

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. *Self Regulation* Siswa

##### 1. *Self Regulation*

###### a. *Pengertian Self Regulation*

Menurut Bandura (1997) *self regulation* adalah bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. *Self regulation* merupakan kemampuan untuk mengatur perilaku sendiri dan salah satu dari sekian penggerak utama kepribadian manusia. Untuk mencapai suatu tujuan yang optimal, seseorang harus mampu untuk mengatur perilakunya sendiri, mengarahkan perilaku tersebut agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Menurut Brown (1998), *self regulation* adalah kemampuan untuk merencanakan, mengembangkan, mengimplementasikan. Ablard dan Lipszult (1995; dalam Dachrud, 2005) menyimpulkan beberapa penelitian bahwa *self regulation* merupakan strategi yang mempunyai pengaruh bagi performansi seseorang untuk mencapai suatu prestasi atau mengalami peningkatan diri. *Self regulation* adalah suatu usaha individu dalam melaksanakan aktivitas - aktivitasnya yang melibatkan

proses kognitif, perilaku, dan metakognisi yang mencakup perencanaan, pengaturan dan pemantauan serta afeksi yang dimilikinya.

Menurut Zimmerman (1998; dalam Dachrud, 2005) *self regulation* juga mengacu pada tingkatan bagaimana seseorang dapat menggunakan dirinya untuk mengatur strategi dalam bertingkah laku serta mengatur lingkungannya. Dengan demikian, *self regulation* memerlukan pengaturan, pengelolaan, pengendalian atas segenap sumber daya, kemampuan dan usaha oleh individu yang bersangkutan untuk mencapai tujuan atau prestasi tertentu agar terjadi peningkatan.

Selanjutnya Walle (1997; dalam Dachrud, 2005) mendefinisikan *self regulation* sebagai proses kognitif yang berperan dalam bentuk kekuatan motivasional menjadi perilaku dan *performance*. Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *self regulation* adalah kemampuan seseorang untuk mengatur diri, mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, dan membuat konsekuensi atas tingkahlaku, agar semuanya dapat bergerak sinergis menuju tujuan yang ingindicapai.

Dari beberapa pengertian diatas, bisa disimpulkan bahwa *self regulation* adalah kemampuan seseorang untuk mengatur diri, merencanakan, mengimplementasi serta bagaimana cara menyusun strategi untuk mencapai tujuan atau prestasi yang diinginkan.

**b. Faktor – faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation***

Faktor – faktor dalam *self regulation* menurut Zimmerman dan Pons (1988), ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri. Berikut ini adalah ketiga faktor tersebut:

**1. Individu**

Faktor individu ini meliputi hal-hal dibawah ini:

- a. Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu maka akan semakin membantu individu dalam melakukan regulasi.
- b. Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan regulasi dalam diri individu.
- c. Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri.

**2. Perilaku**

Perilaku mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi pada diri individu.

### 3. Lingkungan

Lingkungan mengacu pada upaya lingkungan yang mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung hal tersebut.

Faktor lingkungan terhadap tutor sebaya merupakan pengaruh sosial berperan sebagai model, strategi, instruksi atau umpan balik (elemen lingkungan untuk siswa) dapat berpengaruh pada faktor pribadi siswa seperti tujuan, kepekaan efikasi untuk tugas (menjelaskan bagian berikutnya dari pelajaran), dan proses regulasi diri seperti perencanaan, monitor diri dan kendali terhadap gangguan. Model interaksi antara lingkungan tersebut merupakan interaksi timbal balik yang menentukan sehingga proses self regulation itu terjadi (Suhunk dalam woolfolk, 2007).

Seperti yang telah dijelaskan diatas, bahwa faktor lingkungan pada *self regulation* terhadap tutor sebaya merupakan pengaruh sosial yang berperan sebagai model, strategi, instruksi atau umpan balik, proses regulasi diri seperti perencanaan, dan monitor diri dan kendali terhadap gangguan. Peran model dalam hal ini adalah bagaimana seorang siswa mampu berperan sebagai contoh (pemateri) yang dijadikan panutan yang baik dalam menjelaskan materi kepada siswa lain pada proses pembelajaran tutor sebaya.



Sebagaimana manusia yang mengatur diri, cenderung memiliki standar-standar yang umum bagi perilaku kita. Standar yang menjadi kriteria untuk mengevaluasi performa kita dalam situasi-situasi spesifik. Kita juga membuat tujuan-tujuan tertentu yang kita anggap bernilai dan menjadi arah dan sasaran perilaku kita. Memenuhi standar-standar dan meraih tujuan-tujuan kita memberi kita kepuasan (*self-satisfaction*), meningkatkan *self-efficacy* kita, dan memacu kita untuk meraih lebih besar lagi

2. Pengaturan Emosi (*Emosional Regulated*)

Yaitu selalu menjaga atau mengelola setiap perasaan seperti amarah, dendam, kebencian, atau kegembiraan yang berlebihan agar tidak menghasilkan respon yang kontraproduktif, pengaturan emosi yang efektif sering melibatkan 2 cabang.

3. Instruksi Diri (*Self-instruction*)

Instruksi yang seseorang berikan kepada dirinya sendiri sembari melakukan sesuatu yang kompleks, kita memberi mereka sarana untuk mengingatkan diri mereka sendiri tentang tindakan-tindakan yang tepat.

4. Monitoring Diri (*Self Monitoring*)

Bagian penting selanjutnya adalah mengamati diri sendiri saat sedang melakukan sesuatu atau sebuah observasi diri. Agar membuat kemajuan ke arah tujuan-tujuan yang penting, kita harus

sadar tentang seberapa baik yang sedang kita lakukan. Dan ketika kita melihat diri kita sendiri membuat kemajuan kearah tujuan-tujuan kita, kita lebih mungkin melanjutkan usaha-usaha kita.

5. Evaluasi Diri (*Self-Evaluation*)

Setiap apa yang kita lakukan dimanapun kita berada perilaku kita akan dinilai oleh orang lain, meski demikian agar seseorang mampu mengatur dirinya sendiri seseorang harus bisa menilai perilakunya sendiri dengan kata lain seseorang itu akan melakukan evaluasi.

6. Kontingensi yang ditetapkan diri sendiri (*Self-imposed Contingencies*)

Ketika seseorang menyelesaikan sesuatu yang telah dirancang sebelumnya, khususnya jika tugas tersebut rumit dan menantang seseorang itu akan merasa bangga pada dirinya sendiri dan memuji dirinya atas keberhasilan yang dia capai. Sebaliknya ketika anda gagal menyelesaikan sebuah tugas, seseorang itu akan merasa tidak senang dengan performanya sendiri, merasa menyesal atau malu oleh karena itu penguatan atau hukuman yang ditetapkan sendiri yang menyertai suatu perilaku itu sangat penting.

## B. Metode tutor sebaya

### 1. Pengertian metode tutor sebaya

Menurut Febianti (2014) Tutor sebaya *Peer tutoring* adalah sebuah metode pembelajaran yang sedang menjadi tren sekarang. *Peer tutoring* memang menjadi metode yang menjadikan siswa tidak bosan, sementara guru juga tidak suntuk. *Peer tutoring* dalam bahasa Indonesia lebih dikenal dengan istilah tutor sebaya. Dejnozken dan Kopel dalam *American Education Encyclopedia* menyebutkan pengertian tutor sebaya adalah sebagai berikut: "Tutor sebaya adalah sebuah prosedur siswa mengajar siswa lainnya. Tipe pertama adalah pengajar dan pembelajar dari usia yang sama. Tipe kedua adalah pengajar yang lebih tua usianya dari pembelajar. Tipe yang lain kadang dimunculkan pertukaran usia pengajar".

Menurut Surakhmad (1994) Tutor sebaya merupakan salah satu strategi pembelajaran untuk membantu memenuhi kebutuhan peserta didik. Ini merupakan pendekatan kooperatif bukan kompetitif. Rasa saling menghargai dan mengerti dibina di antara peserta didik yang bekerja bersama. Peserta didik yang terlibat tutor sebaya akan merasa bangga atas perannya dan juga belajar dari pengalamannya. Hal ini membantu memperkuat apa yang telah dipelajari dan diperolehnya atas tanggung jawab yang dibebankan kepadanya.

Ketika mereka belajar dengan tutor sebaya, peserta didik juga mengembangkan kemampuan yang lebih baik untuk mendengarkan,

berkonsentrasi, dan memahami apa yang dipelajari dengan cara yang bermakna. Penjelasan melalui tutor sebaya kepada temannya lebih memungkinkan berhasil dibandingkan guru. Peserta didik melihat masalah dengan cara yang berbeda dibandingkan orang dewasa dan mereka menggunakan bahasa yang lebih akrab.

Menurut Wihardit (1995; dalam Djalil 1997) menuliskan bahwa Pengertian tutor sebaya adalah seorang siswa pandai yang membantu belajar siswa lainnya dalam tingkat kelas yang sama.

Menurut Miller (1989; dalam Djalil, 1997) berpendapat bahwa “Setiap saat murid memerlukan bantuan dari murid lainnya, dan murid dapat belajar dari murid lainnya”.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa tutor sebaya (*peer tutoring*) adalah metode pembelajaran dengan pendekatan kooperatif dimana peserta didik ada yang berperan sebagai pengajar (biasanya siswa yang lebih pandai dari siswa yang lain) dan peserta didik yang lain berperan sebagai pembelajar, baik pada usia yang sama atau pengajar berusia lebih tua dari pembelajar, untuk membantu belajar dalam tingkat kelas yang sama, untuk mengembangkan kemampuan yang lebih baik untuk mendengarkan, berkonsentrasi, dan memahami apa yang dipelajari dengan cara yang bermakna, karena penjelasan yang diberikan menggunakan bahasa yang lebih akrab.

## 2. Langkah-langkah Metode Tutor Sebaya (*peer tutoring*)

Dalam melaksanakan suatu metode pembelajaran tentu ada langkah-langkahnya. Begitu pula dengan metode tutor sebaya. Menurut Martinis (2007) petunjuk menggunakan metode tutor sebaya adalah sebagai berikut:

- 1) Pertama sekali seorang siswa memperhatikan seorang siswa yang telah mencapai tingkat lanjut dalam melaksanakan semua tugas di bawah bimbingan pelatih.
- 2) Setelah mengenal tugas tersebut, siswa dilatih dalam keterampilan melakukannya.
- 3) Setelah lulus tes, ia menjadi pelatih untuk siswa berikutnya.

Metode ini dapat dilaksanakan bila :

- 1) Semua tahap yang membutuhkan latihan satu persatu
- 2) Latihan kerja, latihan formal, dan magang.

Menurut (Zaini ; 2001 dalam Suyitno, 2004) maka langkah-langkah metode pembelajaran tutor sebaya (*peer tutoring*) adalah sebagai berikut :

- 1) Pilih materi yang memungkinkan materi tersebut dapat dipelajari siswa secara mandiri. Materi pengajaran dibagi dalam sub-sub materi (segmen materi).
- 2) Bagilah para siswa menjadi kelompok-kelompok kecil yang heterogen, sebanyak sub-sub materi yang akan disampaikan guru. Siswa-siswa pandai disebar dalam setiap kelompok dan bertindak sebagai tutor sebaya.
- 3) Masing-masing kelompok diberi tugas mempelajari satu sub materi. Setiap kelompok dibantu oleh siswa yang pandai sebagai tutor sebaya.
- 4) Beri mereka waktu yang cukup untuk persiapan, baik di dalam kelas maupun di luar kelas.
- 5) Setiap kelompok melalui wakilnya

menyampaikan sub materi sesuai dengan tugas yang telah diberikan. Guru bertindak sebagai narasumber utama. 6) Setelah semua kelompok menyampaikan tugasnya secara berurutan sesuai dengan urutan sub materi, beri kesimpulan dan klarifikasi seandainya ada pemahaman siswa yang perlu diluruskan.

Menurut Syaiful (2010) langkah-langkah metode pembelajaran tutor sebaya (*peer tutoring*) adalah sebagai berikut : 1) Bagikan secarik kertas/kartu indeks kepada seluruh anak didik. Minta mereka untuk menuliskan satu pertanyaan tentang materi pelajaran yang sedang dipelajari di kelas (misalnya tugas membaca) atau sebuah topic khusus yang akan didiskusikan di dalam kelas. 2) Kumpulkan kertas, acak kertas tersebut kemudian bagikan kepada setiap anak didik. Pastikan, tidak ada anak didik yang menerima soal yang ditulis sendiri. Minta mereka untuk membaca dalam hati pertanyaan dalam kertas tersebut, kemudian memikirkan jawabannya. 3) Minta anak didik secara sukarela untuk membacakan pertanyaan tersebut dan jawabannya. 4) Setelah jawaban diberikan, mintalah anak didik lainnya untuk menambahkan. 5) Lanjutkan dengan sukarelawan selanjutnya.

Berdasarkan pendapat beberapa pakar di atas, maka dalam penelitian ini, peneliti memilih langkah-langkah tutor sebaya : 1) pilihlah satu pematari atau siswa yang berprestasi untuk memberikan program pembelajaran kepada siswa lainnya. 2) bagilah siswa berkelompok kecil untuk menerima

materi yang disampaikan oleh pemateri. 3) masing-masing kelompok diberikan waktu untuk mempelajari per sub bab materi dengan didampingi oleh tutor sebaya. 4) berikan waktu kepada mereka untuk menyelesaikan tugasnya dengan baik. 5) berikan siswa waktu untuk menyampaikan hasil belajar atau sub bab materi didepan kelas.

### **3. Tujuan pelaksanaan tutor sebaya.**

Penerapan metode tutor sebaya pada mulanya bertujuan untuk memberikan bimbingan belajar bagi siswa yang mengalami kesulitan belajar. Pada perkembangan dunia pendidikan seperti saat ini metode tutor sebaya mulai diterapkan di beberapa sekolah dengan tujuan untuk menarik perhatian siswa sehingga prestasi belajar meningkat. Menurut Gary D. Borich (1996:78), teman sebaya memiliki berbagai fungsi dalam proses belajar. *“The peer group can influence and even teach students how to behave in class, study for tests, converse with teachers and school administrators, and can contribute to the success or failure of performance in school in many other ways”* (Teman sebaya dapat member pengaruh dan juga mengajari teman sebayanya bagaimana bertindak di dalam kelas, belajar untuk test, dengan guru-guru, dan administrasi sekolah dan dapat member kontribusi untuk kesuksesan atau kegagalan dalam pelaksanaan kelas belajar dan lain sebagainya).

Sehingga tujuan bimbingan belajar tutor sebaya adalah untuk meningkatkan prestasi belajar anak dan membangkitkan motivasi suasana yang disiplin serta nyaman. Adapun tujuan dari kegiatan tutorial, antara lain:

- a. Meningkatkan penguasaan pengetahuan para siswa sesuai dengan yang dimuat dalam tujuan pembelajaran.
- b. Meningkatkan kemampuan dan ketrampilan atau hambatan agar mampu membimbing diri sendiri.
- c. Meningkatkan kemampuan siswa tentang cara belajar mandiri dan menerapkannya pada masing-masing bahan pelajaran yang dipelajari.

#### **4. Kelebihan dan Kekurangan Metode Tutor Sebaya**

Kelebihan Metode Tutor Sebaya menurut Menurut Syaiful Bahri Djamarah (2010) Tutor sebaya sangat tepat untuk mendapatkan partisipasi anak didik secara keseluruhan dan secara individual. Strategi ini member kesempatan kepada setiap anak didik untuk berperan sebagai guru bagi kawan-kawannya. Dengan strategi ini anak didik yang selama ini tidak mau terlibat akan ikut serta dalam pembelajaran secara aktif.

Setiap metode pembelajaran pasti memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Menurut Suharsimi Arikunto (1988), adapun kelebihan dan kelemahan metode tutor sebaya adalah sebagai berikut: Kelebihan metode tutor sebaya adalah 1) Untuk menyampaikan informasi lebih mudah sebab bahasanya sama. 2) Dalam mengemukakan kesulitan lebih terbuka. 3) Suasana yang rileks bisa menghilangkan rasa takut. 4) Mempererat persahabatan. 5) Ada perhatian terhadap perbedaan karakteristik. 6) Konsep mudah dipahami. 7) Siswa tertarik untuk bertanggungjawab dan mengembangkan kreativitas.

Kelemahan metode tutor sebaya 1) Kurang serius dalam belajar. 2) Jika siswa punya masalah dengan tutor ia akan malu bertanya. 3) Sulit menentukan tutor yang tepat. 4) Tidak semua siswa pandai dapat jadi tutor. Kesimpulannya adalah tutor sebaya memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan tutor sebaya diantaranya adalah siswa mampu menyampaikan informasi lebih mudah sebab bahasanya sama, siswa mampu dalam mengemukakan kesulitan lebih terbuka, suasana yang rileks bisa menghilangkan rasa takut, mempererat persahabatan. Dan kekurangannya adalah Kurang serius dalam belajar, tidak semua siswa pandai bisa menjadi tutor.

### **C. Pengaruh Metode Tutor Sebaya dalam Meningkatkan *Self Regulation* Siswa.**

Metode tutor sebaya merupakan metode pembelajaran dengan pendekatan kooperatif dimana peserta didik ada yang berperan sebagai pengajar (biasanya siswa yang lebih pandai dari siswa yang lain) dan peserta didik yang lain berperan sebagai pembelajar, baik pada usia yang sama atau pengajar berusia lebih tua dari pembelajar, untuk membantu belajar dalam tingkat kelas yang sama, untuk mengembangkan kemampuan yang lebih baik untuk mendengarkan, berkonsentrasi, dan memahami apa yang dipelajari dengan cara yang bermakna, karena penjelasan yang diberikan menggunakan bahasa yang lebih akrab.

Dalam hal pendidikan *self regulation* memang sangat diperlukan, terutama pada siswa sekolah. Pentingnya *self regulation* dalam proses belajar pada siswa dapat membuat siswa merasa lebih baik serta peningkatan belajar akademis. *self regulation* adalah bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. Untuk mencapai suatu tujuan yang optimal, seseorang harus mampu untuk mengontrol perilakunya sendiri, mengarahkan perilaku tersebut agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan (Bandura 1997).

Hamalik (2001), Siswa adalah “Salah satu komponen pengajaran, disamping faktor guru, tujuan dan metode pengajaran sebagai salah satu komponen yang terpenting diantara komponen lainnya.” Pada dasarnya “ia” adalah unsur penentu dalam proses mengajar. Tanpa adanya Siswa, sesungguhnya tidak akan terjadi proses pengajaran.

Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia 12-17 tahun, menurut Panuju (1999) yang mengatakan apabila seorang remaja dapat menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungannya, maka dapat dikatakan remaja tersebut telah berhasil menyesuaikan diri secara pribadi maupun sosial.

Dari penjelasan diatas sangat jelas bahwa metode tutor sebaya sangat berpengaruh dalam *self regulation* siswa utamanya pada seorang siswa. Seorang siswa yang merasa *self regulation* meningkat dengan metode tutor sebaya, maka

secara tidak langsung akan mengalami peningkatan *self regulation* dalam tutor sebaya melalui metode yang tepat yaitu tutor sebaya.

Hal ini didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Beberapa penelitian tentang metode tutor sebaya dalam meningkatkan *self regulation* , antara lain: penelitian pertama kali dilakukan oleh Arjangga dan Schunk (2000; dalam woolfolk, 2007) menyatakan bahwa partisipan mengalami peningkatan kemampuan *self regulation* melalui metode tutor sebaya dengan bimbingan guru.

Penelitian mengenai kegiatan tutor sebaya ini dikembangkan lagi oleh Latipah (2010) dan hasil penelitiannya menyatakan bahwa, terdapat hubungan positif antara strategi *self regulation learning* dengan prestasi belajar dapat diterima.

Penelitian ini terus mengalami perkembangan, penelitian Schunk & Zimmerman (2007) hasilnya menyatakan bahwa *self-regulation* dan *self-efficacy* masih dapat dikembangkan lagi melalui paparan model yang melalui media penjelasan dan penunjukkan strategi.

Penelitian Chang-Chen (2007-2009). Hasilnya adalah bahwa adanya metode tutor sebaya (*peer tutoring*) adalah signifikan. Hal ini dibuktikan dengan siswa yang dibedakan dalam dua kelas melalui proses menggunakan kelas *control* dan *traetment*.

Penelitian Callaghan & Gray (2011) Hasilnya menunjukkan bahwa banyak siswa yang menemukan *self regulation* dalam dirinya dalam proses belajar. Selanjutnya penelitian penelitian Tjalla dan Sofiah (2015) menunjukkan hasil penelitian bahwa siswa dalam proses pembelajaran bisa mendorong prestasi yang tinggi mahasiswa di ruang kelas mengoptimalkan kemampuan untuk mengajar atau mengirimkan pengetahuan ke teman sebaya.

Dari gambaran diatas serta didukung dengan penelitian sebelumnya maka ini penelitian menjadi menarik untuk dikaji, mengingat metode tutor sebaya dalam meningkatkan *self regulation* siswa sangat terlihat kabur pada kenyataannya, sedangkan peran pengajar atau guru terlihat lebih ditonjolkan. Apabila seorang pematari atau guru adalah seorang siswa yang memiliki kesamaan usia dengan siswa lain (sebaya) yang dirasa memiliki kemampuan yang lebih untuk mengajarkan materi kepada siswa lainnya maka diharapkan adanya kerjasama yang baik dari kedua belah pihak maka akan menimbulkan perasaan yang menyenangkan serta kenyamanan dalam proses belajar, sehingga seorang siswa akan mengalami peningkatan dalam *self regulation* melalui metode tutor sebaya.

#### **D. Kerangka Teoritis**

Hasil dari beberapa penelitian terdahulu, bahwa tingkat *self regulation* pada tutor sebaya tinggi yang ditandai dengan adanya peningkatan pengaturan serta mengembangkan diri padasiswa. Menurut Bandura (1997) *self regulation* adalah bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah

lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. Brown (1998), juga mengatakan bahwa *selfregulation* ditandai dengan adanya kemampuan untuk merencanakan, mengembangkan, mengimplementasikan dan pengaruh bagi performansi seseorang untuk mencapai suatu prestasi atau mengalami peningkatan diri (Ablard dan Lipszult (1995) dalam Dachrud, 2005).

*Self regulation* pada tutor sebaya ini disebabkan oleh faktor lingkungan, hal ini dijelaskan bahwa faktor lingkungan merupakan pengaruh sosial berperan sebagai model, strategi, instruksi atau umpan balik (elemen lingkungan untuk siswa) dapat berpengaruh pada faktor pribadi siswa seperti tujuan, kepekaan efikasi untuk tugas ( menjelaskan bagian berikutnya dari pelajaran), dan proses regulasi diri seperti perencanaan, monitor diri dan kendali terhadap gangguan. Model interaksi antara lingkungan tersebut merupakan interaksi timbal balik yang menentukan sehingga proses *self regulation* itu terjadi (Suhunk dalam woolfolk, 2007).

Batasan ini hampir sama dengan pendapat Tardif dalam Muhibbin Syah (1995) bahwa metode diartikan sebagai cara yang berisi prosedur baku untuk melaksanakan kegiatan penyajian materipelajaran kepada peserta didik. Reigeluth (1983) mengartikan bahwa metode mencakup rumusan tentang pengorganisasian pengajaran, strategi penyampaian dan pengelolaan kegiatan dengan memperhatikan tujuan, hambatan, dan karakteristik peserta didik

sehingga diperoleh hasil yang efektif, efisien, dan menimbulkan daya tarik pembelajaran.

Penelitian ini didukung pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Shofiah (2014) bahwa, *self regulation* merupakan kemampuan seseorang untuk mengatur diri, mempengaruhi tingkah laku dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, dan membuat konsekuensi atas tingkahlaku, agar semuanya dapat bergerak sinergis menuju tujuan yang ingin dicapai Bandura (1997).

Selanjutnya Mardoh (2016) mengatakan bahwa *Self-regulated learning* (SRL) merupakan keterlibatan pada siswa melalui tingkatan yang meliputi keaktifan berpartisipasi baik itu secara metakognisi, motivasi, maupun perilaku dalam proses belajar (Zimmerman, 1986: 4). Dalam Kemampuan *self-regulated* bersifat psikologis dan bukan merupakan suatu bakat yang dimiliki individu namun dapat dikembangkan dengan baik pada diri seseorang melalui latihan yang dilakukan berkesinambungan. Kemampuan belajar siswa dapat ditingkatkan melalui aktivitas pembelajaran yang relevan. Pemilihan metode pembelajaran yang memungkinkan individu untuk dapat menumbuhkembangkan kemandirian belajarnya, sangat penting untuk diimplementasikan dalam kegiatan sehari-hari sehingga membuat siswa lebih mampu untuk mengatur diri sendiri menjadi lebih baik lagi.

