dan disiplin siswa dengan prokrastinasi siswa ($F = 14,49$; $p < 0,05$) (4) Sumbangan efektif dari variabel *self regulated learning* (SRL) terhadap prokrastinasi siswa sebesar 23% dan sumbangan efektif dari variabel disiplin siswa terhadap prokrastinasi siswa sebesar 11,70%. Kemudian sumbangan efektif *self regulated learning* (SRL) dan disiplin siswa terhadap prokrastinasi siswa sebesar 13,70%.

Kata Kunci : *self regulated learning* (SRL), disiplin siswa, prokrastinasi

KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis sanjungkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tesis yang berjudul ”Hubungan *Self Regulated Learning* (SRL) dan Disiplin Siswa Dengan Prokrastinasi Siswa SMP”. Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Psikologi, Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Retno Astuti Kuswardani, M.S selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Medan Area.
2. Ibu Dr. Wiwik Sulistyaningsih, M.Si selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Universitas Medan Area sekaligus menjadi Pembimbing I peneliti yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan tesis ini.
3. Ibu Dra. Irna Minauli, M. Si selaku Pembimbing II peneliti yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan tesis ini.
4. Bapak dan Ibu dosen yang mengajar di Program Studi Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area.
5. Bapak/Ibu Kepala Sekolah di SMP Negeri 34 Medan yang telah memberikan izin melakukan penelitian serta guru bimbingan dan konseling.
6. Keluarga tercinta yang telah banyak memberikan dukungan moril dan materil secara khusus pada suami tercinta serta anak-anak tersayang
7. Seluruh sahabat-sahabat peneliti yang memberikan semangat dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini.

Penulis menyadari bahwa Tesis ini masih banyak kekurangannya, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis membuka diri untuk menerima saran maupun kritikan yang konstruktif, dari para pembaca demi penyempurnaannya dalam upaya menambah khasanah pengetahuan dan bobot dari Tesis ini. Semoga Tesis ini dapat bermanfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi dunia usaha dan pemerintah.

Medan, September 2014
Peneliti

Indah Sari Liza Lubis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	11
1.3. Rumusan Masalah	12
1.4. Tujuan Penelitian	13
1.5. Manfaat Penelitian	13
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Prokrastinasi	15
2.1.1. Pengertian Prokrastinasi	15
2.1.2. Faktor-faktor yang Menyebabkan Prokrastinasi	21
2.1.3. Aspek-aspek Prokrastinasi	27
2.1.4. Ciri-ciri Prokrastinasi	30
2.2. <i>Self-Regulated Learning</i> (SRL)	34
2.2.1. Pengertian SRL	34
2.2.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi SRL	36
2.2.3. Aspek-aspek SRL	38
2.2.4. Tipe-tipe Strategi SRL	40
2.2.5. Ciri-ciri SRL	44
2.3. Disiplin Sekolah	45
2.3.1. Pengertian Disiplin Sekolah	45
2.3.2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Disiplin Sekolah	48
2.3.3. Tujuan Sekolah	52
2.3.4. Jenis-jenis Disiplin Sekolah	53

2.4. Hubungan <i>Self Regulated Learning</i> (SRL) dengan Prokrastinasi Siswa SMP	57
2.5. Hubungan Disiplin Sekolah dengan Prokrastinasi Siswa SMP	59
2.6. Kerangka Berfikir	61
2.7. Penelitian Relevan	63
2.8. Hipotesis	64
BAB III. METODE PENELITIAN	
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	65
3.2. Identifikasi Variabel	65
3.3. Defenisi Operasional	65
3.4. Populasi dan Sampel	66
3.5. Teknik Pengumpulan Data	67
3.6. Uji Instrumen Penelitian	71
3.7. Teknik Analisis Data	73
3.8. Pengujian Hipotesis	75
BAB IV. HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN	
4.1. Hasil Analisis	77
4.1.1. Deskripsi Proses Hasil Penelitian	77
4.1.2. Uji Persyaratan Analisis	81
4.1.3. Pengujian Hipotesis	84
4.1.4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	89
4.2. Pembahasan Hasil Penelitian	92
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Simpulan	95
5.2. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1. Penyebab Prokrastinasi.....	23
Gambar 2.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi keinginan untuk melakukan prokrastinasi	24
Gambar 2.3. Kerangka Berpikir	61
Gambar 4.1. Grafik Histogram Pengujian Normalitas	82
Gambar 4.2. Gambar Normal Probability Plott Pengujian Normalitas	82
Gambar 4.3. Gambar Scatter Plott Uji Linearitas	83

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Strategi <i>Self-Regulated Learning</i>	43
Tabel 3.1. Sample Penelitian.....	67
Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Angket <i>Self-Regulated Learning</i>	68
Tabel 3.3. Skoring Item <i>Self-Regulated Learning</i>	68
Tabel 3.4. <i>Blue Print</i> Angket Disiplin Sekolah	69
Tabel 3.5. Skoring Item Angket Disiplin Sekolah	70
Tabel 3.6. <i>Blue Print</i> Angket Prokrastinasi	70
Tabel 3.7. Skoring Item Angket Prokrastinasi.....	71
Tabel 4.1. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala <i>Self Regulated Learning</i> Setelah Uji Coba	79
Tabel 4.2. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Disiplin Siswa.....	80
Tabel 4.3. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Prokrastinasi	81
Tabel 4.4. Koefisien Korelasi <i>Self Regulated Learning</i> (SRL) dengan Prokrastinasi	84
Tabel 4.5. Koefisien Regresi <i>Self Regulated Learning</i> (SRL) dengan Prokrastinasi	85
Tabel 4.6. Koefisien Korelasi Disiplin Siswa dengan Prokrastinasi.....	85
Tabel 4.7. Koefisien Regresi Disiplin Siswa dengan Prokrastinasi	86
Tabel 4.8. Koefisien Korelasi <i>Self Regulated Learning</i> (SRL) dan Disiplin Siswa dengan Prokrastinasi	87
Tabel 4.9. Koefisien Regresi <i>Self Regulated Learning</i> (SRL) dan Disiplin Siswa dengan Prokrastinasi	87
Tabel 4.10. Mean Empirik <i>Self Regulated Learning</i>	88
Tabel 4.11. Mean Empirik Disiplin Siswa.....	90
Tabel 4.12. Mean Empirik Prokrastinasi	91
Tabel 4.13. Perbandingan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	92

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini remaja memiliki kecenderungan untuk tumbuh berkembang guna mengembangkan kemampuan dan potensi yang ada di dalam diri mereka. Dalam proses pencarian identitas diri atau keutuhan diri tersebut, pada umumnya para remaja mengalami masalah. Hal tersebut dikarenakan adanya perubahan fisik dan psikis dalam diri mereka maupun pada lingkungan sosial tempat mereka berada. Lingkungan sekolah merupakan lingkungan sosial remaja yang jauh lebih luas daripada lingkungan sosial di rumah atau wilayah tempat tinggal (Gunarsa, 2003). Dalam proses belajarnya di sekolah, tidak sedikit remaja yang mengalami masalah-masalah akademik, seperti pengaturan waktu belajar, memilih metode belajar untuk mempersiapkan ujian, menyelesaikan tugas-tugas sekolahnya dan sebagainya. Jika seseorang, dalam hal ini pelajar SMP mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai batas waktu yang telah ditentukan, sering mengalami keterlambatan, mempersiapkan segala sesuatu dengan berlebihan, dan gagal dalam menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang telah ditentukan, maka dapat dikatakan sebagai orang yang melakukan prokrastinasi (Ghufron, 2010).

Dalam memasuki era globalisasi seseorang dituntut untuk selalu dapat meningkatkan kemampuan dan keahliannya agar dapat bersaing dan

menyesuaikan diri dalam dunia global yang penuh dengan tekanan dan kompetisi. Kaitannya dengan manusia yang berkualitas, siswa diharapkan mampu menguasai suatu bidang sehingga dengan keahliannya menjadi siap bersaing di pasaran kerja. Jika seseorang masih melakukan prokrastinasi dalam setiap pekerjaan maka takkan mampu bersaing dalam dunia global.

Menurut Indaryani dan Milwardani (dalam Ghofur, 2003), disiplin, kreatif dan memiliki etos kerja yang tinggi adalah indikator sumber daya manusia yang berkualitas dan fondasi yang amat menentukan. Seseorang dikatakan mempunyai kualitas sumber daya manusia yang tinggi jika dia dapat menunjukkan perilaku yang mencerminkan adanya kedisiplinan, kreativitas maupun etos kerja yang tinggi dalam mengerjakan tugas-tugasnya. Sikap disiplin merupakan sikap yang harus ditingkatkan, karena memberi manfaat dan sumbangan yang besar, apalagi untuk negara yang masih berkembang seperti Indonesia. Selama ini masyarakat Indonesia terkenal dengan tradisi kedisiplinan yang kurang. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan mengulur-ulur waktu, baik dalam menjalankan tugas maupun dalam menghadiri suatu pertemuan. Kebiasaan ini telah menjadi fenomena umum di masyarakat Indonesia sehingga melahirkan istilah “jam karet”.

Berhubungan dengan manusia yang berkualitas, dalam khazanah ilmu Psikologi terdapat istilah prokrastinasi yang diartikan sebagai suatu perilaku yang tidak disiplin dalam penggunaan waktu. Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan kinerja secara keseluruhan untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna. Akibatnya kinerja sering menjadi terhambat dan tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Akinsola, M. K., Tella, Adedeji., dan Tella, Adenvika. 2007. Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Student. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*. No. 3. Vol. 4. Hal. 363-370
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*. Cetakan XIII. Jakarta: PT RINEKA CIPTA
- Azwar, Saifuddin. 2011a. *Metode Penelitian Edisi I Cetakan XII*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boekaerts, M. 1996. Self Regulated Learning at The Junction of Cognition and Motivation. *Journal European Psychologist*. Vol. 1, No. 2. Hal. 100-112
- Burka, Jane B dan Yuen, Lenora M. 2008. *Procrastination: Why You Do it, Whatto Do It Now*. MA: Da Capo Press
- Catrunada, L. 2008. Perbedaan Kecenderungan Prokrastinasi Tugas Berdasarkan Tipe Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert. *Tesis*. Jakarta: Universitas Gunadarma. (tidak dipublikasikan)
- Cece, Wijaya dan A.Tabrani Rusyan. 1991. *Kemampuan Dasar Guru Dalam Proses belajar mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Chu, A.H.C., & Choi, J. N. 2005. Rethinking Procrastination: Positive Effects of 'Active' Procrastination Behavior on Attitude and Performance. *The Journal of Social Psychology*, 145, 245-264.
- Crow & Crow. 1990. Pengantar Ilmu Pendidikan. Yogyakarta: Rake Sarasin
- Deasyanti dan Armeini. R. A. 2007. Self-Regulation Learning pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Prespektif Ilmu Pendidikan*. Vol. 16. Th. VIII. Hal. 13-21107
- Ellianawati dan Wahyuni, S. 2010. Pemanfaatan Model Self-Regulated Learning sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Belajar Mandiri pada Mata Kuliah Optik. *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia*. Vol. 6. Hal. 35-39
- Ferrari, J. R., O' Callaghan, J., & Newbegin, I. 2005. Prevelence of Procrastination In The United Stated, United Kingdom, and Autralia: Arousal and Avoidance Delays Among Adults. Nort American. *Journal Of Psycology* Vo. 7 page 1-6

- Ferrari, J. L., Johnson, J., & Mc Cown, W. G. 1995. *Procrastination and Task Avoidance, Theory, Research and Treatment*. New York: Plenum Press
- Ghufron, M. Nur. 2003. Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjahmada. *Tesis*.
- Ghufron, N.M. & Risnawita, R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media.
- Gunarsa. S. 2003. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hasibuan, Malayu. 2000. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hurlock, B. E. 1980. *Developmental Psychology: A Life-Span Approach, Fifth Edition*. Alih bahasa oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Jiao, Qun.G., dkk. 2011. Academic Procrastination and The Performance of Graduate-Level Cooperative Groups in Research Methods Courses. *Journal of The Scholarship of Teaching and Learning*. No. 1. Vol. 11. Hal. 119-138
- Kim, Eunkyung dan Eun Hee Seo. 2013. The Relationship Of Flow and Self Regulated Learning to Active Procrastination. *Journal Social Behavior and personality*, 2013, 4(7), 1099-1114
- Knaus, W. J. 2005. *Lakukan Sekarang Mengatasi Kebiasaan Menunda*. Semarang: Dahara Prize
- Montalvo, Fermin. T dan Torres, Maria. C. G. 2004. Self-Regulated Learning: Current and Future Directions. *Electronics Journal of Research in Educational*. No. 2. Vol. 1. Hal. 1-34. ISSN:1698-2095
- Muhid, Abdul. 2009. Hubungan antara Self-Control dan Self-Efficacy dengan Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Sunan Ampel Surabaya. *Jurnal Ilmu Dakwah*. No. 1. Vol. 18. Hal. 577-588
- Mulyasa, E. 2002. *Manajemen Berbasis Sekolah: Konsep, Strategi dan Implementasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Nicol, David. J dan Macfarlane-Dick, Debra. 2006. Formative Assessment and Self-Regulated Learning: A Model and Seven Principles of Good Feedback Practice. *Journal Studies in Higher Education*. No. 2. Vol. 31. Hal. 199-218

- Purnama, Diana Septi. 2006. Upaya Guru dalam Mengembangkan Disiplin Belajar Siswa. *Jurnal Paradigma*, No. 01 Th. I, Januari 2006, ISSN 1907-279X
- Purwodarminto. 1988. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Rothblum, Esther. D., Solomon, Laura. J., dan Murakami, Janice. 1986. Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*. Vol. 33. Hal. 387-394
- Savira, Fitria dan Yudhi Suharsono. 2013. Self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokrastnasi Akademik Pada Siswa Akselerasi. *Jurnal JIPT* Vol. 01, No.01, Januari 2013. ISSN: 2301- 8267
- Schunk. H. D., Pintrich, P. R., and Meece. L.J. 2008. *Motivation in Education: Theory, Research, And Application*. Ohio: Pearson Press
- Senecal, C., Koestner, R., dan Vallerand, R. J. 1995. Self-Regulation and Academic Procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 135, 607-619
- Sepehrian, Firouzehdan Lotf, Jalil Jabari. 2011. The Effects of Coping Styles and Gender on Academic Procrastination among University Students. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*. Vol. 12. No. 1. page. 2987 - 2993
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Solomon, Laura J., dan Rothblum, Esther J. 1984. Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Corraletes. *Journal of Counseling Psychology*. Vol. 31. No. 4. Hal. 503-509. American psychological Association, Inc
- Steel, P. 2007. The Nature of Procrastination: A meta-Analytic and Theoretical Review of Quentessential Self Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*. 133 (1) 65-94
- Sudjana. Nana. 2001. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Surijah, E.A. 2007. Mahasiswa Versus Tugas: Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Conscientiousness. *Skripsi (Tidak diterbitkan)*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

- Tice, D.M. & Baumeister, R.F. 1997. Longitudinal Study of Procrastination, Performance, Stress, and Health: the cost and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454-458
- Tu'u, Tulus. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia
- Wolters, Christopher. A., Pintrich, Paul. R., dan Karabenick, Stuart. A. 2003. *Assessing Academic Self-Regulated Learning. Conference on Indicator of Positive Development: Child Trends, National Institute of Health*
- Zeenath, Shakir dan Orcullo, Daisy Jane C. 2012. Exploring Academic Procrastination among Undergraduates. *Journal IPEDR. Vol. 47.No. 9.Hal. 42-46*
- Zimmerman, Barry J. 1989. A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology. No. 3. Vol. 81. Hal. 329-339. Washington: American Psychological Association*
- Zimmerman, Barry J. 1990. Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. *Educational Psychologist. No. 1.Vol. 25. Hal. 3-17. Lawrence Erlbaum Associates, Inc*
- Zimmerman, Barry J dan Martinez-Pons, Manuel. 1986. Development of a Structured Interview for Assessing Student Use of Self-Regulated Learning Strategies. *American Educational Research Journal.No. 4.Vol. 23.Hal.614 - 628*
- Zimmerman, Barry J dan Martinez-Pons, Manuel. 1990. Student Differences in Self-Regulated Learning: Relating Grade, Sex, and Giftedness to Self-Efficacy and Strategy Use. *Journal of Educational Psychology.No. 1.Vol.82.Hal. 51-59*

Lampiran 1

SKALA *SELF REGULATED LEARNING* (SRL) (X1)

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap daftar pernyataan dengan teliti
2. Semua jawaban tidak ada yang benar dan yang salah sehingga yang diharapkan adalah jawaban yang sesungguhnya dari anda
3. Beri tanda *checklist* (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang menurut anda paling tepat dan sesuai dengan kondisi yang ada
4. Ada empat skala yang digunakan dalam tiap pernyataan yaitu:
 - Selalu = SL (4)
 - Sering = SR (3)
 - Kadang-Kadang = KD (2)
 - Tidak pernah = TP (1)

No	Pernyataan	SL	SR	KD	TP
1	Saya menentukan materi pelajaran yang akan dipelajari sebelum memulai belajar				
2	Saya merapikan catatan materi pelajaran agar mudah untuk dipelajari kembali				
3	Saya membuat kondisi lingkungan belajar terasa nyaman dan menyenangkan				
4	Saya mencatat pemaparan guru setiap sesi pelajaran berlangsung				
5	Saya membaca kembali catatan materi pelajaran untuk mempertajam ingatan dan pemahaman				
6	Saya menambah jam belajar setiap kali mendapatkan nilai yang kurang memuaskan				
7	Saya meminta bantuan teman bila menemukan kendala dalam mengerjakan tugas dari guru				
8	Saya memeriksa kembali jawaban ujian yang telah saya kerjakan sebelum saya mengumpulkannya				
9	Saya berdiskusi dengan teman ketika materi yang saya pelajari cukup banyak dan sulit dipahami				
10	Saya membaca materi pelajaran dengan tidak menetapkan secara pasti apa yang saya baca				
11	Membuat ringkasan materi hanya membuang-buang waktu saya saja				
12	Saya membiarkan tempat belajar saya diterangi dengan penerangan yang redup				
13	Saya tidak pernah mencatat materi yang diajarkan oleh guru				

14	Saya tidak pernah membaca ulang catatan materi pelajaran yang saya buat				
15	Saya tidak memberi hadiah apapun pada diri saya ketika saya mendapatkan hasil belajar yang baik				
16	Saya merasa tidak perlu bertanya pada guru meskipun saya belum paham materi pelajaran				
17	Setelah selesai mengerjakan ujian, saya mengumpulkan jawaban tanpa memeriksanya kembali				
18	Saya tetap dengan strategi belajar saya sekarang walau sudah tidak mendukung kesuksesan akademik saya				
19	Saya tidak melakukan hobi saya sampai tugas pelajaran saya selesai				
20	Saya tidak pernah bertanya pada teman walau saya mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas dari guru				
21	Saya mencermati setiap hasil ujian yang saya dapatkan dan membandingkannya dengan hasil ujian sebelumnya				
22	Saya tetap menggunakan strategi belajar yang sama dari waktu ke waktu				
23	Saya membaca materi pelajaran secara berulang-ulang sampai saya paham materinya dengan baik				
24	Saya tidak pernah menyimpan hasil-hasil ujian saya				
25	Saya menyiapkan peralatan belajar agar memudahkan saya dalam belajar				
26	Saya membuat rangkuman materi ketika ditugasi oleh guru saja				
27	Saya menyediakan waktu minimal 2 jam untuk belajar pada waktu tertentu setiap harinya				
28	Saya tetap menyibukan diri dengan organisasi yang ada di sekolah walaupun nilai saya menurun				
29	Saya menemui guru untuk meminta penjelasan ulang atas tugas yang belum saya pahami instruksi pengerjaannya				
30	Saya membiarkan hasil ujian tanpa berkeinginan mengetahui kemajuan yang saya capai				
31	Saya mencoba strategi belajar baru yang diajarkan oleh dosen dikampus				
32	Saya belajar hanya pada saat saya sedang memiliki waktu luang saja				
33	Saya membuat rangkuman materi pelajaran supaya lebih mudah dipahami				
34	Saya tidak menghiraukan dengan adanya barang-barang yang berserakan ditempat belajar saya				
35	Saya mengumpulkan tugas-tugas yang sudah dikembalikan guru untuk saya pelajari kembali				

36	Saya membaca materi pelajaran hanya pada saat menjelang ujian berlangsung				
37	Saya tidak menerapkan strategi apapun untuk mempertajam ingatan saya				
38	Jika target belajar saya tidak tercapai, saya berusaha mencari tahu apa yang menjadi penyebabnya				
39	Saya memilih diam saja walau belum memahami materi pelajaran				
40	Saya mengurangi kegiatan senang-senang dengan teman saat nilai saya menurun				
41	Saya belajar hanya pada saat jam pelajaran berlangsung dan tidak membaca kembali catatan dan referensi dirumah				
42	Saya menyimpan hasil-hasil ujian saya dengan baik				
43	Saya membiarkan meja belajar dipenuhi dengan barang-barang yang tidak diperlukan untuk belajar				
44	Ketika membaca materi pelajaran, saya menggaris bawah (<i>underline</i>) pada pokok materi yang saya rasa penting				
45	Saya tidak punya waktu belajar khusus diluar jadwal sekolah				
46	Saya tidak mengintensifkan kegiatan belajar saat nilai-nilai <i>quiz</i> saya kurang memuaskan				
47	Saya langsung bertanya pada guru bila ada materi yang disampaikan beliau yang belum saya pahami				
48	Saya membiarkan proses belajar berjalan begitu saja				
49	Saya menerapkan berbagai strategi belajar menyesuaikan dengan materi perkuliahan yang saya pelajari				
50	Saya menentukan apa yang saya lakukan selama belajar agar tujuan belajar saya tercapai dengan baik				
51	Saya tidak pernah membuat peta konsep materi pelajaran yang sudah saya pelajari di sekolah				
52	Saya menata buku pelajaran dengan rapi ditempat saya biasa belajar				
53	Tugas yang saya kerjakan tidak terpantau secara pasti				
54	Saya mencoba memasukkan pokok materi pelajaran dalam kalimat saya sendiri untuk memudahkan saya mengingat materi				
55	Saya tidak pernah menghadahi diri saya atas kemajuan belajar yang saya raih				
56	Saya merasa tidak ada gunanya bertanya materi pelajaran pada teman				
57	Saya membuat tugas makalah tanpa memeriksa ulang penulisan dan isi secara menyeluruh				
58	Saya tidak mencoba sama sekali strategi belajar yang telah teman sarankan				

59	Saya menentukan batas waktu pengerjaan tugas sebelum tenggat waktu yang diberikan guru habis				
60	Saya membuat peta konsep setiap materi yang sudah diajarkan oleh guru agar dapat memahami materi dengan mudah				
61	Saya menjauhkan benda-benda yang dapat mengganggu konsentrasi saya saat sedang belajar				
61	Saya mencatat tugas-tugas yang harus saya selesaikan dalam sebuah <i>list</i> / daftar dan menandainya bila telah usai Mengerjakannya				
63	Saya membaca lagi rangkuman materi yang telah saya buat sebelumnya				
64	Saya segera mengganti strategi belajar saya ketika sudah tidak lagi mendukung kesuksesan akademik saya				
65	Saya menelaah kembali tugas-tugas sekolah yang mendapatkan nilai kurang bagus untuk mencari tahu dimana kekurangan dalam pengerjaannya				
66	Saya menemui teman saya untuk menanyakan langkah mengerjakan tugas yang tidak mampu saya kerjakan				
67	Saya membeli sesuatu yang saya suka sebagai hadiah untuk kemajuan belajar yang saya capai				
68	Saya tidak mempunyai cara-cara khusus untuk membantu saya mengingat materi pelajaran				
69	Saya membiarkan tugas-tugas yang sudah dikembalikan oleh guru tercecer dan menghilang entah kemana				
70	Saya membiarkan buku pelajaran tertumpuk tidak beraturan				
71	Saya hanya membaca materi pelajaran begitu saja tanpa memberikan tanda pada topik-topik penting				
72	Saya hanya belajar ketika hendak ujian saja				