

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN KEMANDIRIAN
TERHADAP *SELF-REGULATED LEARNING* PADA SISWA SMP
NEGERI 2 SIWALAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan
Program Strata (S-1) Psikologi (S.Psi)



Disusun oleh :

ZAHRA FIRDAUS

2007016055

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2024



HALAMAN PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini:

Judul : **PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN KEMANDIRIAN TERHADAP *SELF-REGULATED LEARNING* PADA SISWA SMP NEGERI 2 SIWALAN**

Nama : Zahra Firdaus

NIM : 2007016055

Jurusan : Psikologi

Telah diuji dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu psikologi.

Semarang, 2 Juli 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I


Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si
NIP. 198408292011012005

Penguji II




Nadya Ariyani H.N., S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032019

Penguji III


Dewi Khurun Aini, M.A
NIP. 198605232018012002

Penguji IV


Dr. Nilamah Rochmawati, M.Si
NIP. 198002202016012901

Pembimbing I


Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP. 197711022006042004

Pembimbing II


Nadya Ariyani H.N., S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032019

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zahra Firdaus

NIM : 2007016055

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kemandirian Terhadap *Self-Regulated Learning* Pada Siswa SMP Negeri 2 Siwalan” secara keseluruhan merupakan hasil penelitian asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Sejauh pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah diterbitkan atau ditulis oleh pihak lain, kecuali secara tertulis di bagian tertentu dirujuk sebagai sumber referensi dan telah disebutkan dalam daftar Pustaka.

Semarang, 21 Juni 2024



Zahra Firdaus
NIM 2007016055

PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN KEMANDIRIAN
TERHADAP *SELF-REGULATED LEARNING* PADA SISWA SMP NEGERI 2
SIWALAN

Nama : ZAHRA FIRDAUS

NIM : 2007016055

Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si
NIP 197711022006042004

Semarang, 24 Juni 2024
Yang bersangkutan

Zahra Firdaus
NIM 2007016055

PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UTN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN KEMANDIRIAN
TERHADAP *SELF-REGULATED LEARNING* PADA SISWA SMP NEGERI 2
SIWALAN

Nama : ZAHRA FIRDAUS
NIM : 2007016055
Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Nadva Ariyani H.N., S. Psi. M. Psi., Psikolog
NIP 199201172019032019

Semarang, 20 Juni 2024
Yang bersangkutan

Zahra Firdaus
NIM 2007016055

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh,

Alhamdulillahirabbil 'Alamiin, segala puji syukur senantiasa penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Atas rahmat, nikmat, kasih sayang, dan pertolongan-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini Sholawat dan salam tidak lupa selalu tucurahkan kepada Sang Tauladan kita baginda Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing kita dari dari kegelapan menuju jalah yang penuh cahaya dan selalu kita nantikan syafaatnya kelak di *yaumul qiyamah*.

Setelah melewati proses yang panjang, alhamdulillah berkat ridho-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kemandirian terhadap *Self-Regulated Learning* Pada Siswa SMP Negeri 2 Siwalan”. Penulisan skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memenuhi tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana (S1) program studi dalam bidang ilmu Psikologi (S.Psi) di Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Dalam proses penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih jauh dari kata sempurna. Namun, berkat dukungan, arahan, motivasi, do'a, ridho, dan kasih sayang dari berbagai pihak yang telah membantu menjadikan penulisan skripsi ini dapat diselesaikan sebagaimana mestinya. Untuk itu, izinkan penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala rahmat dan kasih sayang yang telah dilimpahkan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A selaku Ketua Program Studi Psikologi yang telah memberikan arahan, motivasi, dan dukungannya kepada penulis selama menempuh studi.
5. Ibu Wening Wihartati, S.Psi, M.Si, selaku dosen wali sekaligus dosen

pembimbing I yang telah memberikan dukungan, arahan, motivasi dan berkenan meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk mendampingi, membimbing dan mengarahkan penulis dari awal studi sampai dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S.Psi, M.Psi, Psikolog, selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk mendampingi, membimbing, dan mengarahkan penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh dosen, pegawai, dan civitas akademik di lingkungan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pelayanan yang baik kepada penulis.
8. Kepada SMP Negeri 2 Siwalan yang telah memberikan izin untuk menjadi tempat penelitian bagi penulis
9. Kepada Siswa SMP Negeri 2 Siwalan yang telah berkenan berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini.
10. Kedua orang tua saya, Bapak Dulgani dan Ibu Ariyah yang tidak ada hentinya memberikan doa, dukungan materil maupun moril, motivasi, dan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan baik.
11. Saudara penulis, Mas Danang, Adhim, dan Syifa yang selalu memberikan doa dan dukungannya.
12. Kepada teman-teman UKM-F Majelis Bahasa yang telah memberikan banyak pengalaman dan menjadi tempat penulis belajar organisasi selama di perkuliahan.
13. Teman-teman psikologi angkatan 2020 khususnya Dila, Syafril dan teman-teman kelas B lainnya yang telah hadir sejak awal dan memberikan pengalaman berharga bagi penulis selama menempuh dunia perkuliahan.
14. Kepada Elok dan Liha yang telah menjadi *roommate* yang baik bagi penulis, tempat penulis bertukar cerita, dan membantu penulis dalam berbagai kesulitan.
15. Kepada Tsania, Lalak, dan Azza yang telah menjadi sahabat yang baik, teman bertukar cerita bagi penulis sejak masa SMA hingga sekarang. Terima kasih sudah selalu memberikan bantuan, dukungan, dan doanya kepada penulis

hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini

16. Para sahabat KKN Sumber Sinergi yang telah hadir menjadi hadiah terindah bagi penulis dan memberi banyak pengalaman dan semangat bagi penulis di akhir masa perkuliahan, Fadel, Shofwa, Puji, Dyah, Opis, Risma, Ziya, Sanda, Heri, Chasan, Ulin, Hakim, Teguh, dan Yoga.
17. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih telah mendukung, membantu, menemani, dan menyemangati penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Namun, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak yang berkenan untuk membacanya. Demikian penulis ucapkan terima kasih kepada pembaca sekalian.

Semarang, 21 Juni 2024

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Zahra Firdaus', written over a horizontal line.

Zahra Firdaus
NIM 2007016055

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Diri sendiri, Zahra Firdaus. Terima kasih untuk tidak menyerah dan berusaha untuk selalu menjalani hidup dengan baik. Terima kasih telah berusaha dan mau melewati semuanya meskipun seringkali merasa tidak yakin akan apa yang diusahakannya. Terima kasih sudah mau bertahan menjalani setiap proses hingga dapat menyelesaikan tanggung jawab sebagai mahasiswa S1 dengan baik.
2. Kedua orang tua tercinta, Bapak Dulgani dan Ibu Ariyah beserta keluarga yang senantiasa memberikan kepercayaan, dukungan, dan doa kepada penulis.
3. Seluruh siswa SMP Negeri 2 Siwalan yang telah bersedia menjadi subjek penelitian dan membantu proses penelitian ini.
4. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi banyak orang khususnya bagi penulis.

Semarang, 21 Juni 2024

Penulis



Zahra Firdaus
NIM 2007016055

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya.”

(QS. Al-Baqarah : 286)

*“Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.
Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”*

(QS. Al-Insyirah : 5-6)

“Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan), teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah!”

(QS. Al-Insyirah : 7-8)

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia (lainnya).”

“Tidak ada yang terlambat atau tertinggal. Setiap orang sedang belajar dan berprogres di jalannya masing-masing. Usahakan dulu semuanya satu per satu. Semua bisa digapai asal kita mau berikhtiar menjemputnya dan terus berdoa. Tetap libatkan Allah dan doa restu kedua orang tua terutama Ibu tercinta. Namun, kalau tidak bisa didapat berarti bukan rezekinya. Dan percayalah Allah akan menggantinya dengan sesuatu yang lebih baik dan indah sesuai dengan apa yang kamu butuhkan.”

-Zahra Firdaus

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING I.....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING II.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	18
A. <i>Self-Regulated Learning</i>	18
1. Pengertian <i>Self-Regulated Learning</i>	18
2. Aspek-aspek <i>Self-Regulated Learning</i>	21
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Regulated Learning</i>	25
4. Karakteristik <i>self-regulated learning</i>	29
5. <i>Self-Regulated Learning</i> dalam Perspektif Islam	31
B. Kecerdasan Emosional	34
1. Pengertian Kecerdasan Emosional.....	34
2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional	38
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional.....	42
4. Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Islam.....	45
C. Kemandirian	47
1. Pengertian Kemandirian.....	47
2. Aspek-aspek Kemandirian	50
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemandirian	52
4. Kemandirian dalam Perspektif Islam.....	54
D. Pengaruh antara Kecerdasan Emosional dan Kemandirian Terhadap <i>Self-Regulated</i>	

<i>Learning</i>	56
E. Hipotesis	62
BAB III METODE PENELITIAN	63
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	63
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	63
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	65
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	66
E. Teknik Pengumpulan Data	69
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	71
G. Teknik Analisis Data	74
H. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	76
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	81
A. Hasil Penelitian.....	81
B. Hasil Analisis Data	86
C. Pembahasan	92
BAB V PENUTUP.....	99
A. Kesimpulan.....	99
B. Saran.....	99
DAFTAR PUSTAKA.....	102
LAMPIRAN.....	110

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Siswa SMP Negeri 2 Siwalan Tahun Ajaran 2023/2024.....	66
Tabel 3. 2 Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael.....	67
Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian Skala.....	70
Tabel 3. 4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-Regulated Learning</i> Sebelum Uji Coba.....	70
Tabel 3. 5 <i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Emosional Sebelum Uji Coba	71
Tabel 3. 6 <i>Blue Print</i> Skala Kemandirian Sebelum Uji Coba	71
Tabel 3. 7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-Regulated Learning</i> Setelah Uji Coba.....	77
Tabel 3. 8 <i>Blue Print</i> Skala Kecerdasan Emosional Setelah Uji Coba	78
Tabel 3. 9 <i>Blue Print</i> Skala Kemandirian Setelah Uji Coba	78
Tabel 3. 10 Reliabilitas Skala <i>Self-Regulated Learning</i> Keseluruhan Aitem.....	79
Tabel 3. 11 Reliabilitas Skala <i>Self-Regulated Learning</i> Setelah Aitem Gugur	79
Tabel 3. 12 Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional Keseluruhan Aitem	79
Tabel 3. 13 Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional Setelah Aitem Gugur	80
Tabel 3. 14 Reliabilitas Skala Kemandirian Keseluruhan Aitem	80
Tabel 3. 15 Reliabilitas Skala Kemandirian Setelah Aitem Gugur	80
Tabel 4. 1 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	83
Tabel 4. 2 Kategorisasi Skor Variabel Kecerdasan Emosional	83
Tabel 4. 3 Kategori Distribusi Subjek Variabel Kecerdasan Emosional	84
Tabel 4. 4 Kategorisasi Skor Variabel Kemandirian	84
Tabel 4. 5 Kategori Distribusi Subjek Variabel Kemandirian	85
Tabel 4. 6 Kategorisasi Skor Variabel <i>Self-Regulated Learning</i>	85
Tabel 4. 7 Kategori Distribusi Subjek Variabel <i>Self-Regulated Learning</i>	86
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas.....	87
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas <i>Self-Regulated Learning</i> dan Kecerdasan Emosional	88
Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas <i>Self-Regulated Learning</i> dan Kemandirian.....	88
Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas.....	89
Tabel 4. 12 Hasil Multikolinearitas antar variabel independen.....	89
Tabel 4. 13 Model Persamaan Regresi	90
Tabel 4. 14 Hasil Uji ANOVA.....	91
Tabel 4. 15 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kemandirian Terhadap <i>Self-Regulated Learning</i> Pada Siswa SMP Negeri 2 Siwalan.....	62
Gambar 4. 1 Data Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas	81
Gambar 4. 2 Data Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	82
Gambar 4. 3 Data Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Skala Penelitian	110
Lampiran 2 Skala Uji Coba.....	119
Lampiran 3 Skala Penelitian	126
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas.....	132
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas	135
Lampiran 6 Hasil Uji Deskriptif	136
Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas, Linearitas, dan Multikolinearitas.....	138
Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis.....	139
Lampiran 9 Tabulasi Data Hasil Penelitian.....	140
Lampiran 10 Bukti Surat Telah Melakukan Penelitian	144

ABSTRAK

Abstrak: Selama belajar siswa dapat menghadapi berbagai hambatan yang dapat mempengaruhi keberhasilan belajar siswa tersebut. Dengan mengembangkan *self-regulated learning*, siswa dapat mengatur diri sendiri saat belajar, sehingga mereka mampu mengatasi berbagai hambatan dan termotivasi mencapai tujuan belajar yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan kausalitas. Populasi pada penelitian ini terdiri dari 341 siswa SMP Negeri 2 Siwalan dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 183 siswa. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan meliputi tiga skala yaitu skala kecerdasan emosional, skala kemandirian, dan skala *self-regulated learning*. Analisis data yang digunakan meliputi uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji linieritas, dan uji multikolinieritas, kemudian dilakukan uji regresi linier berganda. Hasil hipotesis pertama pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional yang signifikan terhadap *self-regulated learning* secara parsial dengan nilai signifikansi sebesar 0,032. Hasil hipotesis kedua menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kemandirian yang sangat signifikan terhadap *self-regulated learning* secara parsial dengan nilai signifikansi sebesar 0,00. Hasil hipotesis ketiga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* yang sangat signifikan secara simultan dengan nilai signifikansi sebesar $0,00 < 0,05$ dan sumbangan efektif sebesar 21,5%. Implikasi penelitian ini adalah siswa dapat mengembangkan kecerdasan emosional dan kemandirian untuk meningkatkan *self-regulated learning* yang berperan membantu siswa mengatasi hambatan belajar dan mencapai tujuan akademik yang diharapkan.

Kata Kunci: Kecerdasan emosional, kemandirian, *self-regulated learning*

ABSTRACT

Abstract: *During their studies, students can face various obstacles that may affect their learning success. By developing self-regulated learning, students can manage themselves during the learning process, enabling them to overcome these obstacles and become motivated to achieve their desired learning goals. This study aims to empirically examine the influence of emotional intelligence and autonomy on self-regulated learning among students of SMP Negeri 2 Siwalan. This research employs a quantitative method with a causal approach. The population in this study consists of 341 students from SMP Negeri 2 Siwalan, with a sample size of 183 students. The sampling technique used in this study is cluster random sampling. The research method employed is quantitative with a causality approach. The measurement instruments include three scales: the emotional intelligence scale, the autonomy scale, and the self-regulated learning scale. The data analysis used includes classical assumption tests, consisting of normality tests, linearity tests, and multicollinearity tests, followed by multiple linear regression tests. The results of the first hypothesis indicate a significant partial influence of emotional intelligence on self-regulated learning, with a significance value of 0.032. The results of the second hypothesis indicate a very significant partial influence of autonomy on self-regulated learning, with a significance value of 0.00. The results of the third hypothesis indicate a very significant simultaneous influence of emotional intelligence and autonomy on self-regulated learning, with a significance value of 0.00 and an effective contribution of 21.5%. The implications of this study are that students can develop emotional intelligence and autonomy to enhance self-regulated learning, which plays a role in helping students overcome learning obstacles and achieve expected academic goals.*

Keywords: *Emotional intelligence, autonomy, self-regulated learning*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tercapainya tujuan pendidikan tidak dapat dipisahkan dari proses belajar dan pembelajaran. Belajar merupakan sebuah sistem yang ada dalam proses pembelajaran dimana dalam pembelajaran mencakup berbagai komponen yang saling berinteraksi, yakni guru, siswa, tujuan, materi, media, metode, dan evaluasi pembelajaran (Pane & Dasopang, 2017:333). Belajar didefinisikan sebagai proses terjadinya perubahan perilaku yang dialami individu yang diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan dan pengalaman sebelumnya (Eryadini, 2021:107). Individu yang belajar akan terlibat dalam berbagai kegiatan seperti mengumpulkan informasi, mengidentifikasi hubungan, dan menggabungkan pengetahuan yang sudah ada untuk mengembangkan pengetahuan baru (Ginting, 2021:215).

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang dijadikan sebagai pusat kegiatan belajar siswa. Menurut Saptono (2016:196) keberhasilan belajar siswa di sekolah nampak dari sejauh mana siswa mampu mengubah perilakunya melalui proses belajar. Belajar adalah tugas siswa sehingga sehingga mencapai keberhasilan dalam belajar menjadi harapan setiap siswa (Pautina, 2018:14). Namun, keberhasilan belajar setiap siswa berbeda karena beragamnya kondisi dan pengalaman yang dialami setiap individu selama mengikuti proses pembelajaran, sehingga ada yang cepat belajarnya dan ada yang memerlukan waktu lebih lama. Maka kegiatan pembelajaran yang berlangsung di kelas hendaknya melibatkan siswa dalam prosesnya (Eryadini, 2021:105). Partisipasi aktif siswa dalam kegiatan pembelajaran dapat menentukan keberhasilan belajar yang dicapai siswa.

Selama proses pembelajaran, siswa dapat menemui berbagai hambatan yang dapat mempengaruhi keberhasilan belajar siswa sehingga dalam pelaksanaannya setiap siswa membutuhkan strategi pembelajaran yang efektif untuk membantu mencapai tujuan belajarnya. Agar siswa dapat mengatur dirinya sendiri dan beradaptasi saat dihadapkan pada tugas-tugas yang sulit maka siswa perlu

menerapkan strategi *self-regulated learning* (Kartikasari dkk, 2022:389). *Self-regulated learning* adalah suatu proses pendidikan yang memungkinkan siswa untuk mengatur diri mereka sendiri dalam menentukan ide atau konsep dan mengembangkan strategi belajar mereka sehingga memperoleh hasil yang diinginkan (Wardani dkk., 2023:634). Menurut Zimmerman (1989:329) *self-regulated learning* merujuk pada partisipasi aktif siswa secara metakognisi, motivasi, dan perilaku selama proses belajarnya. Ormrod (2009a) mengatakan bahwa terdapat proses-proses yang bersifat metakognitif dalam *self-regulated learning* seperti kemampuan menetapkan tujuan, merencanakan, memantau diri, memotivasi diri, mengontrol diri, menggunakan strategi belajar yang fleksibel, mencari bantuan yang tepat, dan mengevaluasi proses belajarnya. Siswa yang mampu mengatur dirinya secara konsisten akan menetapkan tujuan, menerapkan strategi untuk mencapai tujuan, dan mengevaluasi kinerjanya untuk mencapai peningkatan lebih lanjut atau untuk menanggapi tugas yang lebih menantang (Kim dkk., 2015).

Self-regulated learning merupakan faktor individu yang dapat mempengaruhi cara belajar siswa (Nufus dkk., 2024:2). *Self-regulated learning* membantu peserta didik mengatasi berbagai tuntutan pembelajaran (Rachmah, 2015:62). Siswa yang menerapkan strategi *self-regulated learning* dalam aktivitas belajarnya cenderung mudah menerima dan memahami materi pelajaran dan mampu mengatasi berbagai hambatan dan distraksi yang mungkin muncul selama proses belajarnya. Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ulum (2016:153) menyatakan bahwa tingkat prokrastinasi pada siswa dapat dikurangi dengan menerapkan strategi *self-regulated learning*. Siswa yang menerapkan strategi *self-regulated learning* selama proses belajarnya mampu mengelola waktu dan tugas yang dihadapinya secara efektif. Selain itu, *self-regulated learning* juga berpengaruh terhadap *academic burnout* yang dialami siswa (Pratiwi dkk., 2023:2929). Dengan *self-regulated learning* siswa dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang diberikan (Hannani & Ajisuksmo, 2021:115-116).

Setiap siswa dalam setiap proses pembelajaran baik di tingkat dasar maupun

lanjutan diharapkan memiliki keterampilan *self-regulated learning* (Latipah, 2010:111). Hal ini senada dengan pendapat Woolfolk (2009) bahwa strategi *self-regulated learning* dapat diterapkan pada semua jenjang pendidikan. Kibtiyah dkk. (2023:461) menambahkan bahwa *self-regulated learning* umumnya diterapkan pada anak berusia 13-15 di mana anak sudah mulai berpikir secara abstrak. Hal ini sejalan dengan tahap perkembangan kognitif yang diungkapkan oleh Piaget di mana pada usia dua belas tahun ke atas anak mulai memasuki tahap operasional formal (Desmita, 2015). Pada tahap ini anak mengembangkan kemampuan berpikir abstrak dan logis, serta mampu membuat hipotesis dan merencanakan solusi untuk suatu permasalahan yang dihadapinya. Umumnya anak-anak usia 13-15 sedang menempuh jenjang pendidikan formal pada tingkat sekolah menengah pertama (SMP) di mana usia tersebut sekaligus menandai awal dari tahap perkembangan remaja. Pada masa remaja, siswa mulai beradaptasi dengan banyak perubahan dan menghadapi berbagai tugas perkembangan yang akan berdampak pada tahap perkembangan selanjutnya. Salah satunya siswa SMP mulai dihadapkan pada tugas-tugas akademik yang lebih kompleks, sehingga mereka dituntut belajar untuk mandiri dan mengambil tanggung jawab dalam mengelola waktu, merencanakan pembelajaran, dan mengatur strategi belajar yang efektif.

Terdapat tiga aspek dalam *self-regulated learning* (Zimmerman, 1989:329) yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku. Dalam aspek metakognisi siswa mampu mengatur dirinya sendiri merencanakan, mengorganisir, memberi instruksi pada diri sendiri, memantau, dan mengevaluasi proses pembelajaran. Dalam aspek motivasi, siswa yang sedang belajar menyadari bahwa dirinya berkompeten, memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*), dan kemandirian. Sementara itu, dalam aspek perilaku, siswa berupaya mengatur dirinya dengan melakukan seleksi, menata dan memanfaatkan lingkungan untuk mencapai keefektifan dalam proses belajar.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada tanggal 15 Desember 2023 melalui wawancara terhadap 10 siswa yang mewakili ketiga jenjang kelas di SMP Negeri 2 Siwalan diperoleh sejumlah informasi mengenai

kemampuan *self-regulated learning* siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Dalam wawancara tersebut, peneliti melakukan identifikasi menurut aspek-aspek *self-regulated learning*. Pada aspek metakognisi, 7 dari 10 siswa mengungkapkan bahwa dirinya tidak rutin mempelajari ulang materi yang sudah dipelajari sebelumnya. Mereka akan belajar hanya ketika ada tugas atau PR dan besoknya akan ujian, serta suasana hatinya sedang mendukung untuk belajar. Selain itu, 6 dari 10 anak mengaku tidak memiliki tujuan belajar yang diinginkan dan menganggap belajar sebagai suatu rutinitas atau kewajiban yang harus dilakukan. Kemudian, beberapa siswa juga menyatakan tidak memiliki strategi belajar dan jarang melakukan evaluasi terhadap kegiatan belajarnya. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan metakognisi siswa belum berkembang dengan baik dikarenakan belum memiliki kesadaran untuk memantau kegiatan belajarnya secara konsisten, menetapkan tujuan belajarnya, membuat strategi belajar, dan mengevaluasi kegiatan belajarnya.

Pada aspek motivasi ditemukan permasalahan bahwa semua siswa mengaku pernah merasa bosan dan malas pada saat belajar yang membuatnya menjadi kurang semangat untuk belajar dikarenakan materi yang dipelajari sulit dipahami, tidak menyukai metode belajarnya, terlalu banyak teks yang dipelajari, materinya kurang menarik, dan adanya distraksi untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Selain itu, ditemukan bahwa 6 dari 10 siswa merasa ragu atau tidak yakin dengan kemampuannya menyelesaikan suatu tugas. Keraguan itu disebabkan oleh tingginya tingkat kesulitan tugas dan kurangnya siswa dalam menguasai materinya.

Selanjutnya, pada aspek perilaku, 6 dari 10 siswa menyatakan tidak memiliki jadwal belajar rutin di luar jam belajar di sekolah. Mereka cenderung belajar ketika mendekati ujian atau ada tugas dan PR yang harus diselesaikan. Sementara, 4 dari 10 siswa mengatakan pernah membuat jadwal belajar di rumah, tetapi tidak dapat mengikutinya dengan baik. Masalah lain yang dialami siswa seperti malas untuk membuat catatan materi pelajaran, belum mampu mencatat poin-poin penting materinya, pernah meniru dan menyalin jawaban teman, menunda menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, dan kurang

memperhatikan lingkungan sekitar tempat belajar. Berdasarkan temuan permasalahan dari setiap aspek, peneliti menduga bahwa kemampuan *self-regulated learning* siswa SMP Negeri 2 Siwalan masih tergolong cukup rendah dan perlu ditingkatkan.

Ada sejumlah faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan *self-regulated learning* pada siswa. Zimmerman (dalam Lubis dkk., 2015) menyatakan bahwa dalam teori sosial kognitif yang dikembangkan oleh Albert Bandura terdapat tiga hal yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* yaitu personal (individu), perilaku, dan lingkungan. Di era pendidikan yang semakin kompleks, pemahaman mengenai pengaruh faktor-faktor psikologis terhadap kemampuan siswa meregulasi diri dalam aktivitas belajarnya menjadi sangat penting. Salah satu faktor psikologis yang berperan adalah kecerdasan emosional. Hal ini sesuai dengan pendapat yang disampaikan Winne dalam Santrock (2007:296) yang menyatakan bahwa salah satu ciri *self-regulated learners* yaitu mampu menyadari kondisi emosinya dan memiliki strategi untuk mengelola emosinya. Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu memotivasi dirinya sendiri untuk dapat mengatur dan mengelola emosi, pikiran, dan perilakunya selama proses belajar. Dengan kemampuan tersebut, siswa dapat meregulasi dirinya.

Salovey dkk. (2001) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami dan mengekspresikan emosi dan menggunakannya untuk mengelola emosinya sendiri dan orang lain. Kecerdasan emosional dimaknai sebagai kemampuan untuk memproses dan menggunakan informasi emosional secara akurat dan efisien. Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat mengendalikan emosinya dan mengubah emosi tersebut menjadi kekuatan yang memandu dirinya dalam berpikir dan bertindak (Sholiha & Sawitri, 2021:296). Emosi setiap individu dapat berubah, tetapi individu tersebut memiliki kendali untuk mengelola respon emosinya (Alfinuha & Fathul, 2017:16). Siswa dapat mengendalikan perilakunya dan meminimalisir potensi munculnya tindakan negatif yang dilakukan melalui pengendalian diri yang baik (Firmantyo & Alsa, 2016:8). Kecerdasan emosional

juga membantu mengarahkan individu dalam membuat suatu keputusan. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mempertimbangkan setiap konsekuensi dari tindakan dan keputusan yang diambil selama proses belajarnya. Siswa tersebut mampu mengatasi hambatan dalam belajar dan memotivasi dirinya untuk melakukan kegiatan yang mendukung tercapainya tujuan belajar.

Temuan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self-regulated learning* pada siswa dapat dipengaruhi oleh tingkat kecerdasan emosionalnya (Amalia, 2020; Diana, 2023). Berdasarkan hasil penelitian Amalia (2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh secara signifikan terhadap *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dalam pembelajaran jarak jauh. Hasil serupa juga diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Diana (2023) kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-regulated learning* siswa. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengatur dan mengendalikan proses belajar mereka sendiri selama pembelajaran jarak jauh. Siswa yang mampu memahami emosinya sendiri dan orang lain memungkinkan siswa mengambil keputusan secara tepat tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Hasil penelitian ini didukung oleh temuan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Endriati (2017) bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan *self-regulated learning*. Kemampuan untuk mengenali dan memahami emosi dapat membantu siswa dalam mengelola emosi pada saat belajar sehingga siswa mampu menghadapi tantangan pembelajaran dengan lebih efektif. Selain itu, emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung keberhasilan belajar.

Selain kecerdasan emosional faktor lain yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* adalah perilaku. Salah satu bentuk perilaku yang perlu dikembangkan oleh remaja yang sedang menempuh pendidikan di jenjang sekolah menengah pertama adalah kemandirian. Kemandirian diartikan sebagai kemampuan individu untuk bertindak, membuat keputusan, bertanggung jawab

dan menjalani aktivitas tanpa bergantung pada orang lain (Wardhani dkk., 2013). Kemandirian merupakan aspek kepribadian yang ditandai dengan kemampuan untuk mengambil inisiatif, bertindak secara mandiri tanpa bergantung pada orang lain, dan bertanggung jawab atas tindakannya sendiri (Fitria dkk., 2023:23). Kegiatan pembelajaran di tingkat sekolah menengah menuntut siswa untuk menjadi mandiri dalam mengarahkan perilaku belajar mereka (Cahyani dkk., 2019:118). Penting untuk dipahami bahwa kemandirian merupakan bagian tugas perkembangan yang harus dihadapi remaja dalam menjalani masa transisinya menuju dewasa yang sejalan dengan proses pencarian identitas diri.

Berdasarkan hasil penelitian dari Sari (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kemandirian dengan *self-regulated learning* pada remaja. Remaja dengan kemandirian yang baik cenderung dapat menentukan tujuan pembelajaran secara jelas, membuat jadwal belajar yang efektif, dan mengevaluasi kegiatan belajarnya. Selain itu, penelitian lain juga menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kemandirian dan *self-regulated learning* (Shaliha & Sawitri, 2018:302). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian maka semakin tinggi tingkat *self-regulated learning* dan juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kemandirian maka semakin rendah tingkat *self-regulated learning*. Hal serupa sejalan dengan hasil penelitian Fani (2023) bahwa kemandirian secara efektif juga berkontribusi pada pengembangan *self-regulated learning* siswa. Dengan kemandirian yang baik, siswa dapat mengatasi tantangan belajar mereka tanpa bergantung pada orang lain. Siswa yang mandiri tetap dapat mempertahankan motivasi belajarnya meskipun tanpa pengawasan langsung dari orang tua atau pun guru.

Hal ini berkaitan dengan hasil studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan bahwa siswa yang menyatakan malas dan kurang semangat dalam belajar disebabkan oleh kurangnya kemampuan mengontrol perasaan dan kesulitan memahami materi. Tiga siswa mengatakan bahwa dirinya malas dan kurang semangat dalam belajar disebabkan oleh kurangnya memiliki kemampuan dalam mengelola perasaan. Tiga siswa tersebut menyatakan bahwa mereka tidak mampu melawan perasaan negatif yang muncul. Ketika mereka sedang

merasa lelah dan perasaannya kurang baik, mereka memilih untuk tidak belajar dan memilih melakukan aktivitas lain yang membuat perasaannya kembali membaik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut belum mampu mengelola emosi yang muncul dan belum sepenuhnya mandiri secara emosional. Sementara itu, lima siswa mengatakan bahwa materi yang sulit dipahami menyebabkan mereka menjadi malas untuk belajar. Di mana dua dari tiga siswa tersebut memilih untuk menghindari belajar daripada berusaha mencari bantuan untuk memahami materi tersebut. Sementara tiga yang lain mencoba bertanya pada teman yang sudah memahami. Maka berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, peneliti menduga bahwa kecerdasan emosional dan kemandirian dapat mempengaruhi *self-regulated learning* pada siswa.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dijabarkan dan dengan mempertimbangkan bahwa *self-regulated learning* memberikan kontribusi positif pada keberhasilan akademik siswa, maka diperlukan pembaruan penelitian yang fokus pada faktor-faktor yang dapat memengaruhi *self-regulated learning* seperti kecerdasan emosional dan kemandirian. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk diperbarui dengan judul "Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kemandirian terhadap *Self-Regulated Learning* Pada Siswa SMP Negeri 2 Siwalan."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan?
2. Apakah terdapat pengaruh kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan?
3. Apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah di atas, di antaranya:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoretis maupun praktis.

1. Manfaat secara teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan khususnya dalam bidang kajian ilmu psikologi pendidikan dan memberikan kontribusi tambahan pada teori-teori yang telah ada sebelumnya mengenai *self-regulated learning* pada siswa beserta faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya, serta dapat dijadikan sebagai gambaran dan masukan bagi peneliti selanjutnya yang akan mengembangkan penelitian dengan topik yang sama.

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi siswa, diharapkan dapat menjadi motivasi untuk memanfaatkan kemampuannya guna meningkatkan *self-regulated learning* dengan meningkatkan kecerdasan emosional dan melatih kemandiriannya secara maksimal sehingga siswa dapat mengoptimalkan potensi akademiknya.
- b. Bagi sekolah, diharapkan dapat menjadi acuan bagi tenaga pendidik di sekolah untuk merancang program pembelajaran dan membangun lingkungan belajar yang mendukung peningkatan *self-regulated learning* pada siswa melalui pengembangan kecerdasan emosional dan kemandirian.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini fokus membahas topik mengenai *self-regulated learning*. Sebelumnya sejumlah penelitian telah dilakukan mengenai topik serupa. Untuk memastikan keaslian penelitian dan menghindari adanya kesamaan dengan penelitian terdahulu, peneliti telah melakukan telaah literatur terhadap penelitian yang relevan yang telah dilakukan sebelumnya. Berikut peneliti paparkan penelitian terdahulu yang relevan dan digunakan peneliti sebagai rujukan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Harum Kembang Mustika Jagad dan Riza Noviana Khoirunnisa (2018) telah melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Efikasi Diri dengan *Self-Regulated Learning* Pada Siswa SMP N X”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode korelasional atau menguji hubungan antar variabel. Subjek penelitian ini terdiri dari 249 siswa SMPN X. Alat ukur penelitian ini menggunakan skala efikasi diri dan *self-regulated learning*. Teknik analisis data yang digunakan ialah analisis *product moment*. Dari penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat efikasi diri dengan kemampuan *self-regulated learning* pada siswa SMPN X. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel terikat yaitu *self-regulated learning*, penggunaan metode penelitian yaitu kuantitatif, dan subjek penelitian yaitu siswa sekolah menengah pertama. Sementara itu, perbedaannya mencakup pemilihan variabel bebas di mana dalam penelitian ini yaitu efikasi diri, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan kecerdasan emosional dan kemandirian sebagai variabel bebas. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
2. Sita Riska Ferdiana dan Susatyo Yuwono (2023) telah melakukan penelitian dengan judul “Kecerdasan Emosional dan Kemandirian dengan Penyelesaian Masalah Pada Generasi Z”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah generasi Z berusia 18-24

- tahun berdomisili di Jawa Tengah berjumlah 203 partisipan. Penelitian ini menggunakan skala *problem solving*, skala kecerdasan emosional, dan kemandirian untuk mengukur variabelnya. Hasilnya menunjukkan hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan kemandirian dengan penyelesaian masalah ($F = 94.424$, $sig = 0,000$, sumbangan efektif = 48,60%). Penelitian ini menjadi dasar bagi penelitian yang akan dilakukan, dengan beberapa perbedaan. Pertama, penelitian ini akan menggunakan *self-regulated learning* sebagai variabel terikat, bukan penyelesaian masalah. Kedua, subjek penelitiannya adalah siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Persamaannya terletak pada variabel bebas yang digunakan, yaitu kecerdasan emosional dan kemandirian, serta metode penelitian kuantitatif.
3. Evita Diana (2023) telah melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Terhadap *Self-Regulated Learning* Siswa Kelas X di SMK Negeri 1 Surakarta”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian ini terdiri dari 254 siswa kelas X SMK Negeri 1 Surakarta dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 155 siswa. Instrumen penelitian menggunakan skala psikologi kecerdasan emosional, skala psikologi kecerdasan spiritual dan skala psikologi *self-regulated learning*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* sebesar 45.7% dan terdapat pengaruh kecerdasan spiritual terhadap *self-regulated learning* sebesar 67.6%, serta pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual secara simultan terhadap *self-regulated learning* siswa dengan kontribusi sebesar 67.6%. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kecerdasan emosional dan variabel terikat *self-regulated learning*, penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaannya mencakup perbedaan salah satu variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kecerdasan spiritual, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan variabel

bebas kemandirian. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

4. I Gusti Amalia (2020) telah melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap *Self-Regulated Learning* Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Dalam Pembelajaran Jarak Jauh”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 333 siswa. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu *Trait Emotional Intelligence Questionnaire-ASF* untuk mengukur kecerdasan emosional dan *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* untuk mengukur *self-regulated learning*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dalam pembelajaran jarak jauh sebesar 6,4%. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kecerdasan emosional dan variabel terikat *self-regulated learning*, serta penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti menambahkan variabel bebas kemandirian yang mana dalam penelitian ini peneliti tidak membahas tentang kemandirian. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
5. Faiqotus Sa’adah dan Maria Theresia Sri Hartati (2022) telah melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Motivasi Belajar dengan *Self-Regulated Learning* Siswa SMP Negeri se-Banyumanik”. Penelitian dilaksanakan dengan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel penelitian yakni 355 siswa yang mewakili seluruh siswa SMP Negeri se-Banyumanik yang diambil menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan motivasi belajar dengan *self-regulated learning* dengan nilai korelasi sebesar 0,728. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian

yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kecerdasan emosional dan variabel terikat *self-regulated learning*, penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaannya mencakup perbedaan salah satu variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu motivasi belajar, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan variabel bebas kemandirian. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

6. Endriati (2017) telah melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri dengan *Self-Regulated Learning* Pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri Se-Kecamatan Majenang Tahun Ajaran 2016/2017”. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 819 dengan jumlah sampel sebanyak 205 diambil menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala psikologi yang terdiri dari skala kecerdasan emosional, skala efikasi diri, dan skala *self-regulated learning*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan *self-regulated learning* dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,553. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kecerdasan emosional dan variabel terikat *self-regulated learning*, penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaannya mencakup perbedaan salah satu variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu efikasi diri, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan variabel bebas kemandirian. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
7. Astika Permata Sari, Machmuroch, dan Selly Astriana (2017) telah melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan *Self-Regulated Learning* Siswa Kelas XII di SMA Batik 1 Surakarta”. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 100 siswa kelas XII program IPA dan IPS di SMA Batik 1 Surakarta. Instrumen

penelitian yang digunakan adalah skala kecerdasan emosi, skala dukungan sosial orang tua, dan skala *self-regulated learning*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial orang tua dengan *self-regulated learning* pada siswa kelas XII di SMA Batik 1 Surakarta. Artinya semakin tinggi kecerdasan emosi dan dukungan sosial orang tua yang dimiliki individu, maka *self-regulated learning* yang dimiliki akan semakin tinggi. Selain itu, berdasarkan hasil analisis regresi berganda diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh secara simultan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial orang tua dengan *self-regulated learning* sebesar 42,5% dengan sumbangan efektif kecerdasan emosi sebesar 31,40% dan sumbangan efektif dukungan sosial orang tua sebesar 11,19%. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kecerdasan emosional dan variabel terikat *self-regulated learning*, penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaannya mencakup perbedaan salah satu variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial orang tua, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan variabel bebas kemandirian. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

8. Dwi Tia Fani (2023) telah melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Kemandirian dengan *Self-Regulated Learning* di SMA N 13 Medan”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA N 13 Medan yang terdiri dari 345 siswa dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 125 siswa. Instrumen penelitian ini menggunakan skala kemandirian berdasarkan teori Steinberg (2013) dan skala *self-regulated learning* berdasarkan teori Zimmerman (1989). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kemandirian dengan *self-regulated learning* dengan nilai kontribusi sebesar 0,363. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kemandirian dan

variabel terikat *self-regulated learning*, serta penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti menambahkan variabel bebas kecerdasan emosional yang mana dalam penelitian ini peneliti tidak membahas tentang kecerdasan emosional. Kemudian, subjek penelitian yang dipilih oleh peneliti ialah siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

9. Nadia Shaliha dan Dian Ratna Sawitri (2018) telah melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kemandirian dengan *Self-Regulated Learning* (SRL) Pada Santri Kelas VIII di Pondok Pesantren Ibnu Abbas Klaten”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah santri kelas VIII Pondok Pesantren Ibnu Abbas Klaten yang terdiri dari 246 santri dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 164 santri. Pemilihan sampel menggunakan metode *cluster random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan skala kemandirian berdasarkan aspek menurut Steinberg (2002) dan skala *self-regulated learning* berdasarkan aspek menurut Zimmerman (1990). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kemandirian dan *self-regulated learning* dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,477 ($p < 0,001$). Selain itu, ditemukan bahwa kemandirian memberikan sumbangan efektif sebesar 22,8% terhadap *self-regulated learning*. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kemandirian dan variabel terikat *self-regulated learning*, serta penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti menambahkan variabel bebas kecerdasan emosional yang mana dalam penelitian ini peneliti tidak membahas tentang kecerdasan emosional. Perbedaan selanjutnya terletak pada pemilihan subjek penelitian yang mana dalam penelitian ini peneliti memilih siswa SMP Negeri 2 Siwalan sebagai subjek penelitian, sedangkan dalam penelitian ini mengambil santri kelas VIII Pondok Pesantren Ibnu Abbas Klaten sebagai subjek penelitian.

10. Ma'aarij Kharindra Sari (2018) telah melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Kemandirian dengan *Self-Regulated Learning* Pada Usia Remaja". Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini merupakan remaja di Pondok Pesantren Al Madina Samarinda yang terdiri dari 96 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kemandirian dengan *self-regulated learning* pada pondok pesantren Al Madina Samarinda dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,487 dan $p = 0,000$. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti meliputi pemilihan variabel bebas kemandirian dan variabel terikat *self-regulated learning*, serta penggunaan metode penelitian yaitu metode kuantitatif. Sementara, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu peneliti menambahkan variabel bebas kecerdasan emosional yang mana dalam penelitian ini peneliti tidak membahas tentang kecerdasan emosional. Perbedaan selanjutnya terletak pada pemilihan subjek penelitian yang mana dalam penelitian ini peneliti memilih siswa SMP Negeri 2 Siwalan sebagai subjek penelitian, sedangkan dalam penelitian ini mengambil remaja di Pondok Pesantren Al Madina Samarinda sebagai subjek penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang relevan, terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini. Persamaan dari penelitian ini yaitu terdapat tiga variabel yang sama yang digunakan yaitu kecerdasan emosional, kemandirian, dan *self-regulated learning*. Persamaan berikutnya terdapat pada pendekatan penelitian yang digunakan yaitu penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sementara itu, terdapat perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini. Pertama, subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini yaitu siswa SMP, sedangkan pada penelitian sebelumnya rata-rata fokus pada siswa SMA dan mahasiswa. Kedua, penelitian ini menggunakan tiga variabel kecerdasan emosional, kemandirian, dan *self-regulated learning* secara bersamaan, yang belum pernah digunakan dalam penelitian sebelumnya. Ketiga, lokasi penelitian

yang dipilih yakni di SMP Negeri 2 Siwalan di mana sebelumnya belum pernah dilakukan penelitian mengenai topik *self-regulated learning*.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self-Regulated Learning*

1. Pengertian *Self-Regulated Learning*

Istilah regulasi diri (*self-regulation*) pertama kali diungkapkan oleh Albert Bandura dalam teori belajar sosial yang kemudian pada tahun 1986 berkembang menjadi teori kognitif sosial (Ghufron & Risnawati, 2010:57-58). Bandura dalam teori kognitif sosialnya menyatakan bahwa manusia dipandang sebagai hasil dari interaksi yang saling tergantung dari aspek *person*, *behavior*, dan *environment* (Latipah, 2010:112). Regulasi diri adalah suatu proses yang dihasilkan dari serangkaian perilaku pengendalian diri yang dihadirkan (Filho, 2001 : 438). Menurut Zimmerman (2002:65) *self-regulation* merujuk pada pengaturan terhadap pikiran, perasaan, dan tindakan pada diri sendiri yang diarahkan demi mencapai tujuan personal.

Konsep regulasi diri yang diterapkan dalam konteks belajar sering disebut dengan istilah *self-regulated learning*. Secara etimologi, *self-regulated learning* berakar dari kata *self* yang berarti diri, *regulated* yang berarti pengaturan atau pengelolaan, *learning* yang berarti belajar. Zimmerman (dalam Dent & Koenka, 2016:426) menggunakan teori kognitif sosial untuk mengonseptualisasikan regulasi diri dalam belajar sebagai sejauh mana siswa berpartisipasi aktif melibatkan kemampuan mereka dalam aspek kognitif, motivasi, dan perilaku untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik. Zimmerman (dalam Wong dkk, 2019:357) menjelaskan proses *self-regulated learning* sebagai triadik dan siklik. Timbal balik triadik mengacu pada interaksi dinamis antara proses pengaturan diri (personal, perilaku, dan lingkungan). Meskipun ketiga faktor tersebut bisa beroperasi secara independen, tetapi ketiganya dapat saling berinteraksi dan bergantung satu sama lain, yang pada akhirnya mempengaruhi cara individu berfungsi. Sebagai contoh, cara individu menyelesaikan masalah tidak hanya ditentukan oleh keyakinannya sendiri, tetapi juga dipengaruhi oleh apa yang terjadi di lingkungan sekitarnya dan tindakan yang sebelumnya

telah dilakukan. Menurut model ini, tiga fase pengaturan diri beroperasi secara siklikal atau berulang-ulang yaitu *forethought*, *performance*, dan *self-reflection*.

Secara umum *self-regulated learning* didefinisikan oleh Zimmerman (1989:329) sebagai tingkat partisipasi aktif siswa yang melibatkan aspek metakognisi, motivasi, dan perilaku selama proses pembelajaran. Siswa menggunakan *self-regulated learning* untuk memulai dan mengarahkan upaya mereka dalam memperoleh pengetahuan dan keterampilan (Zimmerman, 1989:329). Lebih lanjut, Zimmerman (2002:65) menjelaskan bahwa *self-regulated learning* bukan semata kemampuan mental atau keterampilan akademik, melainkan suatu proses di mana siswa mengarahkan dirinya sendiri untuk mengubah kemampuan mental menjadi keterampilan akademik. Pintrich (2000:453) mengatakan bahwa *self-regulated learning* merupakan proses aktif dan konstruktif yang mana individu menetapkan tujuan pembelajaran lalu berupaya mengatur, memantau, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku dirinya sendiri, yang dipandu dan dibatasi oleh tujuan yang telah mereka tetapkan dan fitur kontekstual di lingkungan sekitar mereka. *Self-regulated learning* berfokus pada penggunaan proses atau respons tertentu secara proaktif oleh siswa dengan tujuan meningkatkan prestasi akademik mereka (Zimmerman, 2008 :167). Dalam konteks ini, siswa diharapkan aktif terlibat dalam upaya untuk meningkatkan performa belajar mereka.

Menurut Agustiani, dkk (2016:2) *self-regulated learning* adalah kegiatan yang berfokus pada tujuan pembelajaran di mana siswa mengarahkan, memodifikasi, dan mempertahankan konsistensi kegiatan pembelajaran mereka sendiri. Sementara itu, Panadero & Alonso-Tapia (2014:450-451) memaknai *self-regulated learning* sebagai suatu kendali yang dimiliki siswa atas kognisi, perilaku, emosi dan motivasi mereka melalui penggunaan strategi pribadi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Selanjutnya, menurut Prasetyo dan Laili (2023:3) *self-regulated learning* melibatkan partisipasi siswa dalam mengaktifkan pikiran, perasaan,

dan perilakunya agar mampu mencapai tujuan belajar.

Santrock (2007:29) mengatakan bahwa *self-regulated learning* sebagai usaha memonitor diri mencakup pikiran, perasaan, dan tindakan untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Target yang ingin dicapai tidak hanya berfokus pada keberhasilan akademik, tetapi juga memperhatikan perkembangan sosioemosional siswa. Keberhasilan akademik dapat dilihat dari bagaimana siswa berusaha mengarahkan dirinya untuk dapat meningkatkan pemahaman dalam membaca, keterampilan berhitung, menuliskan gagasan dengan baik, dan mengajukan pertanyaan yang relevan, sedangkan tujuan sosioemosional melibatkan usaha siswa dalam mengatur suasana hati, mengelola emosi, membangun keakraban dengan teman sebaya.

Menurut Pintrich (1999) *self-regulated learning* diartikan dengan usaha individu dalam mengorganisir proses kognitif dan mengelola pengetahuan. Ormord (2009b) juga mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai usaha mengatur proses-proses yang melibatkan kemampuan kognitif supaya berhasil mencapai tujuan pembelajaran. Schunk, dkk (2008) menjelaskan bahwa proses pengaturan dalam aspek kognitif meliputi perencanaan, pengorganisasian, pemantauan, dan evaluasi aktivitas belajar selama proses belajar. Siswa yang bisa mengatur dirinya sendiri memiliki kemampuan kognitif, keyakinan, dan motivasi yang diperlukan untuk memahami, memantau, dan mengarahkan proses pembelajarannya sendiri (El-Adl & Alkharusi, 2020).

Keberhasilan kegiatan belajar tidak hanya ditentukan oleh aspek eksternal, tetapi juga membutuhkan kontrol dari aspek internal yang dapat diatur sendiri (*self-regulated*) seperti aspek kognitif, motivasi, dan perilaku (Chung, 2002 dalam Siti Fatimah, 2013 : 146). Agar hasil belajar sesuai dengan yang diharapkan, siswa harus menerapkan strategi *self-regulated learning* dalam melaksanakan kegiatan belajarnya (Hudaifah, 2020). Kemampuan *self-regulated learning* siswa tercermin dalam sikap yang mereka tunjukkan selama proses pembelajaran. Siswa merasa bertanggung

jawab terhadap kegiatan belajarnya sendiri dan meyakini bahwa pembelajaran akademik adalah aktivitas proaktif dengan melibatkan proses motivasi dan perilaku yang diinisiasi mereka sendiri (Zimmerman dalam Filho, 2001 : 437). Hal yang sama dinyatakan oleh Latipah (2010) bahwa otonomi dan tanggung jawab personal sangat dibutuhkan dalam proses pembelajaran yang menerapkan *self-regulated learning*.

Pendapat lain menyatakan bahwa *self-regulated learning* adalah suatu sikap dimana individu harus belajar atas inisiatif sendiri dalam upaya menginternalisasikan pengetahuannya tanpa bergantung atau mendapat arahan langsung dari orang lain (Ciptaningtya dkk, 2018:1). Siswa yang memiliki *self-regulated learning* akan terus membangun kemauan untuk terus memahami apa yang dipelajari dan mengembangkan kemampuan metakognitifnya dalam proses pembelajaran tanpa bergantung bantuan orang lain. Dengan demikian, *self-regulated learning* membantu siswa untuk dapat menyelesaikan tugas dan mengatasi suatu permasalahan dalam hal belajar.

Dengan mempertimbangkan pendapat tentang definisi *self-regulated learning* dari para ahli, peneliti mengambil kesimpulan bahwa *self-regulated learning* adalah suatu proses di mana siswa berusaha aktif mengatur dan memantau diri dalam proses pembelajaran melalui penggunaan strategi tertentu agar tujuan belajar yang telah ditetapkan tercapai.

2. Aspek-aspek *Self-Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (1989:329) terdapat tiga aspek dalam *self-regulated learning*, di antaranya:

a. Metakognisi

Metakognisi merujuk pada proses berpikir tentang pikiran itu sendiri, yaitu kemampuan memahami sesuatu yang perlu dilakukan dalam situasi yang telah diberikan (Reed & Giessler dalam Wulandari, 2020:38). Metakognisi adalah suatu proses pengambilan keputusan dalam mengatur pilihan dan penerapan berbagai bentuk pengetahuan

(Zimmerman, 1998:329). Aspek metakognisi berkaitan dengan kemampuan individu dalam menggunakan kesadaran dan pengetahuannya untuk mengatur proses berpikirnya (Zimmerman, 2002:65). Kemampuan metakognisi meliputi kemampuan merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi proses dan hasil berpikirnya (Sholihah, 2016:90) Dalam konteks belajar, metakognisi dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam merencanakan, mengatur, memonitor, dan mengevaluasi proses dan hasil belajarnya. Kemampuan metakognisi ini memberikan pemahaman tentang strategi belajar yang akan digunakan.

b. Motivasi

Motivasi adalah keyakinan yang mendorong dan mengarahkan individu untuk mengendalikan aktivitas belajarnya sebagai usaha dalam mencapai tujuan belajar. Motivasi berperan mendorong individu untuk bertindak sesuai dengan tujuan yang ditetapkan. Aspek motivasi merujuk pada keyakinan individu (*self-efficacy*), nilai intrinsik dan tingkat kecemasan pada tugas. Motivasi melibatkan usaha yang terarah dalam memulai, mengelola, atau meningkatkan kemauan untuk memulai, merencanakan tugas selanjutnya, atau menyelesaikan kegiatan tertentu sesuai dengan tujuan yang sudah ditetapkan.

c. Perilaku

Perilaku adalah usaha yang secara sadar dilakukan individu dalam meregulasi diri, menyeleksi, dan memanfaatkan atau menciptakan lingkungan untuk mendukung dan mengoptimalkan pencapaian tujuan belajar yang ditetapkan. Perilaku belajar mengacu pada bagaimana cara siswa untuk mengetahui dan memahami sesuatu yang mereka pelajari saat mengikuti proses belajar hingga setelah proses belajar itu selesai.

Selanjutnya, Pintrich (2004 : 392-400) menyatakan bahwa terdapat empat aspek dalam *self-regulated learning*, yaitu:

a. Regulasi Kognisi

Menurut Pintrich dalam (Qalbi & Puri, 2023:27) regulasi kognitif,

merupakan proses kontrol mental yang melibatkan aktivitas kognitif dan metakognitif. Aspek ini melibatkan proses yang dilakukan siswa dalam merencanakan, mengatur, dan memonitor kognisi. Aktivitas perencanaan mencakup penetapan tujuan atau target kognitif khusus untuk pembelajaran, pengaktifan pengetahuan sebelumnya tentang materi yang sedang dipelajari, serta pengaktifan pengetahuan metakognitif apa pun yang dimiliki siswa mengenai suatu tugas atau diri sendiri. Sementara itu, dalam pengaturan kognisi terdapat pemantauan kognisi yang dilakukan untuk memastikan siswa menyadari dan memantau pemahaman dan progres belajar mereka agar dapat memperoleh perubahan dalam belajarnya sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

b. Regulasi Motivasi dan Afeksi

Aspek ini menjelaskan cara siswa dalam mengatur motivasi dan afeksi. Regulasi motivasi meliputi usaha untuk mengatur berbagai keyakinan motivasional seperti orientasi tujuan, *self-efficacy*, persepsi kesulitan tugas, keyakinan nilai tugas, dan minat pribadi dalam tugas. Siswa juga diharapkan dapat mengendalikan *self-efficacy* menggunakan metode *self-talk* positif (misalnya, "Saya tahu saya bisa menyelesaikan tugas ini,") untuk memberikan motivasi pada diri mereka sendiri. Selain itu, siswa juga bisa mencoba meningkatkan motivasi ekstrinsik mereka dengan menjanjikan sebuah hadiah (*reward*) atau memilih melakukan kegiatan positif sebagai insentif setelah berhasil menyelesaikan tugas-tugas akademik. Selanjutnya, siswa dapat mengendalikan afeksi atau emosinya melalui berbagai strategi koping yang dapat membantu mengatasi dampak negatif seperti ketakutan dan kecemasan selama proses belajar berlangsung

c. Regulasi Perilaku

Aspek ini melibatkan usaha atau langkah-langkah yang diambil siswa untuk mengendalikan perilakunya sendiri yang nampak atau dapat diamati. Upaya mengendalikan perilaku dalam konteks akademik ini

meliputi perencanaan atau pengelolaan waktu dan usaha, serta pencarian bantuan yang dilakukan secara sengaja. Siswa merencanakan waktu dengan membuat jadwal belajar atau mengalokasikan waktu untuk aktivitas tertentu. Selain itu, siswa mengontrol usaha dengan mengambil keputusan dan menetapkan niat tentang bagaimana cara mengalokasikan usaha dan intensitas kerja. Selanjutnya, strategi regulasi perilaku mampu membantu siswa saat menghadapi tugas yang sulit, membosankan, atau tidak menarik adalah dengan mencari bantuan. Siswa yang memiliki pengaturan diri yang baik tahu kapan, mengapa, dan dari siapa mencari bantuan. Mencari bantuan dianggap sebagai strategi perilaku karena melibatkan perilaku individu.

d. Regulasi Konteks

Aspek ini melibatkan kontrol kontekstual dalam *self-regulated learning* diartikan sebagai upaya siswa membentuk, mengendalikan dan mengatur tugas-tugas dan konteks yang dihadapi di dalam lingkungan belajarnya. Dengan kata lain, regulasi konteks dapat dimaknai sebagai pengaturan atau pengelolaan lingkungan. Dalam pengaturan kelas tradisional, instruktur atau guru biasanya memiliki kendali atas sebagian besar aspek tugas dan konteks. Namun, di kelas yang lebih berpusat pada siswa, siswa diminta untuk melakukan lebih banyak pengendalian terhadap kegiatan atau tugas-tugas akademiknya. Pemantaun terhadap lingkungan belajar dapat siswa lakukan untuk memfasilitasi siswa mencapai tujuan pembelajaran. Aspek ini mampu memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana individu mengatur konteks dan norma-norma dalam lingkungan belajar mereka.

Berdasarkan aspek-aspek *self-regulated learning* yang telah dijelaskan oleh dua ahli di atas, peneliti akan menggunakan aspek-aspek *self-regulated learning* menurut Pintrich (2004:392-400) yaitu regulasi kognisi, regulasi motivasi dan afeksi, regulasi perilaku, dan regulasi konteks.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self-Regulated Learning*

Berdasarkan pandangan teori sosial kognitif yang dikemukakan oleh Bandura, Zimmerman (1989:332-336) menyatakan bahwa *self-regulated learning* dipengaruhi oleh tiga faktor yang saling berhubungan, yaitu *person*, *behavior*, dan *environment*.

1. Faktor individu (*person*)

Serangkaian proses internal yang saling berkaitan dapat mempengaruhi *self-regulated learning* pada siswa. Proses personal tersebut melibatkan persepsi efikasi diri (*self-efficacy*) di mana siswa yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri untuk bisa mencapai tujuan akhir. Efikasi diri ditentukan oleh pengetahuan siswa, proses metakognitif, tujuan akademis, dan kondisi afektif.

- a. Pengetahuan yang dimiliki akan membantu siswa dalam mengelola beragam informasi yang diterima untuk dapat menentukan strategi yang sesuai dengan tuntutan situasi pembelajaran. Selain itu, pengetahuan membantu siswa memahami bagaimana menggunakan strategi tersebut, serta mampu mempertimbangkan mengapa dan kapan strategi tersebut dapat berjalan secara efektif sehingga siswa mampu mencapai tujuan belajarnya.
- b. Proses metakognitif membantu individu dalam mengelola dan mengarahkan proses kognitif mereka, termasuk dalam konteks pengambilan keputusan. Kemampuan metakognitif bertugas untuk mengatur ranah kognisi, seperti kemampuan memilih strategi yang tepat, mengawasi bagaimana strategi itu digunakan, serta merencanakan dan menetapkan tujuan.
- c. Tujuan akademis menjadi sarana bagi siswa demi mendapat prestasi yang diinginkan dalam proses pembelajaran. Tujuan akademis berkaitan dengan strategi yang akan digunakan atau dengan kata lain strategi yang dipilih disesuaikan dengan tujuan belajar yang hendak ingin dicapai, Siswa yang memiliki tujuan belajar yang terukur, spesifik, dan dapat dicapai cenderung lebih termotivasi untuk

mencapainya.

- d. Kondisi afektif merujuk pada aspek emosional atau perasaan yang dimiliki oleh siswa. Kondisi afektif yang dirasakan oleh siswa dapat mempengaruhi cara mereka merespons situasi yang terjadi selama pembelajaran. Bentuk emosi yang dialami siswa dapat menjadi penghambat atau penunjang dalam mencapai prestasi akademik. Maka siswa diharapkan memiliki kemampuan kecerdasan emosional yang baik untuk membantu mereka dalam mengenali dan mengelola berbagai bentuk emosi yang dialami. Hal ini bertujuan untuk memunculkan sikap *self-regulated learning* dalam proses belajar.

2. Faktor perilaku (*behavior*)

Perilaku merujuk pada usaha yang dilakukan siswa dalam menggunakan kemampuannya. Semakin besar dan optimal siswa memanfaatkan kemampuan yang dimiliki, maka semakin meningkat kemampuan siswa dalam mengatur dan mengorganisir aktivitas belajarnya. Zimmerman (1989:333) menyatakan bahwa terdapat tiga bentuk perilaku yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning*, yaitu observasi diri (*self-observation*), penilaian diri (*self-judgement*), dan reaksi diri (*self-reaction*).

- a. Observasi diri (*self-observation*), observasi diri berkaitan dengan respon siswa dalam memantau setiap hasil yang dicapai secara sistematis. Siswa yang melakukan pengamatan terhadap diri sendiri akan lebih mudah mendapatkan informasi untuk menilai sejauh mana kemajuan yang telah didapatkan dalam mencapai tujuan. Siswa memilih sejumlah aspek perilaku secara selektif yang mampu menunjang tercapainya tujuan belajar.
- b. Penilaian diri (*self-judgement*), penilaian diri merupakan tahap di mana siswa membandingkan seberapa baik mereka melaksanakan suatu tugas berdasarkan standar dan tujuan yang telah ditetapkan. Dalam tahap ini, siswa mengevaluasi sejauh mana mereka telah

mencapai target yang telah diatur dengan sistematis. Siswa yang mampu mengevaluasi kinerja yang telah dilakukan dapat mengetahui letak kekurangan atau kelemahan yang dimiliki. Dengan melakukan penilaian diri, siswa dapat menemukan area di mana mereka perlu melakukan perbaikan atau peningkatan.

- c. Reaksi diri (*self-reaction*), reaksi diri adalah tanggapan siswa dalam menyesuaikan diri terhadap rencana dan hasil yang telah dicapai untuk mencapai keberhasilan belajar. Setelah mengamati dan menilai kemajuan mereka melalui observasi dan penilaian diri, siswa kemudian merespons dengan merancang tindakan selanjutnya berdasarkan temuan-temuan tersebut. Proses ini memungkinkan siswa untuk menjadi proaktif dalam mengatur kegiatan belajarnya.

3. Faktor lingkungan (*environment*)

Faktor lingkungan memainkan peranan penting dalam menciptakan suasana belajar yang memengaruhi prestasi siswa. Suasana lingkungan belajar yang mendukung dapat memfasilitasi siswa mengatasi hambatan dan mencapai kesuksesan belajar. Sebaliknya, lingkungan yang tidak mendukung dapat membuat siswa menjadi sulit mengarahkan dirinya untuk menyelesaikan tugas-tugas akademiknya dan belajar secara optimal sehingga tentu dapat menghambatnya dalam meraih keberhasilan. Dengan memperhatikan faktor-faktor lingkungan, para pendidik dan siswa memiliki kesempatan untuk membuat suasana lingkungan belajar menjadi kondusif dan mendukung keberhasilan belajar siswa.

Menurut Cobb (2003:23-34) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*, yaitu:

1. *Self-efficacy* (efikasi diri)

Self-efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk belajar atau melakukan keterampilan pada tingkat yang ditentukan. *Self-efficacy* berkaitan dengan kemampuan untuk mengatur diri sendiri dalam hal motivasi. Tingkat *self-efficacy* seorang siswa

berpengaruh terhadap apakah siswa tersebut akan melakukan tugas yang diberikan. Tingkat *self-efficacy* juga mempengaruhi penetapan tujuan individu, seberapa besar usaha yang diberikan, kemampuan untuk bertahan saat menghadapi kesulitan, serta ketahanan terhadap kegagalan. Siswa yang dinilai oleh guru sebagai kurang memiliki orientasi akademik umumnya menunjukkan tingkat *self-efficacy* yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang dianggap memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Dengan kata lain, siswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi akan mampu menggunakan kemampuan kognitifnya dan mengatur strategi belajar yang tepat untuk dirinya.

2. *Motivation* (motivasi)

Motivasi memengaruhi bagaimana dan mengapa individu belajar, serta memengaruhi kinerja mereka. Siswa memerlukan motivasi untuk menerapkan strategi yang akan mempengaruhi proses pembelajaran. Motivasi juga terlihat jelas dalam kecenderungan siswa untuk menetapkan tujuan belajar yang lebih tinggi bagi dirinya sendiri ketika mereka menyelesaikan tujuan sebelumnya. Motivasi berperan penting dalam kinerja akademik siswa (Garcia & Pintrich, 1994; Deci & Ryan, 1985; Pintrich & Schunk, 1996), sehingga kecenderungan motivasi siswa berhubungan positif dengan pengaturan diri siswa dalam belajar.

3. *Goals* (tujuan)

Goals atau tujuan adalah pedoman yang digunakan oleh siswa untuk memonitor perkembangan belajar mereka. Pada dasarnya tujuan memberikan arah yang jelas bagi siswa dan memungkinkan mereka untuk menilai sejauh mana mereka telah mencapai hasil yang diinginkan. Pada awal sebuah tugas belajar, siswa memiliki tujuan seperti memperoleh keterampilan dan pengetahuan, menyelesaikan tugas, dan meraih nilai yang baik. Tujuan ini memiliki dua fungsi utama yakni membantu siswa memantau dan mengatur upaya mereka ke arah yang spesifik. Selain itu, tujuan juga digunakan sebagai standar untuk mengevaluasi kinerja siswa. Evaluasi ini akan mempengaruhi upaya

siswa dalam mencapai tujuan, atau memberikan informasi yang mungkin memicu perubahan tujuan.

Senada dengan pendapat Cobb (2003:23-34), hasil penelitian Lutfi, dkk (2024:78-79) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mendukung *self-regulated learning* pada remaja dalam belajar Al-Qur'an meliputi keyakinan diri (*self-efficacy*), motivasi diri (*self-motivation*), dan dukungan sosial. Sementara itu, menurut Woolfolk (2009:131-132) agar menjadi *self-regulated learner*, siswa membutuhkan pengetahuan, motivasi untuk belajar, dan *volition* (kemauan). Pengetahuan meliputi pengetahuan tentang dirinya sendiri (*self*), subjek yang dipelajari, tugas yang dihadapi, strategi pembelajaran yang efektif, serta konteks-konteks di mana pengetahuan dapat diterapkan. Motivasi untuk belajar penting karena ini mendorong siswa untuk menghargai proses pembelajaran dan memahami tujuan di balik usaha mereka, yang pada gilirannya memunculkan komitmen untuk belajar. Kemauan merupakan keinginan kuat untuk melakukan sesuatu. Siswa yang memiliki kemauan mampu melawan distraksi dan mempertahankan ketekunan dalam mencapai tujuan pembelajaran.

Berdasarkan uraian mengenai faktor-faktor *self-regulated learning*, peneliti akan menggunakan faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* menurut Zimmerman (1989) yaitu faktor individu, faktor perilaku, dan faktor lingkungan.

4. Karakteristik *self-regulated learning*

Siswa yang memiliki karakteristik *self-regulated learning* yang baik menurut Winne (dalam Santrock, 2007:29) yaitu:

- a. Memiliki tujuan untuk meningkatkan pemahaman dan mempertahankan motivasi.
- b. Menyadari kondisi emosi dan memiliki strategi untuk mengatur emosinya.
- c. Secara terus menerus memantau progres belajarnya untuk memastikan bahwa mereka menuju ke arah tujuan.

- d. Menyesuaikan atau merancang kembali strategi berdasarkan kemajuan yang telah dicapai.
- e. Melakukan evaluasi terhadap hambatan yang mungkin muncul dan mampu beradaptasi jika diperlukan.

Menurut Montalvo dan Torres (2004 : 3-4) karakteristik siswa yang menerapkan *self-regulated learning* dalam proses belajarnya, yaitu:

- a. Siswa dapat mengenal dan menggunakan serangkaian strategi kognitif (pengulangan, elaborasi, dan organisasi) guna membantu mengatur, mengubah, menyampaikan dan menguasai informasi yang diperoleh.
- b. Siswa dapat menunjukkan serangkaian keyakinan motivasi dan emosi dengan tepat, seperti siswa memiliki rasa percaya diri dalam belajar, memiliki tujuan belajar yang jelas, menikmati proses belajar, dan dapat menyesuaikan perasaan mereka sesuai dengan situasi dan tugas yang dihadapi.
- c. Siswa mengetahui tujuannya sendiri dan bagaimana merencanakan, mengendalikan, dan mengatur proses mental untuk mencapai prestasi (metakognisi).
- d. Siswa ahli dalam membuat rencana dan mengontrol waktu dan usaha dalam mengerjakan tugas, serta pandai menciptakan suasana belajar yang mendukung. Hal ini termasuk menemukan tempat belajar yang nyaman dan meminta bantuan dari guru serta teman sekelas ketika menghadapi kesulitan.
- e. Dengan mempertimbangkan situasi yang ada, siswa menunjukkan usaha terbaik dengan cara meningkatkan proses belajarnya.dalam mengelola dan mengatur tugas akademik, suasana kelas, dan strukturnya.
- f. Siswa memiliki kemauan keras yang kuat untuk menghindari gangguan saat belajar. Strategi ini membantu mereka menjaga fokus, usaha, dan motivasi saat mengerjakan tugas akademik.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik siswa yang menerapkan *self-regulated learning* dalam proses belajarnya yaitu mereka yang memiliki tujuan yang ingin dicapai, motivasi

yang kuat untuk mencapainya, mampu mengontrol emosinya, mampu memilih dan menggunakan strategi belajar yang tepat, dan senantiasa memantau dan mengevaluasi kegiatan belajarnya,

5. *Self-Regulated Learning* dalam Perspektif Islam

Self-regulated learning merujuk pada individu yang memiliki kemampuan mengelola dan mengarahkan dirinya sendiri untuk terlibat aktif dalam proses belajarnya agar keberhasilan atau tujuan belajar dapat tercapai. Pembahasan *self-regulated learning* secara tersirat telah Allah sampaikan dalam QS. Al-Hasyr ayat 18 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat). Bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al-Hasyr:18)

Berdasarkan tafsir Al-Mishbah yang ditulis oleh Shihab (2012:129-130), ayat ini mengajak kaum Muslim untuk berhati-hati supaya tidak mengalami nasib yang sama seperti yang dialami oleh kaum Yahudi dan munafik, yang akhirnya memperoleh siksa dari Allah baik di dunia maupun akhirat. Dalam ayat ini, Allah memerintahkan orang-orang yang beriman untuk bertakwa kepada-Nya, yaitu dengan menjauhi siksa yang diberikan Allah di dunia dan akhirat, melalui ketaatan terhadap perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Setiap individu diingatkan untuk memperhatikan amal sholeh yang telah mereka lakukan untuk bekal kehidupan akhirat. Perintah bertakwa diulangi kembali, mungkin sebagai dorongan dengan rasa malu agar tidak melakukan perbuatan yang negatif. Ayat tersebut juga menegaskan bahwa Allah mengetahui segala amalan yang dilakukan manusia, baik yang besar maupun yang kecil.

Dijelaskan kembali menurut Thabathaba'i bahwa perintah untuk memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok sebagai perintah untuk melakukan evaluasi terhadap setiap amal perbuatan yang telah

dikerjakan. Ayat tersebut mengingatkan manusia untuk mengevaluasi atau merefleksikan kembali setiap amalan yang telah dikerjakan dengan tujuan untuk menyempurnakannya jika sudah baik sehingga bisa mendapatkan ganjaran dari Allah. Selain itu, jika masih terdapat kekurangan, mereka seharusnya segera bertaubat dan berusaha memperbaikinya.

Secara implisit ayat tersebut juga menjelaskan bahwa setiap individu diharapkan senantiasa memiliki perencanaan yang baik sebelum bertindak agar mendapat hasil yang bermanfaat dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Hal ini berlaku baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam proses pembelajaran. Dalam konsep *self-regulated learning*, siswa dituntut untuk selalu membuat perencanaan yang baik sebelum belajar berlangsung. Setiap siswa diminta untuk mengidentifikasi kebutuhan belajarnya dan menentukan target belajar yang ingin dicapai, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih terarah dan efektif. Kegiatan merencanakan ini merupakan bagian dari kemampuan metakognitif, di mana siswa secara aktif mengelola dan mengatur proses pembelajaran mereka sendiri. Dengan memiliki perencanaan yang baik, siswa dapat mengoptimalkan waktu dan usaha mereka dalam mencapai tujuan pembelajaran mereka.

Individu yang menerapkan *self-regulated learning* memiliki kemampuan memanfaatkan atau mengelola waktu dengan baik karena mereka menyadari bahwa waktu adalah hal yang berharga untuk mendukung keberhasilan belajarnya. Ketika menyia-nyiakan waktu maka mereka akan kehilangan kesempatan untuk menjadi lebih produktif. Pentingnya memanfaatkan waktu juga diajarkan dalam Islam yang mana sejalan dengan firman Allah dalam Q.S. Al-‘Ashr ayat 1-3:

وَالْعَصْرِ ①
إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ②
إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ ③ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ④

Artinya: “Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar berada dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal

saleh dan saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran.” (QS Al-'Ashr: 1-3).

Menurut tafsir Al-Mishbah (2012:496-506) secara keseluruhan dalam ayat tersebut Allah SWT memberikan peringatan tentang pentingnya waktu dan bagaimana manusia seharusnya memanfaatkannya dengan baik. Ayat pertama menjelaskan bahwa Allah SWT bersumpah demi masa agar manusia memperhatikan masa atau waktu dan memanfaatkannya dengan baik. Ayat kedua memberitahu manusia bahwa seluruh manusia berada dalam kerugian jika tidak menggunakan waktu dengan baik. Dalam tafsir Al-Misbah dijelaskan bahwa apabila waktu tidak diisi maka manusia akan merugi, bahkan jika waktu diisi, tetapi dengan aktivitas yang negatif, manusia tetap akan merugi. Selanjutnya, dalam ayat ketiga Allah SWT menegaskan bahwa jika manusia tidak mau hidup dalam keadaan merugi, maka ia harus melakukan empat kegiatan utama yakni beriman, beramal saleh yakni melakukan tindakan yang bermanfaat serta saling berwasiat tentang kebenaran dan saling berwasiat tentang kesabaran dan ketabahan.

Dalam *self-regulated learning*, mengelola waktu merupakan bagian dari proses pengaturan diri siswa dalam pembelajaran. Siswa yang menerapkan *self-regulated learning* akan belajar mengatur waktu mereka dengan efektif dan belajar memprioritaskan tugas-tugas yang harus diselesaikan terlebih dahulu. Selain itu, konsep beriman, beramal saleh, dan saling berwasiat tentang kesabaran dan ketabahan yang ditekankan dalam tafsir Al-Misbah juga dapat dipahami sebagai upaya siswa untuk memotivasi diri mereka sendiri, mengatasi hambatan, dan mencari dukungan dari lingkungan sekitar dalam mencapai tujuan belajar mereka.

Adapun surah lain yang secara implisit menjelaskan perintah mengenai regulasi diri yaitu Q.S. Ar-Ra'du ayat 11:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا
مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya: “Ada baginya pengikut-pengikut yang bergiliran, di hadapannya

dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” (QS. Ar-Rad: 11)

Ayat di atas menjelaskan bahwa Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Walaupun takdir seseorang telah ditetapkan oleh Allah, manusia tidak diperintahkan untuk berdiam diri dan hanya menunggu takdir itu terjadi. Sebaliknya, manusia diwajibkan untuk berusaha mencari nafkah dan terus menerus melakukan perbaikan pada dirinya. Hakikatnya manusia memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya sendiri. Kemampuan ini dipengaruhi oleh motivasi yang kuat dari dalam diri individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Ayat ini mengajarkan pentingnya bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan kita sendiri, serta bahwa perubahan yang diinginkan dalam kehidupan kita harus dimulai dari perubahan dalam diri kita sendiri.

B. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Chaplin (2009) mengatakan kecerdasan artinya kemampuan seseorang menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif. Kecerdasan adalah kemampuan memunculkan suatu tindakan untuk mengatasi dan menyelesaikan suatu masalah dalam kehidupan sehari-hari (Maksum dkk., 2023:278). Menurut Feldman (2012:344) intelegensi atau kecerdasan adalah kapasitas individu untuk memahami dunia, berpikir secara rasional, dan memanfaatkan akal sehat secara efektif saat menghadapi tantangan.

Emosi diartikan sebagai warna afektif yakni suatu perasaan yang timbul atau menyertai setiap keadaan dan perilaku individu ketika menghadapi suatu situasi, seperti bahagia, gembira, terkejut, putus asa, benci, dan lainnya (Yusuf, 2005:115). Menurut Goleman (2015:409) pengertian emosi mengacu pada bentuk perasaan atau pikiran yang khas yang merupakan bagian dari keadaan biologis dan psikologis, memicu

serangkaian kecenderungan untuk melakukan tindakan. Feldman (2012) mengartikan emosi sebagai sebuah perasaan atau afektif yang dapat melibatkan ketergugahan fisiologis, pengalaman disadari, dan ekspresi perilaku. Menurut Mayer, dkk (2008:508) emosi ialah suatu kondisi perasaan yang kompleks yang melibatkan perubahan fisiologis, kesiapan motorik, pemikiran tentang tindakan, dan pengalaman batin yang muncul dari penilaian terhadap diri sendiri atau situasi.

Istilah *emotional intelligence* atau kecerdasan emosional digunakan pertama kali oleh Salovey dan Mayer pada tahun 1990 sebagai suatu tantangan terhadap pandangan bahwa kecerdasan hanya berkaitan dengan informasi yang berasal dari proses kognitif, tanpa mempertimbangkan peran emosi (Prawitasari, 1998:24). Salovey dan Mayer (1990b:189) memberi batasan terhadap pengertian kecerdasan emosional sebagai komponen dari kecerdasan sosial yang mencakup kemampuan individu untuk memantau emosi dirinya sendiri atau orang lain untuk mengenali perbedaan dari setiap jenis emosi tersebut dan memanfaatkan informasi ini sebagai pedoman dalam berpikir dan bertindak. Kecerdasan emosional terdiri dari tiga komponen yaitu penilaian dan ekspresi emosi, regulasi emosi, dan pemanfaatan informasi emosional dalam berpikir dan bertindak (Mohamed & El Gamal, 2011:313). Selanjutnya, Salovey dan Mayer (1997:10) melakukan revisi terhadap definisi kecerdasan emosional menjadi beberapa pengertian meliputi kemampuan individu merasakan secara akurat, menilai, dan mengekspresikan emosi, kemampuan mengakses atau membangkitkan perasaan untuk membantu proses berpikir, kemampuan memahami emosi dan pengetahuan emosional, serta kemampuan mengatur emosi guna mendorong perkembangan emosional dan intelektual.

Kecerdasan emosional mencakup serangkaian keterampilan yang terkait dengan pemrosesan informasi emosional (Landa & López-Zafra, 2012:50). Secara khusus, Landa dan López-Zafra (2012:50) mendefinisikan kecerdasan emosional ialah kemampuan untuk merasakan, mengumpulkan informasi, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Sejalan dengan

pendapat tersebut, Zysberg (2018:2472) berpendapat bahwa individu yang cerdas secara emosional mampu mengidentifikasi emosi dirinya sendiri dan orang lain, serta dapat mengelolanya dengan lebih efektif. Sementara itu, Zen dan Novita (2018:40) berpendapat bahwa kecerdasan emosional melibatkan kemampuan mengelola perasaan baik pada diri sendiri maupun orang lain, meliputi kemampuan dalam mengakui dan menghargai perasaan, serta kemampuan dalam menanggapi perasaan dengan tepat dan menerapkannya secara efektif dalam situasi sehari-hari. Yusuf (2005:113) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional mengacu pada kemampuan individu mengendalikan diri, memotivasi diri, dan berempati. Sementara itu, menurut Ahmed (2015:447) kecerdasan emosional merujuk pada seperangkat kemampuan dan kemampuan yang dimiliki individu untuk merasakan, mengendalikan, dan mengelola emosi mereka.

Menurut Goleman (2003:512) yang dikenal sebagai tokoh yang mempopulerkan konsep kecerdasan emosional mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali dan memahami perasaan diri sendiri dan orang lain, mampu memotivasi diri sendiri, serta mengelola emosi dengan baik, baik dalam hubungan interpersonal maupun dengan diri sendiri. Mayer (dalam Badenhorst & Smith, 2007:6) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk merasakan dan mengidentifikasi emosi, menggunakan emosi tersebut untuk memfasilitasi proses berpikir, memahami emosi, dan mengelola emosi. Mayer, dkk (2008:511) kecerdasan emosional berkaitan dengan kemampuan menalar secara akurat mengenai emosi dan kemampuan menggunakan emosi serta informasi emosional untuk mengasah pemikiran.

Mashar (2011:60) berpendapat bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengendalikan emosi supaya anak mampu menanggapi dengan positif setiap keadaan yang merangsang timbulnya emosi-emosi tersebut. Menurut Reuven Bar-On (dalam Rufahniyyah, 2012:17) kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan kognitif yang berpengaruh

terhadap keberhasilan individu dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan. Sementara itu, Ginanjar (2001:44) mengatakan bahwa yang dimaksud kecerdasan emosional yaitu kemampuan individu menggunakan emosinya secara efektif dalam rangka mencapai tujuan seperti membangun produktivitas dan meraih keberhasilan.

Le Roux dan De Klerk (2003:10) berpendapat bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu bentuk kecerdasan pribadi dan sosial yang mencakup kemampuan untuk memahami, mengenali, dan merespons perasaan diri sendiri ataupun orang lain. Pendapat lain mengatakan bahwa kecerdasan emosional didefinisikan sebagai kemampuan siswa mengelola emosinya sehingga dapat mengarahkan sikap dan tindakannya dengan tepat sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada (Idrus dkk., 2020:137) Menurut Vorobyeva, dkk (2022:84) kecerdasan emosional ialah kemampuan untuk dengan cepat dan benar mengenali ekspresi emosional orang lain serta untuk mengekspresikan dan mengelola emosi sendiri.

Kecerdasan emosional dipandang dapat memengaruhi nasib kehidupan individu. Goleman (dalam Yusuf, 2005:13) mengatakan bahwa keberhasilan individu tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual semata, tetapi juga kecerdasan emosional memiliki kontribusi besar mewujudkan keberhasilan pada kehidupan individu. Kecerdasan emosi dianggap lebih berperan menentukan keberhasilan hidup individu daripada kecerdasan intelektual. Kecerdasan emosional merujuk pada karakteristik pribadi dan keterampilan sosial yang dibutuhkan individu sehingga mampu meraih keberhasilan dalam hidupnya. Maka emosi yang dikelola secara efektif dapat digunakan untuk mendukung keberhasilan dalam berbagai bidang karena saat emosi muncul, individu memiliki energi tambahan dan mampu memengaruhi orang lain pada saat berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain.

Kecerdasan emosional bukan hanya sebuah konsep, tetapi juga merupakan elemen penting dalam proses pendidikan yang membantu guru dalam memotivasi dan membentuk perilaku siswa (Radu, 2014:274).

Kecerdasan emosional turut membantu siswa dalam mengelola tekanan, meningkatkan kesejahteraan mental, dan mendorong semangat belajar yang berlangsung secara terus-menerus. Ketika dihadapkan pada situasi stres dalam melakukan sesuatu, kecerdasan emosional dapat digunakan untuk mengatasi situasi tersebut sehingga siswa tetap dapat melanjutkan tugasnya dengan efektif dan mencapai hasil yang optimal (Tsarenko & Strizhakova, 2013:75).

Berdasarkan pendapat dari para ahli, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan individu mengenali, mengidentifikasi, dan merasakan emosinya sendiri atau orang lain sehingga individu mampu memahami dan mengelola emosinya sendiri atau orang lain, serta memanfaatkan informasi emosi tersebut untuk berpikir dan bertindak mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain, kecerdasan emosional melibatkan serangkaian kemampuan mulai dari mengenali dan mengidentifikasi emosi hingga memahami, mengelola, dan memanfaatkan informasi emosi untuk berpikir dan bertindak secara efektif.

2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional bukan merupakan lawan dari kecerdasan kognitif, sebaliknya, keduanya saling berhubungan secara dinamis. Misalnya, kemampuan untuk memahami dan mengelola emosi dapat meningkatkan kinerja kognitif, dan sebaliknya, kecerdasan kognitif yang baik dapat mendukung pengambilan keputusan emosional yang lebih baik. Goleman (2015:56-57) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional terdiri dari lima aspek yang diadaptasi dari teori kecerdasan emosional yang diungkapkan oleh Salovey dan Mayer, yaitu:

- a. Kesadaran diri atau mengenali emosi diri, yaitu kemampuan individu untuk mengenali dan memahami hal yang dirasakan ketika perasaan itu muncul, menyadari penyebab perasaan itu muncul, dan mampu memantau perasaan tersebut dari waktu ke waktu.
- b. Mengelola emosi, yaitu kemampuan individu untuk menangani perasaan yang muncul supaya perasaan tersebut dapat dipahami dengan

tepat. Individu mampu mengelola emosi dengan cara menenangkan diri sendiri, melepaskan diri dari rasa cemas, murung, dan amarah yang terjadi. Dengan mengelola emosi individu dapat mengungkapkan perasaannya secara tepat dan tidak terjebak dalam kendali emosional.

- c. Memotivasi diri sendiri, yaitu kemampuan untuk memunculkan semangat dalam diri untuk mengatur emosi sehingga mampu mencapai suatu tujuan seperti mampu menguasai diri sendiri, menyesuaikan diri dengan apa yang sedang terjadi, dan terwujudnya performa yang tinggi atas apa yang dikerjakan. Individu yang memiliki kemampuan ini cenderung dapat meningkatkan kinerjanya dalam berbagai bidang. Mereka memiliki motivasi yang tinggi untuk menghadapi dan mengatasi rintangan. Mereka juga cenderung lebih produktif dan efektif dalam semua hal yang mereka kerjakan.
- d. Empati atau mengenali emosi orang lain, yaitu kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain dan memahami sudut pandang orang lain sehingga mampu menyesuaikan diri dengan berbagai tipe orang.
- e. Membina hubungan, yaitu kemampuan untuk mengendalikan emosi dengan baik ketika berinteraksi dengan orang lain, menggunakan keterampilan ini untuk mempengaruhi, memimpin, bermusyawarah, menyelesaikan permasalahan, dan bekerja sama dengan kelompok.

Salovey dan Mayer (1990:191-200) menyatakan bahwa terdapat tiga aspek tentang kecerdasan emosional yaitu:

- a. Penilaian dan ekspresi emosi

Kecerdasan emosional didasari oleh adanya proses yang dimulai dari adanya informasi yang bermuatan afektif diterima oleh sistem perseptual. Kecerdasan emosional memungkinkan penilaian dan ekspresi perasaan yang akurat, dan hukum-hukum yang stabil mungkin memerintah mereka. Penilaian emosional ini, pada gilirannya, sebagian menentukan berbagai ekspresi emosi. Kemampuan ini juga terkait dengan kemampuan empati, yakni kemampuan dalam memahami

perasaan orang lain dan untuk mengalami kembali perasaan tersebut sendiri. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk mengukur secara akurat respon afektif diri sendiri maupun orang lain dan memilih perilaku adaptif sosial sebagai respons. Individu menjadi lebih terampil dalam memahami dan merespons emosi mereka sendiri ataupun orang lain, baik melalui bahasa verbal maupun nonverbal.

b. Pengaturan emosi

Pengalaman reflektif yang dialami individu memberi akses mereka terhadap pengetahuan tentang suasana hati mereka sendiri dan orang lain. Pengalaman ini, sebagian, mencerminkan kemauan dan kemampuan individu untuk memantau, mengevaluasi, dan mengatur emosinya sendiri atau pun orang lain. Regulasi emosi mengarahkan individu pada keadaan suasana hati yang lebih adaptif dan lebih stabil.

c. Memanfaatkan kecerdasan emosional

Kemampuan memanfaatkan kecerdasan emosional berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi mereka sendiri guna memecahkan masalah. Secara tidak langsung, suasana hati dan emosi dapat memengaruhi bagaimana individu menyelesaikan masalah, melalui pengaruhnya terhadap pemikiran, persepsi, dan reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi. Kemampuan ini diperlukan sehingga individu dapat memecahkan masalah di mana suasana hati mampu mengarahkan individu pada perencanaan yang fleksibel, berpikir kreatif, mampu memfokuskan perhatiannya terhadap masalah atau kejadian yang lebih penting untuk segera diatasi, serta mampu memotivasi dirinya untuk ulet dalam menyelesaikan tugas-tugas yang menantang, misalnya beberapa orang dapat menggunakan kecemasan yang muncul dari situasi evaluatif, seperti ujian dan pertunjukan mendatang, sebagai dorongan untuk mempersiapkan diri dengan lebih baik dan mencapai standar yang lebih tinggi.

Davies, dkk (1998:990-991) merekonstruksi aspek-aspek kecerdasan emosional yang sebelumnya diuraikan oleh Salovey dan Mayer (1990:191-

200) menjadi empat bagian, yaitu:

- a. Penilaian dan ekspresi emosi dalam diri (*appraisal and expression of emotion in the self*), aspek ini melibatkan kemampuan menyadari suasana hati atau persepsi terhadap suasana hati tersebut. Aspek ini mengukur sejauh mana individu memperhatikan perasaannya sendiri dan kemampuan untuk memahami perasaan tersebut. Ekspresi nonverbal juga diyakini menjadi elemen penting sehingga aspek ini juga menilai sejauh mana individu dapat mengekspresikan diri mereka (*nonverbal*) dalam berbagai situasi.
- b. Penilaian dan pengenalan emosi pada orang lain (*appraisal and recognition of emotion in others*), aspek ini menjelaskan bahwa kemampuan penilaian emosi maupun ekspresi emosi juga berkaitan dengan tingkat empati seseorang. Individu yang memiliki kesulitan dalam mengenali ekspresi emosi pada diri mereka sendiri juga cenderung memiliki kesulitan dalam mengenali ekspresi emosi pada orang lain. Empati dapat melibatkan kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi dengan perasaan orang lain serta memiliki akses yang baik terhadap keadaan perasaan mereka sendiri.
- c. Regulasi emosi dalam diri dan orang lain (*regulation of emotion in the self and others*), aspek ini merujuk pada pengalaman meta terhadap suasana hati, atau memantau, mengevaluasi, dan bertindak untuk mengubah suasana hati seseorang. Regulasi emosi ini mencakup upaya untuk memperbaiki suasana hati yang tidak menyenangkan sambil mempertahankan yang menyenangkan. Regulasi emosi juga mencakup kemampuan untuk mengubah reaksi afektif orang lain
- d. Penggunaan emosi untuk meningkatkan kinerja (*use of emotion to facilitate performance*), aspek ini mengukur kemampuan mengatur emosi pada orang lain dan penggunaan emosi (misalnya, kemampuan menunda kenikmatan).

Berdasarkan aspek yang telah dikemukakan oleh para ahli di atas, dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan aspek kecerdasan emosional

menurut Goleman (2015:56-57) yang terdiri dari lima aspek yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Dalam situasi yang semakin kompleks, individu dituntut memiliki kecerdasan emosional yang baik karena individu kurang terampil mengelola emosinya cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi, menjalin hubungan yang baik, dan mengatasi tantangan yang muncul. Menurut Shapiro (dalam Dewi dkk., 2019:156) kecerdasan emosional tidak begitu dipengaruhi faktor keturunan, tetapi lebih banyak dipengaruhi oleh lingkungan yang bersifat dinamis atau dapat berubah-ubah setiap waktu. Lingkungan ini mencakup interaksi dengan orang tua, teman sebaya, dan masyarakat. Selain itu, kecerdasan emosional dapat bertumbuh dan berkembang sepanjang hidup melalui proses belajar.

Sementara itu, berdasarkan hasil penelitian Le Doux (dalam Goleman, 2015:20-32) kecerdasan emosional dapat dipengaruhi oleh kondisi yang terjadi di bagian otak yang mengatur emosional. Penelitian Le Doux menjelaskan mengenai bagaimana peran amigdala dalam otak emosional. Di dalam otak emosional terdapat sistem saraf pengatur emosi mencakup amigdala, neokorteks, sistem limbik, lobus prefrontal dan keadaan lain yang lebih kompleks dalam otak emosional. Amigdala adalah struktur otak yang disebut sebagai pusat emosi karena amigdala memiliki peran kunci dalam mengelola emosi dan merespon setiap rangsangan yang bersifat emosional. Selain itu, amigdala juga berfungsi sebagai pusat segala nafsu, penjaga emosi, dan kabel pemicu saraf.

Adapun menurut Goleman (2015:265-280) faktor-faktor yang dapat membentuk kecerdasan emosional, antara lain:

a. Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga menjadi sekolah pertama bagi anak untuk mengenal dan merasakan perasaannya sendiri dan mempelajari berbagai macam emosi. Proses pembelajaran emosi dimulai sejak bayi dan terus

berkembang sepanjang kehidupan. Keluarga terutama orang tua menjadi subjek pertama yang diperhatikan oleh anak, di mana anak mempelajari bagaimana orang lain menanggapi perasaannya dan bagaimana cara mengekspresikan emosi yang mereka rasakan. Cara orang tua mengasuh atau memperlakukan anaknya akan mempengaruhi perkembangan emosinya di masa yang akan datang. Orang tua yang cerdas dan terampil secara emosional akan lebih mudah membantu mengenalkan dan mengajarkan dasar keterampilan emosional kepada anaknya, seperti bagaimana mengenali, mengelola, dan memanfaatkan perasaan-perasaan, berempati, serta menangani setiap perasaan yang muncul ketika berinteraksi dengan orang lain.

b. Lingkungan sekolah

Sekolah merupakan lembaga formal yang diberi tanggung jawab untuk meningkatkan perkembangan anak termasuk dalam perkembangan emosinya. Kegiatan belajar mengajar yang berlangsung di sekolah dilakukan dalam rangka memperoleh perubahan yang terjadi dalam diri anak dan membekali mereka dengan berbagai keterampilan yang akan berguna di sepanjang hidupnya. Pada dasarnya sekolah adalah lingkungan kedua, tempat di mana anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya setelah di rumah bersama keluarga, sedangkan guru menggantikan peran orang tua di lingkungan sekolah. Di lingkungan sekolah, anak-anak tidak hanya belajar hal-hal akademis, tetapi juga terlibat dalam interaksi sosial, pengembangan keterampilan, dan pembentukan kepribadian yang turut berpengaruh terhadap perkembangan emosional anak. Keberhasilan guru dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan dalam mengendalikannya akan membawa dampak positif pada perilaku mereka.

c. Lingkungan masyarakat

Keadaan lingkungan tempat tinggal atau masyarakat dapat mempengaruhi perkembangan kecerdasan emosional individu. Lingkungan yang menyediakan dukungan sosial, seperti keluarga yang

mendukung dan teman sebaya yang positif, dapat membantu individu mengembangkan kecerdasan emosional. Di lingkungan masyarakat anak belajar bermain peran untuk mempelajari emosi. Kegiatan bermain peran menjadi sarana efektif di mana anak-anak dapat merasakan dan memahami berbagai emosi, meningkatkan kemampuan mereka dalam membaca dan berinteraksi dengan perasaan orang lain. Interaksi positif dengan orang lain dapat meningkatkan pemahaman emosi dan kemampuan berkomunikasi.

Menurut Rofiq (2020) faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi dibedakan menjadi dua yakni faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal

Faktor internal mencakup segala bentuk yang terjadi di dalam diri individu dan dapat memengaruhi kecerdasan emosional mereka. Kondisi jasmani dan psikologis merupakan sumber yang dapat berpengaruh terhadap kecerdasan emosi individu. Apabila kondisi kesehatan individu secara fisik terganggu maka dapat dimungkinkan mempengaruhi kecerdasan emosinya. Selain itu, secara fisik bagian yang paling menentukan atau paling berpengaruh terhadap kecerdasan emosi seseorang adalah anatomi saraf emosinya. Sementara, dari segi psikologis mencakup pengalaman, perasaan, kemampuan berpikir, dan motivasi.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal merujuk pada pengaruh dari stimulasi dan lingkungan yang ada di sekitar individu dan diyakini dapat menstimulus perkembangan kecerdasan emosional. Stimulasi dalam konteks ini merujuk pada segala macam rangsangan atau input yang diterima individu dari lingkungan. Stimulasi tersebut melibatkan berbagai jenis pengalaman, interaksi, dan situasi yang dialami individu sehari-hari. Contohnya, interaksi dengan orang lain, situasi yang menantang, atau pengalaman belajar. Sementara itu, lingkungan berkaitan dengan segala interaksi yang terjadi antara individu dengan keluarga,

teman, dan masyarakat secara keseluruhan. Dalam konteks kecerdasan emosional, lingkungan berperan penting dalam membentuk dan memengaruhi perkembangan emosi seseorang.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti akan menggunakan faktor-faktor kecerdasan emosional menurut Goleman (2015:265-280), yaitu lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat.

4. Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Islam

Allah SWT telah melimpahkan berbagai anugerah kepada manusia, menjadikan mereka lebih unggul dibandingkan dengan makhluk ciptaan-Nya yang lain, dan salah satu di antaranya adalah kecerdasan. Allah telah membekali manusia dengan akal sebagai wadah kecerdasan, terletak secara spesifik di dalam otak. Manusia menggunakan otak untuk berpikir selama proses belajar berlangsung dimana proses belajar yang berkualitas dapat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan kecerdasan individu (Said & Budimanjaya, 2015:3). Kecerdasan bersifat dinamis sehingga setiap individu memiliki kesempatan untuk terus mengembangkan kecerdasannya sepanjang masa hidup.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu bentuk dari kecerdasan yang dimiliki manusia. Kecerdasan ini biasanya digunakan untuk mengenali, merasakan, dan mengelola emosi, serta menyesuaikan diri ketika berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan ini berguna bagi individu sebagai pengendali diri agar terhindar dari keadaan yang berpotensi merugikan dirinya sendiri. Islam telah mengajarkan mengenai pentingnya mengontrol dan mengendalikan emosi. Hal ini sesuai firman Allah dalam Q.S. Al-Hadid ayat 22-23:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَاهُهَا إِنَّ
ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ
لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

Artinya: “Tiada suatu bencana pun yang menimpa di bumi dan pada

diri kamu melainkan telah tercatat dalam kitab sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu bagi Allah adalah sangat mudah [22]. Supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepada kamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri [23].”

Dijelaskan dalam tafsir Al-Mishbah yang ditulis oleh Shihab (2012:42-44) bahwa ayat tersebut memberitahu manusia bahwa segala sesuatu yang terjadi baik anugerah maupun musibah yang terjadi di bumi dan menimpa seluruh makhluk-Nya telah Allah tetapkan sebelumnya dan sudah tercatat dalam Lauh Mahfuzh sebelum Allah menciptakan semua makhluk-Nya. Sesungguhnya hal tersebut sangat mudah bagi Allah karena pengetahuan dan kekuasaan Allah tak terbatas. Allah mengetahui segala perkara yang telah terjadi di alam ini, apa yang tidak akan terjadi, serta bagaimana jika hal itu terjadi. Dalam ayat tersebut juga disampaikan bahwa agar manusia tidak bersedih berlebihan atau melampaui kewajaran terhadap sesuatu yang disukai tapi luput darinya sehingga membuatnya berputus asa. Selain itu, Allah juga meminta manusia agar tidak terlalu merasa gembira secara berlebihan sehingga membuat mereka bersikap sombong dan lupa terhadap nikmat yang telah Allah berikan kepadanya. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang putus asa setelah kegagalan atau yang sombong dengan kesuksesan yang mereka capai.

Dalam ayat tersebut, ditegaskan bahwa Allah memerintahkan setiap manusia untuk menguasai, mengendalikan, dan mengontrol emosinya. Setiap manusia diharapkan tidak terlalu berlebihan dalam kegembiraan saat menerima nikmat, dan juga tidak terlalu bersedih ketika kehilangan sesuatu yang dimilikinya. Penjelasan ini juga diperkuat oleh Goleman dalam teorinya tentang kecerdasan emosional, di mana salah satu aspek dari kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengendalikan diri.

Individu yang memiliki kecerdasan emosional mampu mengelola emosinya dan mempertimbangkan tindakan mereka sebelum mengambil langkah, sehingga ia tidak terjerumus pada situasi yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Dalam ajaran Islam, kemampuan untuk

mengendalikan emosi dan menahan diri dikenal dengan kesabaran (Raihana, 2017:39). Allah berfirman dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 153 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.” (QS. Al-Baqarah:153)

Individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi dianggap sebagai orang yang sangat sabar. Mereka cenderung bersikap tenang dalam menghadapi kesulitan dan tetap tekun dalam proses pembelajaran. Mereka mampu mengatasi berbagai gangguan yang muncul dan tidak mudah terpengaruh oleh emosi mereka. Dengan kemampuan ini, mereka dapat mengendalikan diri dan emosi mereka dengan baik.

C. Kemandirian

1. Pengertian Kemandirian

Secara etimologis, istilah kemandirian berasal dari kata dasar mandiri yang diberi awalan ke- dan akhiran -an sehingga membentuk kata benda yang menurut KBBI artinya hal atau keadaan mampu berdiri sendiri tanpa bergantung orang lain. Menurut Daradjat (1976:130) mandiri merujuk pada kecenderungan individu untuk melakukan tindakan sesuai keinginannya tanpa meminta bantuan orang lain, serta mampu menilai kemampuannya dalam mengarahkan perilakunya tanpa bergantung kepada orang lain. Sementara menurut Ali dan Asrori (2011:109) kemandirian berakar dari kata dasar diri yang artinya pembahasan mengenai kemandirian tidak bisa terlepas dari pembahasan tentang perkembangan individu itu sendiri, yang dalam konsep Carl Rogers dikenal dengan *self*.

Istilah lain yang sering digunakan untuk menjelaskan kemandirian adalah *autonomy*. Proses perkembangan kemandirian menjadi hal yang penting dalam perjalanan menuju otonomi selama masa remaja. Lestari (2018:7) mengatakan bahwa otonomi mengacu pada kebebasan individu untuk membuat pilihan, menjadi diri yang mampu memerintah, menguasai, dan menentukan dirinya sendiri. Menurut Seifert dan Hoffnung (dalam Desmita, 2014:185)

kemandirian atau otonomi didefinisikan sebagai suatu kemampuan untuk memerintah dan mengatur pikiran, perasaan, dan perbuatannya sendiri secara bebas dan bertanggung jawab untuk mengatasi perasaan malu dan keraguan.

Menurut Chaplin (2009) istilah mandiri "*independence*" berarti kondisi di mana individu tidak bergantung pada orang lain. Sejalan dengan pendapat Syaodih (dalam Rahmawati, 2016:44) bahwa kemandirian adalah kondisi dimana individu telah mampu memenuhi kebutuhannya sendiri tanpa bergantung pada bantuan orang lain. Kurniawan & Zulkaida (2013:55) mendefinisikan kemandirian sebagai kemampuan individu mengarahkan dirinya untuk memilih memutuskan sesuatu secara bebas sesuai kehendaknya, berpikir, merasa dan bertanggung jawab terhadap apa yang telah dilakukan serta tidak bergantung pada orang lain dan lingkungan. Menurut Wahyuningsih, dkk (2023:4733) kemandirian dapat dipahami sebagai kemampuan individu mengatasi berbagai situasi yang dihadapi dengan menggunakan tindakan dan pemikiran mereka sendiri tanpa melibatkan orang lain dalam menyelesaikan situasi tersebut.

Desmita (2009:185-186) mendefinisikan kemandirian sebagai suatu kondisi di mana individu memiliki hasrat bersaing menuju kemajuan, mampu mengambil keputusan dan inisiatif dalam mengatasi masalah, memiliki kepercayaan diri dan melaksanakan tugasnya, serta bertanggung jawab atas tindakannya sendiri. Kemandirian mempunyai beberapa karakteristik yang dapat diamati oleh orang lain. Menurut Desmita (2009:185) kemandirian umumnya dapat dikenali dengan kemampuan untuk menentukan nasib sendiri, memiliki kreativitas dan inisiatif, mampu mengatur perilaku, bertanggung jawab, memiliki kontrol diri, mampu membuat keputusan sendiri, serta dapat mengatasi masalah tanpa terpengaruh oleh penilaian, pendapat, dan keyakinan orang lain. Sementara itu, menurut Steinberg (2002:288) kemandirian merujuk pada berkembangnya kemampuan seorang remaja untuk berpikir, merasakan, membuat keputusan, dan bertindak secara mandiri. Lebih lanjut, Steinberg (2002:290) menyatakan bahwa kemandirian adalah kemampuan individu untuk bertindak sesuai dengan kehendaknya sendiri.

Kemandirian didefinisikan sebagai suatu kondisi di mana individu memiliki hasrat atau keinginan untuk mampu mandiri dan tidak bergantung pada orang lain (Aisyah, 2010:13). Yunita, dkk (2007:72-73) menyatakan bahwa kemandirian ialah salah satu unsur yang dimiliki individu yang mendorong individu tersebut untuk dapat mengarahkan dan mengatur perilaku sendiri, menyelesaikan masalah secara mandiri, bertanggung jawab dan percaya diri. Selanjutnya, menurut Sa'diyah (2017:36) kemandirian adalah kemampuan individu untuk tidak bergantung pada bantuan orang lain dalam merawat diri secara fisik, membuat keputusan secara emosional, dan berinteraksi secara sosial dengan orang lain. Lebih lanjut, Sa'diyah (2017:36) mengungkapkan bahwa kemandirian pada anak diartikan sebagai kemampuan untuk berpikir, merasakan, dan melakukan tindakan atas inisiatif sendiri sesuai dengan kewajiban dalam kehidupan sehari-hari tanpa memerlukan bantuan orang lain.

Setiap tahap usia memiliki tingkat kemandirian yang berbeda-beda seperti tingkat kemandirian pada masa remaja dan dewasa awal berbeda dengan tingkat kemandirian pada masa anak-anak (Patriana, 2007:21). Kemandirian diperoleh secara bertahap selama masa perkembangan berlangsung. Kemandirian pada masa anak-anak lebih menekankan pada kemandirian fisik, sementara pada masa remaja lebih berfokus pada kemandirian secara psikologis. Pada masa dewasa awal, kemandirian cenderung berkaitan dengan kemampuan untuk mandiri secara finansial (Santrock, 1999:401).

Kemandirian menjadi aspek penting yang harus dimiliki dalam kehidupan manusia. Masrun, dkk (dalam Nashori, 1999:32) mengatakan bahwa kemandirian merupakan modal yang secara sosial psikologis dianggap penting dimiliki oleh setiap individu karena setiap individu berupaya aktif menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Selain itu, kemandirian merupakan salah satu dari tugas perkembangan remaja yang harus dipenuhi sebelum memasuki masa dewasa (Arumsari dkk., 2013:1). Steinberg mengungkapkan bahwa kemandirian pada remaja tercermin dari perilakunya di mana mereka bertindak sesuai dengan keinginan mereka, mampu membuat keputusan sendiri, dan memiliki kemampuan untuk bertanggung jawab atas perilaku mereka

sendiri (Patriana, 2007:20-21) .

Kemandirian dianggap menjadi modal utama bagi setiap individu untuk menentukan sikap dan perbuatannya terhadap lingkungan sehingga individu tersebut mampu menguasai dan mempengaruhi lingkungannya (Nashori, 1999:32). Individu yang mandiri mampu mengandalkan kemampuannya sendiri untuk menentukan sikap, memilih perilaku tertentu berdasarkan pertimbangan atas kemungkinan-kemungkinan hasil dari tindakan tersebut, dan dapat menyelesaikan masalah-masalahnya sendiri tanpa perlu bergantung pada bantuan dari orang lain. Dengan kemandirian individu akan lebih mudah mengemban tanggung jawab dan melakukan sesuatu sendiri tanpa melibatkan bantuan orang lain, maka penting untuk menanamkan karakter kemandirian kepada anak sejak dini.

Berdasarkan pendapat yang diuraikan di atas, maka kemandirian dapat disimpulkan sebagai kemampuan individu untuk berkehendak mengarahkan dan mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya sendiri secara bebas atas inisiatifnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain untuk membuat suatu keputusan.

2. Aspek-aspek Kemandirian

Menurut Steinberg (2017:237) kemandirian pada dasarnya adalah kemampuan individu untuk bertindak seorang diri. Kemandirian adalah bagian dari pencapaian otonomi para remaja. Ada tiga aspek kemandirian pada remaja, yaitu:

- a. Kemandirian emosional (*emotional autonomy*) yaitu aspek ini melibatkan perubahan dalam kedekatan hubungan emosional antar individu terutama dengan orang tua. Individu yang mandiri secara emosional tidak lagi terlalu bergantung secara emosional pada orang tua, meski tetap menerima pengaruh dari mereka. Mereka mempunyai keinginan untuk mandiri dan dapat mengendalikan emosi mereka di hadapan orang tua.
- b. Kemandirian tingkah laku (*behavioral autonomy*) yaitu kemampuan individu membuat keputusan tanpa melibatkan orang lain dan

melakukannya dengan tanggung jawab. Kemandirian tingkah laku mencakup perubahan dalam kemampuan membuat keputusan dan pilihan, perubahan dalam tingkat penerimaan pengaruh orang lain, dan perubahan dalam rasa percaya diri terhadap diri sendiri (*self-resilience*).

- c. Kemandirian nilai (*value autonomy*) yaitu kemampuan individu dalam menginternalisasi prinsip-prinsip tentang benar dan salah, serta memahami apa yang dianggap penting atau tidak penting dalam hidup mereka.

Sementara menurut Masrun, dkk (dalam Bashori, 1996:19-20) kemandirian terdiri dari lima aspek utama, di antaranya:

- a. Bebas, yaitu tindakan yang dikerjakan bukan karena pengaruh atau paksaan orang lain melainkan atas kehendaknya sendiri dan tidak bergantung pada orang lain.
- b. Progresif dan ulet, yaitu segala usaha yang dilakukan dengan penuh ketekunan dalam merencanakan dan mewujudkan atau mencapai sebuah prestasi yang diharapkan dengan tidak mudah putus asa pada rintangan yang menghambat terwujudnya harapan tersebut.
- c. Inisiatif, yaitu kemampuan untuk berpikir dan bertindak secara orisinal, kreatif, dan penuh inisiatif.
- d. Pengendalian dari dalam, yaitu terdapat perasaan mampu mengatasi masalah yang dihadapi, adanya kemauan untuk mengendalikan tindakan, dan kemampuan mempengaruhi lingkungan atas usahanya sendiri.
- e. Kemantapan diri, yaitu adanya rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki, mampu menerima dirinya sendiri, memahami kelemahan dan kelebihan diri dan mendapatkan kepuasan dari usaha-usaha yang telah dilakukan.

Selanjutnya, Afiatin (1993:8-9) mengemukakan bahwa terdapat delapan aspek kemandirian, yaitu:

- a. Dapat mengerjakan tugas rutin
- b. Dapat mengatasi masalah
- c. Mempunyai inisiatif

- d. Memiliki rasa percaya diri
- e. Mengarahkan perilakunya menuju kesempurnaan
- f. Mendapatkan kepuasan dari usahanya
- g. Mempunyai kontrol diri yakni dapat mengendalikan perilakunya
- h. Mempunyai sifat eksploratif

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas mengenai aspek-aspek kemandirian dari pada ahli, peneliti akan menggunakan aspek-aspek kemandirian menurut Steinberg (2017:237) yaitu kemandirian emosional, kemandirian tingkah laku, dan kemandirian nilai.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kemandirian

Kemandirian dapat terbentuk dan berkembang melalui berbagai faktor, sehingga tingkat kemandirian individu dapat bervariasi. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian individu menurut Ali dan Asrori (2011:118-119) di antaranya adalah:

- a. Gen atau keturunan orang tua

Orang tua yang mempunyai tingkat kemandirian tinggi biasanya menurunkan sifat kemandirian tersebut pada anaknya. Akan tetapi, faktor keturunan ini masih menjadi perdebatan karena terdapat pendapat lain menyatakan bahwa kemandirian itu bukan berasal dari orang tuanya melainkan terbentuk dari cara orang tua mendidiknya. Secara tidak langsung orang tua dengan tingkat kemandirian yang tinggi cenderung mengajarkan anak-anaknya untuk menjadi mandiri juga.

- b. Pola asuh orang tua

Pendekatan orang tua dalam mendidik anak berpengaruh terhadap perkembangan kemandirian anak. Orang tua yang sering menggunakan larangan tanpa penjelasan yang mudah dimengerti oleh anak dapat menghambat kemajuan kemandirian anak. Sementara itu, kemandirian anak akan lebih mudah dikembangkan. ketika orang tua mampu menciptakan suasana yang aman dan menyenangkan dalam interaksi keluarga. Selain itu, perkembangan kemandirian anak juga dapat dipengaruhi oleh sikap orang tua yang cenderung membanding-

bandingkan anak satu dengan anak lainnya.

c. Sistem Pendidikan di sekolah

Proses pendidikan di sekolah yang kurang mendorong demokratisasi pendidikan dan lebih cenderung ke arah indoktrinasi tanpa memberikan penjelasan yang mudah dimengerti dapat menghambat perkembangan remaja. Selain itu, pendekatan pendidikan yang lebih menekankan pemberian sanksi atau hukuman juga dapat menghambat perkembangan kemandirian pada remaja. Namun, jika pendekatan pendidikan lebih menekankan pemberian penghargaan terhadap potensi anak, memberikan hadiah, dan menyediakan lingkungan belajar yang kompetitif, hal ini dapat mendorong terbentuknya perkembangan kemandirian pada anak.

d. Sistem kehidupan di masyarakat

Sistem kehidupan sosial masyarakat yang lebih mementingkan hierarki sosial, menciptakan rasa kurang aman, dan kurang menghargai ekspresi potensi anak, terutama pada masa remaja dalam berbagai kegiatan tentu dapat menghalangi kemajuan kemandirian mereka. Sebaliknya, lingkungan masyarakat yang aman, menghargai berbagai bentuk ekspresi potensi anak dalam kegiatan, dan tidak terlalu menekankan hierarki akan merangsang terbentuknya kemandirian pada remaja.

Sementara itu, menurut Santrock (2002) ada sejumlah faktor yang dapat memengaruhi dan membentuk kemandirian pada anak, yaitu:

- a. Lingkungan. Lingkungan keluarga dan masyarakat dapat memengaruhi pembentukan kepribadian anak termasuk membentuk kemandirian.
- b. Pola asuh. Keberadaan orang tua dan cara orang tua mendidik anak berpengaruh dalam mengembangkan nilai-nilai kemandirian pada anak.
- c. Pendidikan. Pendidikan turut memberikan kontribusi dalam perkembangan kemandirian pada anak melalui dua aspek yaitu:
 - 1) Interaksi sosial. Interaksi sosial membantu dan mengajarkan anak untuk menyesuaikan diri dan bertanggung jawab atas tindakannya,

sehingga anak diharapkan mampu mengatasi masalah yang dihadapi.

- 2) Intelegensi. Intelegensi berperan dalam membentuk sikap, pengambilan keputusan, penyelesaian masalah, dan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Dengan peningkatan kapasitas intelegensi, seorang anak lebih mampu menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dan menjadi lebih mandiri dalam proses pengambilan keputusan.

Berdasarkan pemaparan faktor-faktor kemandirian oleh para ahli di atas, peneliti akan menggunakan faktor-faktor kemandirian menurut Ali dan Asrori (2011:118-119) yaitu gen keturunan yang diperoleh dari orang tua, pola asuh, pendidikan, lingkungan, dan masyarakat.

4. Kemandirian dalam Perspektif Islam

Salah satu pendidikan akhlak yang diajarkan dalam Islam yaitu kemandirian. Kemandirian yaitu kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhannya sendiri secara individu tanpa harus bergantung pada orang lain. Individu yang mandiri ditandai oleh inisiatif untuk mengambil keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas tindakannya sendiri. Islam mengajarkan kemandirian agar manusia tidak selalu bergantung dengan orang lain. Dengan kemandirian, individu tidak lagi mengandalkan orang lain dalam setiap urusannya, tetapi mereka bersedia bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri. Dalam Q.S Al-Ra'd ayat 11 Allah telah membahas isyarat mengenai perintah untuk memiliki sikap mandiri.

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ

حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ

مِنْ وَّالٍ ﴿١١﴾

Artinya: “Ada baginya pengikut-pengikut yang bergiliran, di hadapannya dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.” (QS. Ar-Rad: 11)

Dari ayat di atas dijelaskan dalam tafsir Al-Mishbah yang ditulis oleh Shihab (2012:565-572) Allah menyatakan bahwa manusia memiliki peran aktif dalam menentukan nasibnya sendiri. Allah memberikan manusia kemampuan berpikir dan bertindak untuk mengubah keadaan mereka sendiri. Namun, Allah juga menegaskan bahwa tidak akan ada perubahan kebaikan atau keburukan dalam kehidupan individu kecuali jika individu tersebut berusaha untuk mengubah keadaan dirinya sendiri dan mengikuti petunjuk-Nya. Maka dari itu, setiap individu diharapkan menanamkan kemandirian dalam dirinya. Kemandirian terlihat dari kemauan individu untuk secara aktif menentukan nasibnya sendiri, melibatkan tidak hanya kemampuan berpikirnya, tetapi juga tindakan dan usaha nyata. Hal ini sejalan dengan salah satu aspek kemandirian menurut Steinberg (2002) yakni kemandirian tingkah laku.

Kemandirian dalam Islam juga berkaitan dengan kemampuan individu untuk mempertanggungjawabkan perilaku dan perbuatannya di hadapan Allah (Ahmad, 2016:59). Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Muddassir ayat 38:

كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِيْنَةٌ ﴿٣٨﴾

Artinya: “*Setiap orang bertanggung jawab atas apa yang telah ia lakukan. (QS. Al-Muddassir:38)*”

Berdasarkan tafsir Al-Mishbah yang ditulis oleh Shihab (2012:606) ayat tersebut memberitahu manusia bahwa setiap manusia bertanggung jawab atas amal perbuatannya. Setiap individu seakan-akan berhutang kepada Allah dan harus membayar kembali hutangnya kepada-Nya. Setiap individu harus melunasi kewajibannya dengan melakukan perbuatan baik untuk membebaskan dirinya. Setiap individu dituntut untuk memiliki rasa tanggung jawab atas apa yang telah dikerjakan. Manusia diberikan kebebasan untuk membuat pilihan dan bertindak sesuai dengan kehendak mereka sendiri. Namun, bersamaan dengan kebebasan tersebut, setiap individu juga memiliki tanggung jawab untuk mandiri dan menanggung konsekuensi dari tindakan dan keputusan yang mereka pilih.

D. Pengaruh antara Kecerdasan Emosional dan Kemandirian Terhadap *Self-Regulated Learning*

Perubahan paradigma pembelajaran dari fokus pada pendidik ke arah fokus pada peserta didik merupakan tanggapan terhadap kemajuan dalam ilmu pengetahuan dan teknologi (Sutikno, 2016:19). Paradigma pembelajaran yang menempatkan peserta didik sebagai pusatnya menekankan partisipasi aktif mereka dalam proses pembelajaran. Maka strategi yang tepat diperlukan untuk memastikan bahwa pembelajaran berlangsung efektif dan memiliki makna bagi peserta didik. Dalam konteks ini, *self-regulated learning* diperlukan untuk membantu peserta didik mengarahkan, mengatur, dan memonitor proses belajar mereka sendiri. *Self-regulated learning* membantu peserta didik mengatasi berbagai tuntutan pembelajaran (Rachmah, 2015:62). Ketidakmampuan siswa dalam meregulasi diri dalam belajar dapat menghambat siswa mencapai prestasi akademik yang optimal meskipun siswa tersebut memiliki kemampuan akademik tinggi (Sari & Satwika, 2018:5). Oleh karena itu, setiap peserta didik dan pendidik diharapkan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* supaya dapat mengembangkan dan meningkatkan keterampilan *self-regulated learning* secara efektif. Zimmerman (1989:332-336) menyatakan bahwa *self-regulated learning* dipengaruhi oleh tiga faktor yang saling berhubungan, yaitu individu, perilaku, dan lingkungan.

Kecerdasan emosional dan kemandirian merupakan dua faktor yang berperan terhadap *self-regulated learning*. Berdasarkan hasil penelitian Endriati (2017:75) menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dengan *self-regulated learning*. Artinya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional maka semakin tinggi tingkat *self-regulated learning*. Selain itu, menurut hasil penelitian Diana (2023:66) kecerdasan emosional memiliki pengaruh terhadap *self-regulated learning* siswa. Sementara itu, menurut penelitian Sari (2018) terdapat hubungan antara kemandirian dengan *self-regulated learning*. Hasil penelitian tersebut selaras dengan hasil penelitian Shaliha dan Sawitri (2018) bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kemandirian dengan *self-regulated learning*.

Kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali dan mengelola emosi sendiri serta orang lain, beradaptasi dengan situasi berbeda, menguasai atau mengendalikan perasaan sendiri atau orang lain pada keadaan tertentu, serta mengatur reaksi dan perilakunya sendiri sesuai dengan konteks yang dihadapi (Andriani, 2014:89). Dengan kecerdasan emosi yang baik, siswa dapat mengatasi masalahnya dan menghindari stres yang timbul karena tuntutan akademik (Sofyanti & Prihastuti, 2017:25). Menurut Goleman (2015:56-57) terdapat lima aspek dalam kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain.

Aspek pertama dalam kecerdasan emosional menurut Goleman (2015:56) adalah aspek mengenali emosi diri. Mengenali emosi diri adalah kemampuan individu menyadari dan mengenali perasaan yang muncul pada saat tertentu. Dengan mengenali emosinya sendiri, individu dapat memahami alasan di balik munculnya perasaan tersebut dan bagaimana perasaan tersebut mempengaruhi tindakan. Aspek ini berkaitan dengan faktor individu dalam *self-regulated learning* berupa kondisi afektif atau aspek emosional yang dimiliki individu. Kondisi emosi yang dirasakan oleh siswa dapat mempengaruhi cara mereka merespons situasi yang terjadi selama pembelajaran. Kesadaran individu terhadap emosi yang dirasakan dapat mempengaruhi tingkat *self-regulated learning*. Hal ini didukung oleh pendapat Iman (2022:104) bahwa kesadaran diri pada tingkat kognitif dan emosional menjadi bagian dari proses pengembangan strategi regulasi diri.

Aspek mengenali emosi diri juga memiliki keterkaitan dengan faktor perilaku dari *self-regulated learning*. Kemampuan mengenali emosi diri merupakan bagian dari cara individu mengamati kondisi emosionalnya sendiri. Dengan mengamati kondisi emosional mereka sendiri, individu dapat memantau dan menilai bagaimana emosi tersebut mempengaruhi perilaku dan performa belajar mereka. Misalnya, seorang siswa yang memperhatikan perasaannya mungkin menyadari bahwa mereka merasa cemas saat mempersiapkan ujian. Siswa dapat memperkirakan bahwa kecemasan dapat

membuat mereka sulit berkonsentrasi dan memahami pelajaran. Dengan demikian, kemampuan mengenali emosi diri memungkinkan siswa untuk mengambil tindakan yang diperlukan untuk mengelola emosi tersebut agar tidak menghambat proses pembelajaran.

Aspek kedua dari kecerdasan emosional menurut Goleman (2015:56) adalah aspek mengelola emosi. Aspek ini merujuk pada kemampuan individu menangani emosi yang dirasakan. Mengelola emosi sendiri selama proses belajar sangat berguna dalam konteks penilaian diri sebagai faktor perilaku dari *self-regulated learning*. Penilaian diri memungkinkan individu untuk mengevaluasi bagaimana mereka mengatasi dan mengelola emosi mereka selama pembelajaran. Sementara itu, kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik juga mempengaruhi reaksi diri individu selama proses pembelajaran. Reaksi diri mencakup tindakan atau respons yang diambil individu terhadap pengamatan dan penilaian mereka terhadap diri sendiri. Mengelola emosi dapat membantu siswa melawan perasaan negatif yang dirasakan dan menjaga emosi agar tetap stabil di berbagai situasi sehingga mereka dapat lebih mudah mengatasi kesulitan belajar dan menyelesaikan tugas-tugas akademik. Umumnya siswa yang mampu mengidentifikasi dan mengelola emosi mereka secara efektif memungkinkan mereka memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang baik. Sebagaimana yang disampaikan oleh Winne (dalam Santrock, 2007:296) mengungkapkan bahwa kesadaran terhadap kondisi emosi dan memiliki strategi untuk mengelola emosinya sendiri merupakan bagian dari karakteristik *self-regulated learning*.

Aspek ketiga dari kecerdasan emosional menurut Goleman (2015:56) adalah aspek memotivasi diri sendiri. Memotivasi diri sendiri adalah kemampuan individu untuk menghasilkan dorongan internal yang kuat untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Aspek motivasi ini berkaitan dengan faktor *self-regulated learning* yaitu perilaku dan lingkungan. Motivasi yang tinggi mempengaruhi bagaimana siswa menerapkan strategi pembelajaran yang efektif. Siswa memiliki inisiatif untuk mencari dan memanfaatkan sumber daya pembelajaran untuk mengatasi hambatan yang mungkin muncul dalam proses

pembelajaran. Selain itu, motivasi juga memengaruhi cara individu memilih dan mengatur lingkungan belajar mereka di mana mereka berusaha mencari tempat yang dapat memberikan dukungan dan sumber daya yang dibutuhkan agar berhasil mencapai tujuan belajar. Misalnya, siswa memilih tempat yang tenang dan bebas gangguan di mana mereka dapat menjaga fokus saat belajar maupun menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Aspek keempat dari kecerdasan emosional menurut Goleman (2015:56-57) adalah aspek mengenali emosi orang lain atau empati. Aspek mengenali emosi orang lain merujuk pada kemampuan untuk membaca dan memahami ekspresi emosional orang lain. Aspek ini berkaitan dengan faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* yaitu faktor perilaku. Kemampuan ini memungkinkan seorang siswa untuk lebih peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, sehingga mereka dapat menyesuaikan perilaku dan respons mereka sesuai dengan situasi belajar yang dihadapi. Selanjutnya, aspek kelima dari kecerdasan emosional menurut Goleman (2015:57) adalah aspek membina hubungan. Dalam konteks lingkungan belajar, kemampuan ini membantu siswa menciptakan atmosfer yang kondusif di mana mereka mampu mengelola emosi mereka dengan baik saat berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan membina hubungan ini penting karena memungkinkan siswa untuk memperoleh dukungan dari lingkungannya ketika mereka menghadapi kesulitan belajar. Mereka dapat mencari bantuan atau dukungan dari lingkungan sekitarnya saat merasa kesulitan menyelesaikan tugas-tugas akademiknya sendiri.

Selain kecerdasan emosional, *self-regulated learning* juga dapat dipengaruhi oleh kemandirian. Kemandirian berperan penting dalam *self-regulated learning*. Kemandirian yaitu kemampuan individu untuk mengarahkan diri sendiri, membuat keputusan, bertanggung jawab atas tindakan yang diambil, mengatasi masalah, dan mencapai tujuan tanpa tergantung pada orang lain. Kemandirian siswa tercermin dalam kemampuannya untuk mengambil keputusan secara mandiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Siswa yang memiliki tingkat kemandirian yang tinggi cenderung lebih mampu mengatasi hambatan atau tantangan yang muncul

selama pembelajaran, tetap fokus pada tujuan mereka, dan mengambil langkah-langkah proaktif untuk mencapai kesuksesan akademik. Menurut Steinberg (2002:290) kemandirian terdiri dari tiga aspek yaitu kemandirian emosional, kemandirian tingkah laku, dan kemandirian nilai.

Aspek pertama dari kemandirian menurut Steinberg (2002:290) adalah kemandirian emosional. Aspek kemandirian emosional merujuk pada perubahan hubungan remaja dengan orang tua. Ketika memasuki usia remaja individu mulai melepaskan ketergantungan pada dukungan emosional orang lain, terutama orang tua, dalam mengelola kehidupan mereka. Individu yang telah mencapai kemandirian emosional tidak lagi melihat orang tua sebagai figur yang sempurna, tetapi sebagai individu yang sama seperti orang lain pada umumnya yang tidak selalu tahu, benar, dan memiliki kekuasaan sehingga individu tidak bergantung lagi dengan dukungan emosional dari orang tuanya saat membuat keputusan (Anggraini & Alam, 2016:4). Individu mampu mengambil keputusan secara mandiri dalam menyelesaikan masalahnya tanpa mengandalkan peran orang tua serta siap bertanggung jawab atas keputusan yang diambil (Ramadhan & Saripah, 2017:153).

Dalam konteks pembelajaran, kemandirian emosional memberikan siswa kesempatan untuk mengembangkan kemandirian dalam proses belajar. Aspek ini berkaitan dengan salah satu faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* yaitu faktor individu. Siswa yang mandiri secara emosional mampu mengambil keputusan dan mengatasi tantangan belajar tanpa mengandalkan bantuan orang lain terutama orang tua. Mereka mampu bertanggung jawab atas keputusan yang diambil. Siswa berusaha menghadapi masalah atau menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan menggunakan pengetahuan dan keterampilan kognitif yang dimiliki. Selain itu, kemandirian emosional memungkinkan siswa mengatur perasaan-perasaan negatif yang muncul saat proses belajar, sehingga mereka tetap bisa fokus dan tenang saat menghadapi kesulitan dalam pembelajaran.

Aspek kedua dari kemandirian menurut Steinberg (2002:290) adalah kemandirian tingkah laku. Kemandirian tingkah laku merujuk pada kemampuan

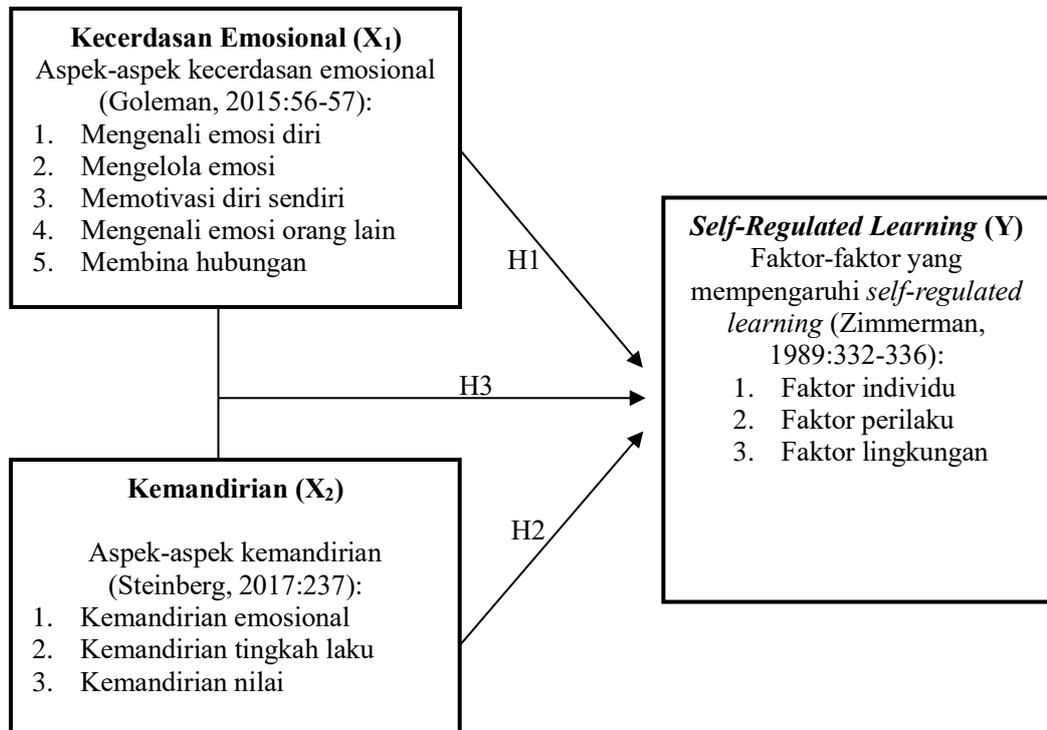
individu dalam menentukan pilihan dan mengambil keputusan, tidak mudah terpengaruh pihak lain, serta perubahan dalam rasa percaya diri. Aspek ini berkaitan dengan salah satu faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* yaitu perilaku dan individu. Dalam konteks pembelajaran, kemandirian tingkah laku memberikan siswa kesempatan untuk mengembangkan kemampuan bertindak inisiatif dalam proses pembelajaran mereka. Siswa memiliki kebebasan dan tanggung jawab untuk menentukan pilihan atau mengambil keputusan dalam belajar tanpa harus selalu menunggu arahan dari orang lain. Dalam proses pengambilan keputusan, siswa mempertimbangkan berbagai faktor dan menyadari konsekuensi dari keputusan yang mereka buat. Dengan menilai risiko dan konsekuensi sebelum bertindak, siswa dapat mengambil langkah-langkah yang lebih efektif untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka. Kemampuan siswa untuk mengambil keputusan merupakan bagian penting dari proses metakognitif yang mempengaruhi terbentuknya *self-regulated learning*.

Aspek ketiga dari kemandirian menurut Steinberg (2002:290) adalah kemandirian nilai. Pada aspek kemandirian nilai, individu memiliki kemampuan untuk membedakan benar dan salah, kemampuan bertindak sesuai prinsip-prinsip dan nilai-nilai yang mereka yakini. Aspek ini berkaitan dengan salah satu faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* yaitu lingkungan. Kemandirian nilai memungkinkan individu untuk tetap teguh pada nilai-nilai mereka sendiri, bahkan ketika lingkungan sosial mendorong mereka untuk mengubah atau mengabaikan nilai-nilai tersebut. Individu dengan kemandirian nilai yang kuat akan lebih mampu memilih lingkungan yang sesuai dengan nilai-nilai mereka, atau bahkan mampu mempengaruhi lingkungan mereka sendiri untuk lebih sejalan dengan nilai-nilai yang mereka yakini. Dalam konteks pembelajaran, individu akan memilih lingkungan yang mendukung nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang mereka yakini. Lingkungan pembelajaran yang sesuai dengan nilai-nilai individu akan memberikan dukungan dan dorongan tambahan untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka.

Berdasarkan uraian kerangka berpikir di atas, maka pengaruh

kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* siswa SMP Negeri 2 Siwalan dapat dijelaskan melalui gambar berikut:

Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Kemandirian Terhadap *Self-Regulated Learning* Pada Siswa SMP Negeri 2 Siwalan



E. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2021:99). Berdasarkan permasalahan dan tinjauan teori yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H1: Terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
- H2: Terdapat pengaruh kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.
- H3: Terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian dengan menerapkan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian yang menggunakan data numerik berupa bentuk angka dan melibatkan statistik untuk analisis data (Sugiyono, 2021:16). Azwar (2013:5) juga mengatakan bahwa penelitian kuantitatif menitikberatkan analisisnya menggunakan data berbasis numerik yang selanjutnya diolah menggunakan metode statistik. Melalui metode penelitian kuantitatif, peneliti dapat membuat suatu generalisasi berdasarkan analisis statistik terhadap data numerik yang terkumpul sehingga memperoleh suatu pemahaman atau informasi yang lebih rinci mengenai fenomena yang diteliti.

Pendekatan penelitian ini termasuk dalam kategori asosiatif berupa penelitian kausalitas atau terdapat hubungan yang bersifat sebab-akibat. Pendekatan kausalitas bertujuan untuk menyelidiki dan memahami hubungan sebab dan akibat antara variabel independen dan variabel dependen (Sugiyono, 2021:66). Hubungan sebab akibat dari penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2021:68) variabel penelitian merupakan suatu atribut atau objek yang memiliki variasi tertentu yang dipilih dan ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji dengan tujuan mendapat informasi tentang hal tersebut guna diambil kesimpulan. Sebelum melakukan penelitian kuantitatif, seorang peneliti perlu mengidentifikasi variabel penelitiannya. Penelitian ini melibatkan tiga variabel yang terdiri dari satu variabel dependen dan dua variabel independen, yaitu:

a. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen atau dikenal juga sebagai variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi oleh atau menjadi hasil dari adanya variabel independen (Sugiyono, 2021:69). Variabel dependen yang dipilih dalam penelitian ini ialah *self-regulated learning* (Y).

b. Variabel Independen (X)

Variabel independen atau dikenal juga sebagai variabel bebas adalah variabel yang memberikan pengaruh atau menjadi penyebab dari perubahan atau munculnya variabel dependen (Sugiyono, 2021:69). Variabel independen yang dipilih dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional (X1) dan kemandirian (X2).

2. Definisi Operasional

a. *Self-regulated learning*

Self-regulated learning adalah proses di mana siswa berusaha aktif mengatur dan memantau diri dalam proses pembelajaran melalui penggunaan strategi tertentu guna mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Variabel *self-regulated learning* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala *self-regulated learning* berdasarkan pada aspek-aspek *self-regulated learning* meliputi regulasi kognisi, regulasi motivasi dan afeksi, regulasi perilaku, dan regulasi konteks. Semakin tinggi skor skala *self-regulated learning* yang diperoleh subjek maka akan semakin tinggi pula tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Sebaliknya, apabila semakin rendah skor skala *self-regulated learning* yang diperoleh subjek maka akan semakin rendah pula tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

b. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu mengenali, mengidentifikasi, dan merasakan emosinya sendiri atau orang lain sehingga individu mampu memahami dan mengelola emosinya sendiri atau orang lain, serta memanfaatkan informasi emosi tersebut untuk

berpikir dan bertindak guna mencapai tujuan yang diinginkan. Variabel kecerdasan emosional dalam penelitian ini diukur menggunakan skala kecerdasan emosional berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosional meliputi mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Semakin tinggi skor skala kecerdasan emosional yang diperoleh subjek maka akan semakin tinggi pula tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Sebaliknya, apabila semakin rendah skor skala kecerdasan emosional yang diperoleh subjek maka akan semakin rendah pula tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

c. Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan individu untuk berkehendak mengarahkan dan mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya sendiri secara bebas atas inisiatifnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain untuk membuat suatu keputusan. Variabel kemandirian dalam penelitian ini diukur menggunakan skala kemandirian berdasarkan aspek-aspek kemandirian meliputi kemandirian emosional, kemandirian tingkah laku, kemandirian nilai. Semakin tinggi skor skala kemandirian yang diperoleh subjek maka akan semakin tinggi pula tingkat kemandirian yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Sebaliknya, apabila semakin rendah skor skala kemandirian yang diperoleh subjek maka akan semakin rendah pula tingkat kemandirian yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat pelaksanaan penelitian ini berlokasi di SMP Negeri 2 Siwalan yang berada di Jalan Kalikangkung, Yosorejo, Kec. Siwalan, Kab. Pekalongan, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2024.

D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Dalam penelitian kuantitatif, populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek dalam suatu wilayah generalisasi yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2021:126). Populasi penelitian ini yaitu siswa SMP Negeri 2 Siwalan yang berjumlah 341 siswa. Berikut rincian data siswa SMP Negeri 2 Siwalan:

Tabel 3. 1 Jumlah Siswa SMP Negeri 2 Siwalan Tahun Ajaran 2023/2024

Kelas	Jumlah Siswa
VII A	32
VII B	24
VII C	23
VII D	24
VIII A	32
VIII B	32
VIII C	32
VIII D	19
IX A	31
IX B	32
IX C	32
IX D	28
Total	341

2. Sampel

Penelitian pada populasi besar tidak mungkin dilakukan dengan mengkaji semua anggota dalam suatu populasi karena hal tersebut tidak efisien, sehingga pengambilan sampel diperlukan agar dapat merepresentasikan populasi tersebut secara keseluruhan. Sugiyono (2021:127) mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan sifat-sifat yang dimiliki oleh suatu populasi. Peneliti menggunakan sampel untuk

dipelajari dan kesimpulan yang diperoleh dapat digeneralisasi atau diberlakukan pada populasi tersebut, sehingga sampel yang dipilih dari populasi harus bersifat representatif (mewakili).

Menurut Sugiyono (2021:137) apabila jumlah populasi telah diketahui, maka penentuan sampel dapat menggunakan rumus Isaac dan Michael. Peneliti menggunakan tabel Isaac dan Michael untuk menghitung jumlah sampel dari populasi penelitian ini. Berikut tabel 3.2 yang digunakan sebagai pedoman dalam menetapkan jumlah sampel:

Tabel 3. 2 Penentuan Jumlah Sampel Isaac dan Michael

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	155	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
75	67	62	59	550	301	213	182	30000	649	344	268
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1100	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1200	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1300	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1400	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1500	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1600	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1700	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1800	485	292	235	750000	663	348	270
230	171	139	125	1900	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	2000	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2200	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2400	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	663	348	271
								∞	664	349	272

Keterangan:

N = Populasi

S = Sampel

Berdasarkan tabel Isaac dan Michael, peneliti mengambil jumlah sampel dengan taraf kesalahan 5% untuk memperoleh hasil sampel dengan tingkat kepercayaan 95% terhadap populasi. Berdasarkan perhitungan tabel di atas, apabila jumlah populasi sebanyak 341 orang siswa, maka jumlah

subjek sebagai sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini berjumlah 177 siswa.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling merupakan langkah dalam penentuan sampel dari suatu populasi yang akan dijadikan sampel dalam penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan pengambilan sampel dengan menerapkan teknik *probability sampling*. *Probability sampling* yaitu teknik yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dipilih sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2021:129). Salah satu teknik *probability sampling* adalah *cluster random sampling*. Teknik ini dilakukan dengan cara melakukan pengacakan terhadap kelompok bukan terhadap subjek penelitian secara individual (Azwar, 2017:123).

Berdasarkan populasi penelitian yakni siswa di sekolah menengah pertama yang terdiri dari tiga jenjang kelas yang masing-masing terbagi dalam beberapa kelas, maka pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik *cluster random sampling*. Melalui teknik ini, beberapa kelas dipilih secara acak untuk dijadikan sampel, tanpa mempertimbangkan karakteristik individu anggota populasi agar hasil yang diperoleh mampu mewakili keadaan sebenarnya di lapangan.

Adapun tahapan dalam menentukan sampel yang akan diambil menggunakan teknik *cluster random sampling* sebagai berikut:

- a. Menetapkan populasi penelitian. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VII, VIII, dan IX di SMP Negeri 2 Siwalan yang berjumlah 341 orang siswa.
- b. Mengidentifikasi kluster atau kelompok yang akan diteliti. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 12 kelompok kelas yakni kelas VII A – VII D, kelas VIII A – VIII D, dan kelas IX A – IX D.
- c. Menetapkan jumlah sampel. Berdasarkan tabel Isaac dan Michael (1995), diperoleh jumlah sampel sebanyak 177 orang siswa untuk memenuhi tingkat error sebesar 5%.
- d. Menetapkan jumlah kluster atau kelompok kelas. Dari 177 sampel maka

diperoleh 6 kelas yang akan digunakan sebagai sampel.

- e. Menentukan kelompok kelas yang akan dijadikan sebagai sampel cluster menggunakan web spinner. Semua kelas dimasukkan ke dalam web spinner dan akan diacak untuk mengetahui kelas mana yang akan digunakan sebagai sampel *cluster*. Dari hasil pengacakan diperoleh 6 kelas sebagai cluster yaitu kelas VII A, VII D, VIII B, VIII C, IX A, dan IX B dengan jumlah seluruh siswa sebanyak 183 siswa.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara peneliti memperoleh data yang dibutuhkan dalam suatu penelitian. Instrumen penelitian dibutuhkan dalam penelitian kuantitatif untuk mengumpulkan data penelitian yang dibutuhkan. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala merupakan alat ukur untuk mengungkap perilaku dan proses mental yang bersifat nonkognitif (Periantalo, 2015:192). Skala berfungsi untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terkait suatu fenomena sosial (Sugiyono, 2021:146). Skala disajikan dalam bentuk pernyataan tertulis yang perlu dijawab oleh subjek.

Penelitian ini terdiri dari tiga skala meliputi skala *self-regulated learning*, skala kecerdasan emosi, dan skala kemandirian. Masing-masing variabel yang akan diukur diuraikan menjadi indikator variabel, lalu indikator tersebut digunakan peneliti sebagai pedoman untuk merumuskan butir-butir pernyataan (Sugiyono, 2021:146). Jenis pernyataan dalam skala ada dua jenis yakni pernyataan yang mendukung adanya atribut psikologis pada diri individu (*favorable*) dan pernyataan tidak mendukung adanya atribut psikologis (*unfavorable*). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan model skala penelitian genap yakni skala yang dibuat tidak menampilkan pilihan jawaban tengah atau netral. Pilihan tengah tidak dimunculkan karena dikhawatirkan sampel akan cenderung memilih jawaban pada kategori tengah ketika sampel penelitian mengalami kebingungan pada saat menentukan jawaban (Azwar, 2020:46-47; Saifuddin, 2020:74). Apabila hal ini terjadi maka jawaban yang muncul tidak menggambarkan kondisi sebenarnya yang dialami sampel penelitian dan hasil

yang didapatkan menjadi tidak bervariasi. Skala ini terdiri dari empat alternatif jawaban dengan rentang skor 1-4 di mana masing-masing aitem terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Adapun rincian kategori jawaban sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian Skala

Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Dalam penelitian ini, terdapat tiga skala yang digunakan oleh peneliti yang dibuat berdasarkan aspek-aspek dari setiap variabel dan indikator dari setiap aspek yang telah dibuat oleh peneliti untuk masing-masing variabel, yaitu:

1. Skala *Self-Regulated Learning*

Skala *self-regulated learning* disusun berdasarkan aspek-aspek *self-regulated learning* yang diungkapkan oleh Pintrich (2004:392-400) yaitu regulasi kognisi, regulasi motivasi dan afeksi, regulasi perilaku, dan regulasi konteks. Jumlah aitem pada skala ini adalah 32 item yang terdiri dari 16 aitem *favorable* dan 16 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. 4 Blue Print Skala *Self-Regulated Learning* Sebelum Uji Coba

Aspek	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	Jumlah
Regulasi kognisi	8, 16, 24, 32	4, 12, 20, 28	8
Regulasi motivasi dan afektif	7, 15, 23, 31	3, 11, 19, 27	8
Regulasi perilaku	6, 14, 22, 30	2, 10, 18, 26	8
Regulasi konteks	5, 13, 21, 29	1, 9, 17, 25	8
Total	16	16	32

2. Skala Kecerdasan Emosional

Skala kecerdasan emosi dibuat mengacu pada aspek-aspek kecerdasan emosi yang diungkapkan oleh Goleman (2015:5-57) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Jumlah aitem pada skala ini

adalah 40 item yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. 5 Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Sebelum Uji Coba

Aspek	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	Jumlah
Mengenali emosi diri	10, 20, 30, 40	5, 15, 25, 35	8
Mengelola emosi	9, 19, 29, 39	4, 14, 24, 34	8
Memotivasi diri sendiri	8, 18, 28, 38	3, 13, 23, 33	8
Mengenali emosi orang lain	7, 17, 27, 37	2, 12, 22, 32	8
Membangun hubungan	6, 16, 26, 36	1, 11, 21, 31	8
Total	20	20	40

3. Skala Kemandirian

Skala kemandirian dibuat mengacu pada aspek-aspek kemandirian yang diungkapkan oleh Steinberg (2017:238) yaitu kemandirian emosional, kemandirian tingkah laku, dan kemandirian nilai. Jumlah aitem pada skala ini adalah 24 item yang terdiri dari 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. 6 Blue Print Skala Kemandirian Sebelum Uji Coba

Aspek	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	Jumlah
Kemandirian emosional	6, 12, 18, 24	3, 9, 15, 21	8
Kemandirian tingkah laku	5, 11, 17, 23	2, 8, 14, 20	8
Kemandirian nilai	4, 16, 10, 22	1, 7, 13, 19	8
Total	12	12	24

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Sebelum digunakan sebagai instrumen untuk mengumpulkan data penelitian, sebuah instrumen penelitian harus melewati serangkaian pengujian validitas dan reliabilitas. Sebuah instrumen dianggap berkualitas atau layak untuk dijadikan alat ukur penelitian jika instrumen tersebut memenuhi standar validitas dan reliabilitas.

1. Validitas

Proses uji validitas dibutuhkan guna memastikan bahwa alat ukur atau skala yang digunakan dapat mengukur data dengan akurat sesuai dengan tujuan pengukurannya (Azwar, 2020:131). Validitas skala psikologi diperlukan sebagai syarat agar skor yang dihasilkan dapat dipercaya dan berkualitas (Saifuddin, 2020:157). Validitas skala psikologi berkaitan

dengan ketepatan suatu instrumen dalam mengukur atribut yang dikehendaki. Suatu skala psikologi dapat dinyatakan valid jika aitem-aitemnya mampu mengukur atribut yang hendak diukur (Saifuddin, 2020:128). Jika sebuah item pada alat ukur memiliki tingkat validitas tinggi maka item tersebut dianggap semakin baik, dan juga sebaliknya.

Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan validitas isi yang meliputi validitas tampak dan validitas logis. Validitas tampak berkaitan dengan kelayakan tampilan dari setiap aitem, sementara validitas logis merupakan analisis mendalam yang dilakukan untuk menilai sejauh mana kelayakan dari isi aitem. Bukti validitas tampak dapat dilihat dari penilaian terhadap format tampilan tes dan kesesuaian konteks aitem dengan tujuan pengukuran tes (Azwar, 2012:43). Validitas tampak dapat terpenuhi dengan membuat tampilan yang menarik pada saat menyajikan skala psikologi kepada sampel dengan tetap memperhatikan kenyamanan sampel dalam mengisi skala psikologi (Saifuddin, 2020:158). Secara lebih lengkap, penampilan tes yang dimaksud adalah desain yang dibuat menarik sesuai dengan karakteristik responden yang mana mencakup aspek-aspek visual seperti pemilihan *font* dan warna, pengaturan spasi dan tata letak, serta pemilihan kertas yang digunakan untuk mencetak alat tes (Periantalo, 2015:106). Selain itu, penggunaan bahasa dan penyajian instruksi yang sederhana dan jelas dan mudah dipahami juga merupakan bagian penting dari penampilan tes. Kriteria validitas tampak dikatakan bagus apabila subjek terdorong untuk mengerjakan alat ukur dengan sungguh-sungguh. Pengujian validitas tampak dapat dilakukan melalui penilaian secara kualitatif oleh *expert judgment* yakni dosen pembimbing skripsi.

Validitas isi digunakan untuk mengestimasi kelayakan atau kesesuaian aitem-aitem dalam skala psikologi dengan indikator keperilakuan dari atribut yang diukur (Azwar, 2021:97). Kelayakan tersebut diperoleh berdasarkan hasil penilaian (*judgement*) yang dilakukan oleh penilai yang kompeten di bidang psikologi (*expert judgment*). *Expert judgment* merupakan pemberian pendapat, evaluasi, dan rekomendasi

terhadap aitem-aitem yang telah dibuat oleh peneliti tentang relevansi konten dari setiap aitem dengan indikator keperilakuannya. *Expert judgment* dalam penyusunan penyusunan skala ini dilakukan oleh dosen pembimbing skripsi.

Setelah aitem-aitem skala yang dibuat oleh peneliti dikonsultasikan dengan *expert judgment*, selanjutnya peneliti melakukan uji coba alat ukur pada sekelompok individu di luar sampel penelitian, kemudian dilanjutkan dengan melakukan analisis aitem guna mengetahui kelayakan setiap aitem. Pengujian ini dilakukan dengan melihat nilai korelasi aitem dengan keseluruhan skor aitem (skor total). Sugiyono (2019: 181) menyampaikan apabila koefisien korelasi $\geq 0,3$ maka dinyatakan valid, apabila koefisien korelasi $\leq 0,3$ maka tidak valid.

2. Reliabilitas

Reliabilitas diartikan sebagai sejauh mana suatu proses pengukuran dapat dipercaya atau diandalkan (Saifuddin, 2020:191). Reliabilitas merujuk pada tingkat keterpercayaan atau konsistensi hasil alat ukur. Menurut Sugiyono (2021:176) alat ukur dikatakan reliabel ketika hasil pengukurannya tetap konsisten sama apabila dilaksanakan pengukuran berulang kali pada objek yang sama. Menurut Azwar (2020:111) reliabel memiliki arti bahwa alat ukur yang digunakan dapat menghasilkan skor cermat dengan *error* pengukuran yang kecil. *Error* pengukuran mengacu pada seberapa jauh inkonsistensi hasil pengukuran terjadi jika pengukuran dilakukan berulang di waktu yang berbeda terhadap sampel penelitian yang sama.

Pengukuran reliabilitas pada penelitian ini akan menggunakan rumus *Alfa Cronbach* dengan bantuan *software* SPSS versi 25 *for windows*. Hasil yang diperoleh dari penggunaan rumus *Alfa Cronbach* yaitu koefisien *cronbach's alpha* (α) yang berkisar antara 0 hingga 1,00 di mana semakin tinggi nilai koefisiennya mendekati angka 1,00 artinya semakin reliabel suatu aitem. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai koefisien *cronbach's alpha* (α) $\geq 0,60$, tetapi apabila hasil nilai koefisien *cronbach's*

$alpha (\alpha) \leq 0,60$ maka instrumen tersebut dinyatakan tidak reliabel.

G. Teknik Analisis Data

Pada penelitian kuantitatif, data yang telah dikumpulkan dari penelitian di lapangan selanjutnya diolah menggunakan statistik sehingga dapat ditarik kesimpulan menjadi suatu informasi yang mudah dipahami dan mampu menjawab pertanyaan masalah penelitian. Proses ini dinamakan analisis data yakni kegiatan yang melibatkan pengelompokan data sesuai dengan variabel dan jenis responden, mentabulasi data sesuai dengan variabel dari seluruh responden, penyajian data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk memperoleh jawaban dari rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2021:206). Terdapat dua teknik analisis data yang digunakan yakni uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti perlu melakukan uji asumsi data terlebih dahulu. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinearitas. Jika ketiga asumsi tersebut terpenuhi, maka analisis regresi ganda dapat digunakan untuk memprediksi hubungan antara ketiga variabel dalam penelitian (Fakhria & Setiowati, 2017:36).

1. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk melihat apakah data yang telah dikumpulkan terdistribusi normal atau tidak. Apabila data tersebut terdistribusi normal, maka dapat diasumsikan bahwa data tersebut mampu mewakili suatu populasi sehingga analisis dapat dilakukan menggunakan statistik parametrik. Untuk memastikan data terdistribusi normal atau mendekati normal, peneliti melakukan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS versi 25 *for windows*. Kriteria data dapat dinyatakan tersebar secara normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$, sedangkan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak terdistribusi secara normal.

b. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk menentukan apakah terdapat

hubungan yang linear atau tidak secara signifikan antara variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) yang diuji. Uji ini umumnya digunakan sebelum melakukan analisis korelasi atau regresi linear sebagai tahap prasyarat. Pada penelitian ini, uji linearitas menggunakan teknik *Test for Linearity* dibantu dengan program SPSS versi 25 *for windows*. Linearitas variabel penelitian dapat dilihat dari nilai signifikansi yang diperoleh pada baris *Linearity* dan *Deviation from Linearity*. Hasilnya dapat dinyatakan terdapat hubungan yang linear antara variabel dependen dan variabel independen, apabila nilai signifikansi pada *linearity* $< 0,05$, sedangkan nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* $> 0,05$.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas dilakukan untuk melihat apakah ada dua atau lebih variabel bebas (independen) mempunyai hubungan korelasi yang kuat dalam sebuah model regresi linear berganda (Duli, 2019:120). Model regresi dianggap baik jika tidak terdapat korelasi antarvariabel bebas. Apabila terdapat korelasi yang kuat antara variabel bebas, maka hal itu akan mengganggu hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengujian ini dilakukan menggunakan bantuan program SPSS versi 25 *for windows* melalui *Variance Inflation Factor* (VIF). Hasil dinyatakan terdapat multikolinieritas apabila nilai VIF > 10 dan nilai *Tolerance* $< 0,10$. Sebaliknya, apabila nilai VIF < 10 dan nilai *Tolerance* $> 0,10$, maka tidak terjadi multikolinieritas.

2. Uji Hipotesis

Suatu prosedur statistik yang digunakan dalam proses pengambilan keputusan dari dugaan sementara berdasarkan analisis data disebut sebagai uji hipotesis. Uji hipotesis memiliki tujuan untuk melihat apakah hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima atau ditolak. Pengujian hipotesis pada penelitian ini dilakukan menggunakan teknik analisis regresi linear berganda dengan bantuan program SPSS versi 25 *for windows*. Menurut Sugiyono (2021:213) analisis regresi dimaksudkan untuk memprediksi

besarnya perubahan nilai variabel dependen (Y) apabila nilai variabel independen (X) dimanipulasi yakni dinaikkan atau diturunkan. Analisis regresi linear berganda dilakukan apabila terdapat dua lebih dari satu variabel independen.

Hipotesis penelitian dinyatakan diterima atau tidak, dapat diketahui dengan melihat tingkat signifikansi yang diperoleh. Adapun tingkat signifikansi yang digunakan adalah 0,05. Apabila tingkat signifikansi yang diperoleh $< 0,05$ maka hipotesis dinyatakan diterima. Sebaliknya, apabila tingkat signifikansi yang diperoleh $> 0,05$ maka hipotesis dinyatakan ditolak.

H. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1. Hasil Uji Validitas

Pada penelitian ini peneliti melakukan uji validitas alat ukur menggunakan penilaian dari *expert judgement* yaitu Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi untuk menguji kelayakan aitem skala penelitian yang telah disusun oleh peneliti. Skala penelitian ini terdiri dari tiga skala yaitu skala *self-regulated learning*, skala kecerdasan emosional, dan skala kemandirian. Setiap skala penelitian yang telah dibuat peneliti diberi masukan oleh *expert judgement* mengenai kesesuaian aitem skala penelitian dengan indikator yang ada pada masing-masing aspek di setiap variabelnya. Dari pengujian tersebut menghasilkan aitem yang tidak layak atau aitem yang gugur dan aitem yang layak untuk mengukur variabel penelitian pada setiap responden penelitian ini. Aitem yang gugur akan dihapus dan diperbaiki oleh peneliti kemudian dikonsultasikan kembali validitas isinya oleh *expert judgement*. Setelah semua aitem skala selesai diujikan, selanjutnya peneliti melakukan uji coba skala pada sekelompok individu di luar sampel penelitian.

Uji coba skala dilakukan kepada 42 siswa SMP Negeri 2 Siwalan untuk mengevaluasi aitem butir skala. Hasil uji coba skala kemudian dianalisis menggunakan bantuan program SPSS versi 25 *for windows* dengan melihat nilai *corrected item total correlation*. Jika diperoleh nilai

koefisien *corrected item-total correlation* $\geq 0,3$ maka aitem dikatakan layak, sebaliknya jika diperoleh nilai koefisien *corrected item-total correlation* $< 0,3$ maka aitem dikatakan tidak layak atau aitem gugur. Hasil uji coba ketiga skala tersebut sebagai berikut:

a. Skala *Self-Regulated Learning*

Skala *self-regulated learning* dalam penelitian ini terdiri dari 32 aitem. Berdasarkan nilai *corrected item-total correlation*, diketahui bahwa sebanyak 23 aitem dalam skala penelitian ini dinyatakan valid dan sebanyak 9 aitem dinyatakan gugur karena memiliki nilai koefisien *corrected item-total correlation* $< 0,3$. Adapun aitem gugur terdapat pada nomor 1, 3, 6, 7, 13, 17, 18, 23, dan 25. Berikut adalah *blue print* skala *self-regulated learning* setelah dilakukan uji coba :

Tabel 3. 7 *Blue Print* Skala *Self-Regulated Learning* Setelah Uji Coba

Aspek	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	Jumlah
Regulasi kognisi	8(4), 16 (11), 24 (16), 32 (23)	4 (2), 12 (8), 20 (13), 28 (19)	8
Regulasi motivasi dan afektif	15 (10), 31 (22)	11 (7), 19 (12), 27 (18)	5
Regulasi perilaku	14 (9), 22 (15), 30 (21)	2 (1), 10 (6), 26 (17)	6
Regulasi konteks	5 (3), 21 (14), 29 (20)	9 (5)	4
Total	12	11	23

Keterangan: Keterangan: angka dalam tanda kurung () adalah penomoran aitem baru

b. Skala Kecerdasan Emosional

Skala kecerdasan emosional dalam penelitian ini terdiri dari 40 aitem. Berdasarkan nilai *corrected item-total correlation*, diketahui bahwa sebanyak 30 aitem dalam skala penelitian ini dinyatakan valid dan sebanyak 10 aitem dinyatakan gugur karena memiliki nilai koefisien *corrected item-total correlation* $< 0,3$. Adapun aitem gugur terdapat pada nomor 7, 9, 10, 17, 19, 22, 34, 36, 38, dan 40. Berikut adalah *blue print* skala kecerdasan emosional setelah dilakukan uji coba :

Tabel 3. 8 Blue Print Skala Kecerdasan Emosional Setelah Uji Coba

Aspek	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	Jumlah
Mengenali emosi diri	20 (15), 30 (24)	5, 15 (12), 25 (19), 35 (28)	6
Mengelola emosi	29 (23), 39 (30)	4, 14 (11), 24 (18)	5
Memotivasi diri sendiri	8 (7), 18 (14), 28 (22)	3, 13 (10), 23 (17), 33 (27)	7
Mengenali emosi orang lain	27 (21), 37 (29)	2, 12 (9), 32 (26)	5
Membangun hubungan	6, 16 (13), 26 (20)	1, 11 (8), 21 (16), 31 (25)	7
Total	12	18	30

Keterangan: angka dalam tanda kurung () adalah penomoran aitem baru

c. Skala Kemandirian

Skala kemandirian dalam penelitian ini terdiri dari 24 aitem. Berdasarkan nilai *corrected item-total correlation*, diketahui bahwa sebanyak 18 aitem dalam skala penelitian ini dinyatakan valid dan sebanyak 6 aitem dinyatakan gugur karena memiliki nilai koefisien *corrected item-total correlation* < 0,3. Adapun aitem gugur terdapat pada nomor 6, 12, 13, 19, 20, dan 21. Berikut adalah *blue print* skala kemandirian setelah dilakukan uji coba :

Tabel 3. 9 Blue Print Skala Kemandirian Setelah Uji Coba

Aspek	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	Jumlah
Kemandirian emosional	18 (15), 24 (18)	3, 9 (8), 15 (12)	5
Kemandirian tingkah laku	5, 11 (10), 17 (14), 23 (17)	2, 8 (7), 14 (11)	7
Kemandirian nilai	4, 16 (13), 10 (9), 22 (16)	1, 7 (6)	6
Total	10	8	18

Keterangan: angka dalam tanda kurung () adalah penomoran aitem baru

2. Hasil Reliabilitas

Uji reliabilitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan rumus *Alpha Cronbach* melalui bantuan program SPSS versi 25 for windows. Adapun hasil dari pengujian masing-masing skala sebagai berikut:

a. Skala *Self-Regulated Learning*

Uji reliabilitas yang dilakukan terhadap keseluruhan aitem pada skala *self-regulated learning* menghasilkan koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,854. Sementara, hasil uji reliabilitas terhadap skala *self-regulated learning* setelah aitem yang gugur dihapus menghasilkan koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,894. Sebuah alat ukur dinyatakan reliabel jika memiliki koefisien *cronbach's alpha* > 0,60. Maka skala *self-regulated learning* pada penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

Tabel 3. 10 Reliabilitas Skala *Self-Regulated Learning* Keseluruhan Aitem

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.854	32

Tabel 3. 11 Reliabilitas Skala *Self-Regulated Learning* Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.894	23

b. Skala Kecerdasan Emosional

Uji reliabilitas yang dilakukan terhadap keseluruhan aitem pada skala kecerdasan emosional menghasilkan koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,854. Sementara, hasil uji reliabilitas terhadap skala kecerdasan emosional setelah aitem yang gugur dihapus menghasilkan koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,881. Sebuah alat ukur dinyatakan reliabel jika memiliki koefisien *cronbach's alpha* > 0,60. Maka skala kecerdasan emosional pada penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

Tabel 3. 12 Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional Keseluruhan Aitem

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.854	40

Tabel 3. 13 Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.881	30

c. Skala Kemandirian

Uji reliabilitas yang dilakukan terhadap keseluruhan aitem pada skala kecerdasan emosional menghasilkan koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,763. Sementara, hasil uji reliabilitas terhadap skala kecerdasan emosional setelah aitem yang gugur dihapus menghasilkan koefisien *cronbach's alpha* sebesar 0,819. Sebuah alat ukur dinyatakan reliabel jika memiliki koefisien *cronbach's alpha* > 0,60. Maka skala kecerdasan emosional pada penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

Tabel 3. 14 Reliabilitas Skala Kemandirian Keseluruhan Aitem

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.763	24

Tabel 3. 15 Reliabilitas Skala Kemandirian Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.819	18

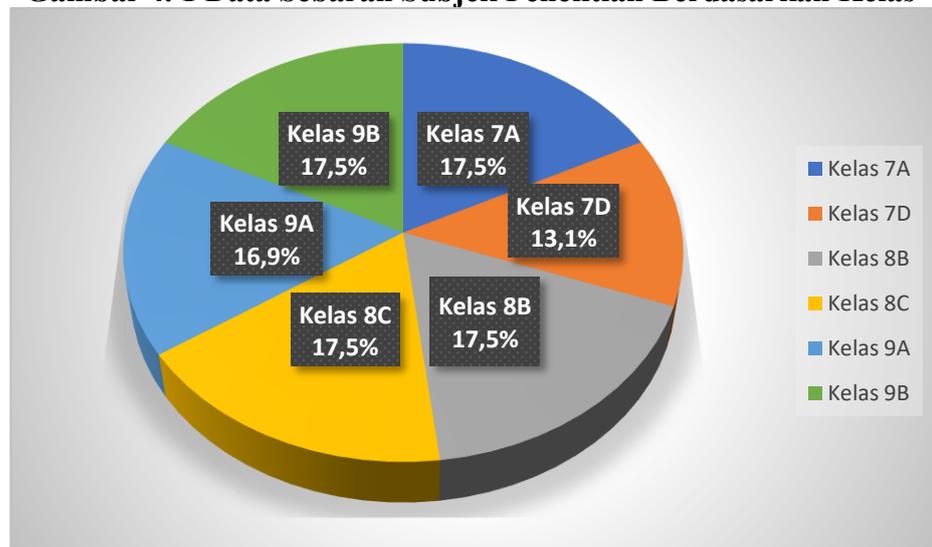
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

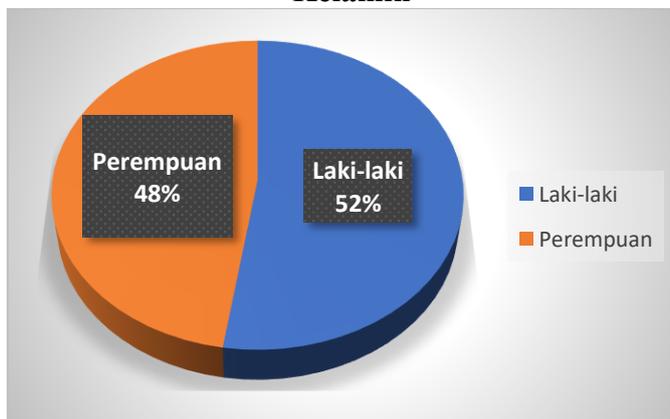
Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 2 Siwalan tahun ajaran 2023-2024. Adapun jumlah sampel pada penelitian ini terdiri dari 183 siswa yang tersebar ke dalam 6 kelas. Berdasarkan sampel yang diperoleh, maka dapat diketahui deskripsi persebaran subjek dalam penelitian ini sebagai berikut:

Gambar 4. 1 Data Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Kelas



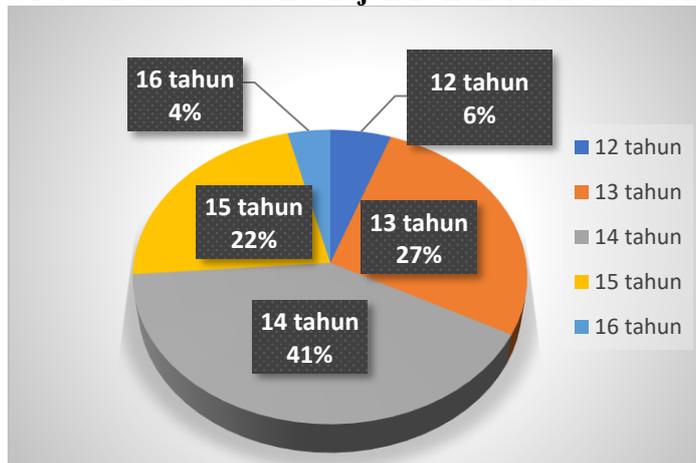
Berdasarkan diagram kelas di atas, maka dapat diketahui bahwa deskripsi sebaran subjek penelitian ini terdiri dari 32 siswa dari kelas 7A dengan persentase sebesar 17,5%, 24 siswa dari kelas 7D dengan persentase sebesar 13,1%, 32 siswa dari kelas 8B dengan persentase sebesar 17,5%, 32 siswa dari kelas 8C dengan persentase sebesar 17,5%, 31 siswa dari kelas 9A dengan persentase sebesar 16,9%, dan 32 siswa dari kelas 9B dengan persentase sebesar 17,5%.

Gambar 4. 2 Data Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin



Berdasarkan diagram jenis kelamin di atas, maka dapat diketahui bahwa jumlah subjek siswa laki-laki sebanyak 96 siswa dengan persentase 52% dan jumlah subjek siswa perempuan sebanyak 87 siswa dengan persentase 48%.

Gambar 4. 3 Data Sebaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia



Berdasarkan diagram jenis kelamin di atas, maka dapat diketahui bahwa terdapat subjek yang berusia 12 tahun sebanyak 10 siswa dengan persentase 6%, subjek yang berusia 13 tahun sebanyak 50 siswa dengan persentase 27%, subjek yang berusia 14 tahun sebanyak 75 siswa dengan persentase 41%, subjek yang berusia 15 tahun sebanyak 41 siswa dengan persentase 22%, dan subjek yang berusia 16 tahun sebanyak 7 siswa dengan persentase 4%.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian digunakan untuk mengetahui gambaran data penelitian berdasarkan rata-rata (*mean*), nilai minimum, nilai maksimum, dan standar deviasi dari masing-masing variabel penelitian yaitu *self-regulated learning* (Y), kecerdasan emosional (X1), dan kemandirian (X2). Deskripsi data penelitian ini diperoleh melalui perhitungan yang dilakukan menggunakan bantuan program SPSS 25 for windows. Adapun hasil analisis deskriptif tersebut sebagai berikut:

Tabel 4. 1 Hasil Analisis Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosional (X1)	183	48	105	81.79	10.787
Kemandirian (X2)	183	37	70	51.98	6.156
Self-Regulated Learning (Y)	183	40	91	66.34	8.702
Valid N (listwise)	183				

Berdasarkan tabel uji deskriptif di atas, dapat dilihat informasi terkait nilai *minimum*, *maximum*, *mean*, dan *standard deviation* dari masing-masing variabel. Pada variabel kecerdasan emosional (X1) memiliki nilai *minimum* sebesar 48, nilai *maximum* sebesar 105, nilai *mean* sebesar 81,79, dan nilai *standard deviation* sebesar 10,187. Sedangkan, pada variabel kemandirian (X2) memiliki nilai *minimum* sebesar 37, nilai *maximum* sebesar 70, nilai *mean* sebesar 57,98, dan nilai *standard deviation* sebesar 6,156. Sementara itu, pada variabel *self-regulated learning* (Y) memiliki nilai *minimum* sebesar 40, nilai *maximum* sebesar 91, nilai *mean* sebesar 66,34, dan nilai *standard deviation* sebesar 8,702.

a. Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosional

Tabel 4. 2 Kategorisasi Skor Variabel Kecerdasan Emosional

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 71,003$	Rendah
$(Mean - 1 SD) \leq X < (Mean + 1 SD)$	$71,003 \leq X < 92,577$	Sedang
$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X \geq 92,577$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel kecerdasan emosional di atas, dapat dilihat bahwa siswa SMP Negeri 2 Siwalan dikategorikan memiliki kecerdasan emosional yang rendah jika mendapat skor di bawah 71,003, memiliki skor sedang jika mendapat skor 71,003 hingga kurang dari 92,577, dan memiliki skor tinggi jika mendapat skor lebih dari sama dengan 92,577. Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui hasil tingkat kecerdasan emosional pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Kategori Distribusi Subjek Variabel Kecerdasan Emosional

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	16.9	16.9	16.9
	Sedang	121	66.1	66.1	83.1
	Tinggi	31	16.9	16.9	100.0
	Total	183	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 31 siswa (16,9%) tergolong memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah, 121 siswa (66,1%) tergolong memiliki tingkat kecerdasan emosional yang sedang, dan sisanya yakni 31 siswa (31%) tergolong memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan berada pada kategori sedang.

b. Kategorisasi Variabel Kemandirian

Tabel 4. 4 Kategorisasi Skor Variabel Kemandirian

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 45,824$	Rendah
$(Mean - 1 SD) \leq X < (Mean + 1 SD)$	$45,824 \leq X < 58,136$	Sedang
$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X \geq 58,136$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel kemandirian di atas, dapat dilihat bahwa siswa SMP Negeri 2 Siwalan dikategorikan memiliki

kemandirian yang rendah jika mendapat skor di bawah 45,824, memiliki skor sedang jika mendapat skor 45,824 hingga kurang dari 58,136, dan memiliki skor tinggi jika mendapat skor lebih dari sama dengan 58,136. Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui hasil tingkat kemandirian pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4. 5 Kategori Distribusi Subjek Variabel Kemandirian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	13.1	13.1	13.1
	Sedang	127	69.4	69.4	82.5
	Tinggi	32	17.5	17.5	100.0
	Total	183	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 24 siswa (13,1%) tergolong memiliki tingkat kemandirian yang rendah, 127 siswa (69,4%) tergolong memiliki tingkat kemandirian yang sedang, dan sisanya yakni 31 siswa (17,5%) tergolong memiliki tingkat kemandirian yang tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat kemandirian yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan berada pada kategori sedang.

c. Kategorisasi Variabel *Self-Regulated Learning*

Tabel 4. 6 Kategorisasi Skor Variabel *Self-Regulated Learning*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 57,638$	Rendah
$(Mean - 1 SD) \leq X < (Mean + 1 SD)$	$57,638 \leq X < 75,042$	Sedang
$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X \geq 75,042$	Tinggi

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel *self-regulated learning* di atas, dapat dilihat bahwa siswa SMP Negeri 2 Siwalan dikategorikan memiliki kemandirian yang rendah jika mendapat skor di bawah 57,638, memiliki skor sedang jika mendapat skor 57,638 hingga kurang dari 75,042, dan memiliki skor tinggi jika mendapat skor lebih dari sama dengan 75,042. Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui hasil tingkat

self-regulated learning pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan dapat dikelompokkan sebagai berikut:

Tabel 4. 7 Kategori Distribusi Subjek Variabel *Self-Regulated Learning*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	13.1	13.1	13.1
	Sedang	131	71.6	71.6	84.7
	Tinggi	28	15.3	15.3	100.0
	Total	183	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa terdapat 24 siswa (13,1%) tergolong memiliki tingkat *self-regulated learning* yang rendah, 131 siswa (71,6%) tergolong memiliki tingkat *self-regulated learning* yang sedang, dan sisanya yakni 28 siswa (15,3%) tergolong memiliki tingkat *self-regulated learning* yang tinggi. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki siswa SMP Negeri 2 Siwalan berada pada kategori sedang.

B. Hasil Analisis Data

1. Hasil Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data penelitian yang digunakan dalam penelitian terdistribusi normal. Pengujian dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 25 *for windows* menggunakan uji statistik *Kolmogorov-Smirnov*. Kriteria data terdistribusi normal apabila nilai signifikansi $> 0,05$.

**Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		183
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.66905027
Most Extreme Differences	Absolute	.059
	Positive	.027
	Negative	-.059
Test Statistic		.059
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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

Berdasarkan tabel uji normalitas di atas diketahui bahwa data penelitian yang digunakan memiliki nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200 artinya signifikansi $0,200 > 0,05$ sehingga data tersebut dapat dinyatakan terdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Setelah melakukan uji normalitas, uji linearitas dapat dilakukan untuk memastikan variabel independen dan dependen berkorelasi secara linear. Pengujian dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 25 *for windows*. Kriteria variabel memiliki korelasi linear atau tidak dapat dikenali dari nilai signifikansi pada baris *Linearity* dan *Deviation from Linearity*. Apabila nilai signifikansi pada baris *Linearity* $< 0,05$ dan nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* $> 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan yang bersifat linear.

Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas *Self-Regulated Learning* dan Kecerdasan Emosional

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self-Regulated Learning * Kecerdasan Emosional	Between Groups	(Combined)	4889.864	44	111.133	1.725	.009
		Linearity	1445.351	1	1445.351	22.433	.000
		Deviation from Linearity	3444.514	43	80.105	1.243	.174
	Within Groups	8891.447	138	64.431			
	Total	13781.311	182				

Berdasarkan tabel *Anova* di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *Linearity* sebesar $0,00 < 0,05$ dan nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* sebesar $0,174 > 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel kecerdasan emosional dengan *self-regulated learning*.

Tabel 4. 10 Hasil Uji Linearitas *Self-Regulated Learning* dan Kemandirian

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self-Regulated Learning * Kemandirian	Between Groups	(Combined)	4922.266	29	169.733	2.931	.000
		Linearity	2800.703	1	2800.703	48.370	.000
		Deviation from Linearity	2121.563	28	75.770	1.309	.155
	Within Groups	8859.045	153	57.902			
	Total	13781.311	182				

Berdasarkan tabel *Anova* di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada baris *Linearity* sebesar $0,00 < 0,05$ dan nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* sebesar $0,155 > 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel kemandirian dengan *self-regulated learning*.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Linearitas

No.	Variabel	<i>Linearity</i>	<i>Deviation from Linearity</i>	Ket.
1.	Kecerdasan Emosional dan <i>Self-Regulated Learning</i>	0,000	0,174	Linear
2.	Kemandirian dan <i>Self-Regulated Learning</i>	0,000	0,155	Linear

Oleh karena itu, dapat disimpulkan kedua hasil uji linearitas yang telah dilakukan dinyatakan memenuhi syarat linearitas dengan menunjukkan nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* > 0,05 dan signifikansi pada *Test of Linearity* < 0,05.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk mengetahui apakah ada dua atau lebih variabel bebas (independen) mempunyai hubungan korelasi yang kuat dalam sebuah model regresi linear berganda. Dalam uji regresi berganda yang baik seharusnya tidak menunjukkan gejala multikolinearitas (Priyatno, 2014:99). Uji multikolinearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program, SPSS versi 25 *for windows*. Untuk memastikan apakah terdapat gejala multikolinieritas dapat dilihat dari nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) dan nilai *Tolerance*. Data dapat dikatakan tidak terjadi gejala multikolinieritas apabila nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) < 10 dan nilai *Tolerance* > 0,10.

Tabel 4. 12 Hasil Multikolinearitas antar variabel independen

No	Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
1.	Kecerdasan Emosional	0,810	1,234	Tidak terjadi gejala multikolinearitas
2.	Kemandirian	0,810	1,234	Tidak terjadi gejala multikolinearitas

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 1,234 < 10 dan nilai *Tolerance* 0,810 > 0,10. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel independen dalam penelitian ini tidak terjadi gejala multikolinearitas.

2. Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk memastikan apakah hipotesis penelitian diterima atau ditolak. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis regresi linear berganda dengan bantuan program SPSS versi 25 *for windows*. Kriteria yang digunakan pada penelitian ini untuk mengambil keputusan yaitu dengan melihat nilai signifikansi yang diperoleh pada variabel. Apabila nilai signifikansi yang diperoleh < 0.05 maka hipotesis diterima. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi > 0.05 maka hipotesis ditolak. Berikut adalah tabel hasil uji regresi berganda yang telah peneliti lakukan:

Tabel 4. 13 Model Persamaan Regresi

		Coefficients^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	27.874	5.456		5.109	.000
	Kecerdasan Emosional	.127	.059	.157	2.156	.032
	Kemandirian	.540	.103	.382	5.238	.000

a. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

Berdasarkan tabel di atas dari hasil uji hipotesis secara parsial dapat diketahui bahwa nilai signifikansi variabel kecerdasan emosional sebesar 0,032 atau kurang dari 0,05 dengan nilai t hitung sebesar 2,156. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima artinya terdapat pengaruh kecerdasan emosional yang signifikan terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Sementara itu, pada hasil uji hipotesis secara parsial pada variabel kemandirian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau kurang dari 0,01 dengan nilai t hitung 5,238. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima artinya terdapat pengaruh

kemandirian yang sangat signifikan terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

Berdasarkan tabel di atas juga dapat diketahui bahwa persamaan regresi linear berganda sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 27,874 + 0,127 X_1 + 0,540 X_2$$

Keterangan:

Y = *Self-regulated learning*

α = Konstanta

$\beta_1 \beta_2$ = Koefisien regresi

X₁ = Kecerdasan Emosional

X₂ = Kemandirian

Berdasarkan hasil persamaan regresi tersebut, diketahui bahwa nilai konstanta (α) sebesar 27,874 sehingga apabila tidak terdapat pengaruh dari kecerdasan emosional dan kemandirian, maka variabel *self-regulated learning* hanya akan bernilai 27,874. $\beta_1 = 0,127$ artinya nilai koefisien regresi pada X₁ bernilai positif sebesar 0,127, sehingga jika kecerdasan emosional mengalami kenaikan sebesar 1 satuan, maka *self-regulated learning* secara rata-rata akan mengalami kenaikan sebesar 0,127. $\beta_2 = 0,540$ artinya nilai koefisien regresi pada X₂ bernilai positif sebesar 0,540, sehingga jika variabel kemandirian mengalami kenaikan 1 satuan, maka *self-regulated learning* secara rata-rata akan mengalami kenaikan sebesar 0,540.

Tabel 4. 14 Hasil Uji ANOVA

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3077.103	2	1538.552	25.872	.000^b
	Residual	10704.208	180	59.468		
	Total	13781.311	182			

a. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

b. Predictors: (Constant), Kemandirian, Kecerdasan Emosional

Berdasarkan tabel ANOVA di atas diketahui hasil signifikansi sebesar 0,00 atau kurang dari 0,01. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga yaitu hipotesis secara simultan diterima artinya. Hal ini diartikan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian secara bersama-sama terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

Tabel 4. 15 Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Model Summary^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.473 ^a	.223	.215	7.712

a. Predictors: (Constant), Kemandirian, Kecerdasan Emosional

b. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

Berdasarkan tabel *Model Summary* di atas bahwa nilai *Adjusted R square* sebesar 0,215 sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian secara bersama sama sebesar 0,215 atau 21,5% terhadap *self-reguated learning* siswa SMP Negeri 2 Siwalan, artinya 87,5% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti memperoleh data penelitian sebanyak 183 sampel yang tersebar dalam 6 kelas. Sampel penelitian ini terdiri dari 32 siswa kelas 7A, 24 siswa kelas 7D, 32 siswa kelas 8B, 32 siswa 8C, 31 siswa 9A, dan 32 siswa kelas 9B. Sementara berdasarkan jenis kelamin diperoleh sampel sebanyak 96 siswa laki-laki dan 87 siswa perempuan.

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, pada kategori distribusi frekuensi variabel *self-regulated learning* mampu diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian yaitu sebanyak 131 siswa (71,6%) memiliki tingkat *self-regulated learning* pada kategori sedang. Sementara itu, sebanyak 24 siswa

(13,1%) memiliki tingkat *self-regulated learning* pada kategori rendah, dan sisanya sebanyak 26 siswa (15,3%) memiliki tingkat *self-regulated learning* pada kategori tinggi. Selanjutnya, pada kategori distribusi frekuensi variabel kecerdasan emosional dapat diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian yaitu sebanyak 121 siswa (66,1%) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori sedang. Sementara itu, sebanyak 31 siswa (16,9%) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori rendah, dan sisanya sebanyak 31 siswa (16,9%) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori tinggi. Kemudian, pada kategori distribusi frekuensi variabel kemandirian dapat diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian yaitu sebanyak 127 siswa (69,4%) memiliki tingkat kemandirian pada kategori sedang. Sementara itu, sebanyak 24 siswa (13,1%) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori rendah, dan sisanya sebanyak 32 siswa (17,5%) memiliki tingkat kemandirian pada kategori tinggi.

Hipotesis pertama pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Mengacu pada hasil hipotesis pertama, diperoleh nilai signifikansi variabel kecerdasan emosional sebesar 0,032 ($p < 0,05$). Dari hasil ini dapat dinyatakan bahwa hipotesis pertama yaitu hipotesis parsial pada penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh parsial secara signifikan dari kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Diana (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* sebesar 45.7%. Selain itu, hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2020) menyatakan bahwa terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP dalam pembelajaran jarak jauh sebesar 6,4%. Penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Sa'adah dan Hartati (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan motivasi belajar dengan *self-regulated*

learning siswa SMP Negeri se-Banyumanik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,728. Hasil penelitian serupa juga ditemukan oleh penelitian Endriati (2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan *self-regulated learning* dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,553. Penelitian ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari, dkk (2017) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan *self-regulated learning* secara parsial dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,515.

Hasil penelitian ini memperkuat teori yang telah ada sebelumnya bahwa *self-regulated learning* dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor individu, perilaku, dan lingkungan (Zimmerman, 1989). Kecerdasan emosional merupakan salah satu bentuk faktor individu yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning*. Siswa yang memiliki kemampuan kecerdasan emosi yang baik dapat mengatasi masalahnya dan menghindari stres yang muncul karena tuntutan akademik (Sofyanti & Prihastuti, 2017:25). Emosi yang dikelola dengan baik dapat dimanfaatkan untuk mendukung keberhasilan dalam berbagai bidang, karena ketika emosi tersebut muncul, individu mendapatkan energi lebih yang dapat digunakan secara konstruktif dalam berbagai aktivitas, termasuk dalam konteks pembelajaran (Endriati, 2017:34-35). Ketika dihadapkan pada situasi stres dalam melakukan sesuatu, kecerdasan emosional dapat digunakan untuk mengatasi situasi tersebut sehingga siswa tetap dapat melanjutkan tugasnya dengan efektif dan mencapai hasil yang optimal (Tsarenko & Strizhakova, 2013:75). Aspek-aspek kecerdasan emosional menurut Goleman (2015) meliputi mengenali diri sendiri, mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Kondisi afeksi pada individu dapat berpengaruh terhadap cara individu merespon situasi yang terjadi. Kecerdasan emosi membantu siswa mengenali dan mengelola berbagai bentuk emosi yang dirasakan pada saat proses belajar. Kemampuan ini mendorong siswa untuk mengambil langkah yang tepat dalam menanggapi setiap peristiwa yang terjadi selama proses pembelajaran berlangsung sehingga siswa tersebut tetap dapat mempertahankan

fokusnya untuk mencapai tujuan belajar. Selain itu, kecerdasan emosional membantu siswa dalam memonitor bagaimana emosi tersebut mempengaruhi perilaku dan hasil belajar mereka. Di samping itu, kecerdasan emosional memungkinkan siswa dapat membangun hubungan positif dengan orang lain seperti guru dan teman sekelas sehingga ketika mereka membutuhkan bantuan mereka mudah mendapat bantuan dan dukungan selama proses belajar mereka dari guru ataupun teman sekelasnya.

Hipotesis kedua pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Mengacu pada hasil hipotesis kedua, diperoleh nilai signifikansi variabel kecerdasan kemandirian sebesar 0,00 ($p < 0,01$). Dari hasil ini dapat dinyatakan bahwa hipotesis kedua yaitu hipotesis parsial pada penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh parsial secara signifikan dari kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan.

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Mahmudah (2015) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara kemandirian dan *self-regulated learning* siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Minggir. Hasil penelitian serupa juga diperoleh oleh penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018) bahwa terdapat hubungan antara kemandirian dengan *self-regulated learning* pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Shaliha dan Sawitri (2018) juga menunjukkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara kemandirian dan *self-regulated learning*. Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Armila R (2019) yang menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kemandirian dengan *self-regulated learning*, dengan hasil korelasi 0,342 dengan taraf signifikansi $p=0,001$ ($p<0,01$). Selain itu, menurut Fani (2023) menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat kemandirian siswa, semakin tinggi pula tingkat *self-regulated learning* yang dimilikinya, sebaliknya, semakin rendah tingkat kemandirian, semakin rendah juga tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki siswa tersebut.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemandirian memiliki pengaruh

yang sangat signifikan terhadap *self-regulated learning*. Hasil tersebut memperkuat teori yang dipaparkan sebelumnya oleh Zimmerman (1989) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya *self-regulated learning* adalah faktor perilaku. Kemandirian merupakan salah satu bentuk faktor perilaku yang dapat memicu terjadinya *self-regulated learning*. Aspek-aspek kemandirian menurut Steinberg (2017) meliputi kemandirian emosional, kemandirian perilaku, dan kemandirian nilai. Kemandirian memiliki arti bahwa individu dapat mengandalkan dirinya sendiri dalam bertindak tanpa bergantung bantuan orang lain terutama orang tua, berusaha mengatasi masalah sendiri dan menyelesaikan tugas-tugasnya dengan percaya diri, dan mampu mengarahkan diri sendiri mencapai kesempurnaan (Ayuningrum, 2019:64). Kemandirian dibutuhkan oleh setiap siswa untuk mengatasi berbagai masalah yang muncul selama proses pembelajaran. Siswa dapat mengandalkan dirinya sendiri dalam bertindak. Siswa yang mandiri akan lebih mudah beradaptasi dengan berbagai perubahan karena mereka memiliki inisiatif untuk mengarahkan dirinya sendiri untuk membuat suatu keputusan. Dalam konteks belajar, kemandirian membantu siswa mengelola proses belajarnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Siswa dapat mengarahkan dirinya untuk menetapkan tujuan belajar, memilih strategi belajar yang sesuai dengan kebutuhan mereka, memantau progres belajarnya, dan mengevaluasi proses dan hasil belajarnya.

Hipotesis ketiga pada penelitian ini adalah terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Mengacu pada hasil uji regresi linear berganda, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,01$). Dari hasil ini dapat dinyatakan bahwa hipotesis ketiga yaitu hipotesis simultan pada penelitian ini diterima. Di samping itu, berdasarkan uji regresi yang telah peneliti lakukan didapatkan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,215 yang artinya terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan sebesar 21,5% di mana 78,5% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini yaitu seperti dukungan sosial, pola asuh orang tua, kepribadian, efikasi diri, harga diri, dan konsep diri.

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai konstanta (α) sebesar 27,874. Nilai koefisien regresi pada X1 sebesar 0,127 menunjukkan bahwa pada saat kecerdasan emosional meningkat sebesar 1 satuan, maka *self-regulated learning* secara rata-rata meningkat sebesar 0,127. Kemudian, nilai koefisien regresi pada X2 sebesar 0,540 menunjukkan bahwa pada saat kemandirian meningkat sebesar 1 satuan, maka *self-regulated learning* secara rata-rata menurun sebesar 0.540.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa sekolah menengah pertama (SMP) yang berada di usia rentang 12-15 tahun dan termasuk dalam kategori remaja awal. Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada umumnya masa remaja terbagi menjadi tiga kategori usia, yaitu remaja awal dimulai dari sekitar 12-15 tahun, remaja tengah dimulai dari sekitar 15-18 tahun, dan remaja akhir dimulai dari sekitar 18-22 tahun di mana setiap rentang usia ini memiliki ciri khasnya masing-masing (Monks dkk., 2014:262). Pada masa ini remaja mengalami perubahan psikologis meliputi perubahan dalam aspek intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial (Savitri & Listiyandini, 2017:44). Perkembangan intelektual memungkinkan remaja untuk berpikir lebih abstrak dan kompleks, sementara perubahan dalam kehidupan emosional dan sosial mempengaruhi bagaimana mereka memahami dan mengelola emosi serta membangun hubungan interpersonal. Erikson (1986) menyatakan bahwa remaja berada dalam tahap identitas vs. kebingungan identitas. Mereka sedang mencari jati diri dan mencoba memahami tempat mereka dalam masyarakat, yang menyebabkan perubahan emosi dan pemahaman diri yang belum sepenuhnya matang. Selain itu, menurut Piaget remaja tergolong pada tahap operasional formal, remaja mulai berpikir secara abstrak dan logis, tetapi kemampuan ini masih dalam proses berkembang.

Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai akibat dari upaya mereka untuk menyesuaikan diri dengan pola perilaku dan harapan sosial yang baru (Sumayyah & Desiningrum, 2016:144). Oleh karena itu, perkembangan kecerdasan emosional dan kemandirian menjadi

sangat penting pada tahap ini. Perubahan dalam kehidupan emosi berkaitan erat dengan perkembangan kecerdasan emosional, yang mencakup kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain. Kecerdasan emosional ini penting untuk membantu remaja mengatasi tantangan emosional dan sosial yang mereka hadapi selama masa transisi ini. Selain itu, perkembangan kemandirian juga menjadi aspek penting dalam masa remaja. Kemandirian membantu remaja untuk mengarahkan dan mengatur kehidupan sehari-hari tanpa bergantung pada orang lain, dapat membuat keputusan sendiri, dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Dalam konteks belajar, peningkatan kecerdasan emosional dan kemandirian dapat membantu siswa menjadi individu yang lebih mandiri dan teratur, mampu mengatasi hambatan belajar, dan mencapai tujuan akademik yang diharapkan.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya yaitu belum terdapat penelitian yang mengkaji mengenai kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* secara bersama-sama. Hasil penelitian ini dapat membuktikan dan memperkuat hasil penelitian dan teori yang ada sebelumnya. Selain itu, penelitian ini tidak terlepas dari keterbatasan dan hambatan. Penelitian ini hanya mengkaji faktor internal dalam diri siswa yang dapat mempengaruhi variabel *self-regulated learning* yaitu kecerdasan emosional dan kemandirian. Kemudian, hambatan dalam penelitian ini yaitu waktu pengambilan data penelitian yang kurang efektif yakni pada saat siswa sudah selesai melaksanakan proses pembelajaran di semester ini yang mana cukup sulit mengumpulkan siswa secara lengkap pada saat pengambilan data, sehingga pengambilan data dilakukan menggunakan dua cara yakni secara langsung menggunakan *paper* di kelas dan siswa yang tidak hadir di kelas diminta mengisi skala secara *online* melalui *google form* yang dikirim melalui grup kelas.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Merujuk pada hasil uji hipotesis penelitian yang telah dilaksanakan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil uji hipotesis pertama diterima yaitu terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self-regulated learning* yang dimiliki siswa.
2. Hasil uji hipotesis kedua diterima yaitu terdapat pengaruh kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan. Kemandirian memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap *self-regulated learning* yang dimiliki siswa.
3. Hasil uji hipotesis ketiga diterima yaitu terdapat pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian terhadap *self-regulated learning* pada siswa SMP Negeri 2 Siwalan secara signifikan. Besarnya pengaruh kecerdasan emosional dan kemandirian secara bersama-sama terhadap *self-regulated learning* adalah 21,5% yang artinya 78,5% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan proses dan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka terdapat beberapa saran yang dapat diberikan kepada pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning*, kecerdasan emosional, dan kemandirian siswa mayoritas berada pada kategori sedang dan hanya sedikit siswa yang memiliki tingkat *self-regulated learning*, kecerdasan emosional, dan kemandirian pada kategori tinggi. Oleh karena itu, diharapkan bagi siswa dapat meningkatkan lagi kecerdasan emosional dan kemandiriannya supaya tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki siswa dapat meningkat. Sementara itu, bagi siswa

yang sudah memiliki tingkat *self-regulated learning*, kecerdasan emosional, dan kemandirian yang tinggi dapat terus mempertahankannya.

2. Bagi sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat merancang kebijakan dan program pembelajaran yang dapat membangun lingkungan belajar yang mendukung peningkatan *self-regulated learning* pada siswa melalui pengembangan kecerdasan emosional dan peningkatan kemandirian.

3. Bagi orang tua

Dari hasil penelitian ini diharapkan orang tua dapat lebih aktif terlibat dalam proses mengembangkan kecerdasan emosional pada anaknya dengan memberikan bimbingan kepada anak untuk mengenali dan mengekspresikan emosinya dengan sehat, mengajari anak bagaimana cara membangun hubungan yang baik dengan orang lain, memberikan lingkungan belajar yang mendukung, dan mengajari anak bagaimana memahami perasaan orang lain dan belajar untuk mengatasi masalah dengan cara yang positif. Selain itu, orang tua dapat melatih kemandirian anak dengan cara memberikan tanggung jawab dan kesempatan kepada anak untuk mengambil inisiatif serta membuat keputusan sendiri dalam berbagai aspek kehidupan mereka khususnya dalam proses belajarnya. Dengan demikian, *self-regulated learning* yang diperlukan siswa dalam mengikuti proses belajar dapat terbentuk dan meningkat.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil penelitian ini diharapkan bagi peneliti yang memiliki ketertarikan untuk mengkaji permasalahan yang sama diharapkan dapat mengkaji lebih jauh mengenai faktor-faktor lain dari *self-regulated learning* seperti dukungan sosial, pola asuh orang tua, kepribadian, efikasi diri, harga diri, dan konsep diri. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya yang akan membuat alat ukur sendiri diharapkan dapat merumuskan aitem skala dengan kalimat yang mudah dipahami oleh subjek penelitian dan pada saat penyusunan skala diharapkan juga melakukan validitas bahasa untuk memastikan bahwa aitem yang dibuat sesuai dengan variabel yang diukur serta dapat dipahami

oleh subjek penelitian. Hal ini dilakukan agar mengurangi risiko banyaknya aitem skala yang gugur. Selain itu, diharapkan penelitian mendatang menggunakan teori yang belum dibahas dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T. (1993). Persepsi pria dan wanita terhadap kemandirian. *Jurnal Psikologi*, 1, 7–13.
- Agustiani, H., Cahyad, S., & Musa, M. (2016). Self-efficacy and self-regulated learning as predictors of students academic performance. *The Open Psychology Journal*, 9(1), 1–6. <https://doi.org/10.2174/1874350101609010001>
- Ahmad, S. (2016). Pendidikan kemandirian dalam islam. *Journal Sport Area*, 1(2), 59–67. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1\(2\).391](https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1(2).391)
- Ahmed, M. R. (2015). Emotional intelligence is synergy in intelligence. *Psychology*, 6(4), 447–455. <https://doi.org/10.4236/psych.2015.64042>
- Alfinuha, S., & Fathul, N. L. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: Kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1357>
- Ali, M., & Asrori, M. (2011). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. PT. Bumi Aksara.
- Amalia, I. G. (2020). *Pengaruh kecerdasan emosional terhadap self-regulated learning pada siswa sekolah menengah pertama (SMP) dalam pembelajaran jarak jauh*. Universitas Negeri Jakarta.
- Andriani, A. (2014). Kecerdasan emosional (emotional quotient) dalam peningkatan prestasi belajar. *EDUKASI: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 86–99. <https://ejournal.staim-tulungagung.ac.id/index.php/edukasi/article/view/58>
- Anggraini, N., & Alam, T. S. (2016). Tingkat kemandirian emosional remaja di Gampong Pango Raya Kecamatan Ulee Kareng Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(1), 1–7. <http://www.jim.unsyiah.ac.id/FKKep/article/view/1466>
- Arumsari, A., Hardjono, & Agustin, R. W. (2016). *Perbedaan tingkat kemandirian remaja ditinjau dari pola asuh orangtua pada siswa kelas IX SMP Islam Al Abidin Surakarta*. 5(1), 42–51.
- Ayuningrum, D. (2019). Hubungan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak dengan kemandirian. *Jurnal Inovatif Ilmu Pendidikan*, 1(1), 59–73. <https://doi.org/10.23960/jiip.v1i1.18019>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi edisi II*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Badenhorst, A., & Smith, D. (2007). Misconceptions about emotional intelligence: Deploying emotional intelligence in one's life dimensions. *Sa Journal of Human Resource Management*, 5(3), 1–10. <https://doi.org/https://doi.org/10.4102/sajhrm.v5i3.146>
- Bashori, K. (1996). *Perbedaan religiusitas dan kemandirian antara anak yang belajar di SD, TPA, dan Pesantren*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Cahyani, B. H., Alsa, A., Ramdhani, N., & Khalili, F. N. (2019). The role of classroom management and mastery goal orientation towards student's self-

- regulation in learning Mathematics. *Psikohumaniora*, 4(2), 117–128. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.3576>
- Chaplin, J. P. (2009). *Kamus lengkap psikologi*. Rajawali Pers.
- Ciptaningtyas, A., Pratiwi, H., & Mardiyana. (2018). The profile of students' self-regulated learning at vocational high school. *Journal of Physics: Conference Series*, 1022(1), 1–5. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1022/1/012009>
- Cobb, R. J. (2003). The relationship between self-regulated learning behaviors and academic performance in web-based courses. *Dissertation*.
- Davies, M., Stankov, L., & Roberts, R. D. (1998). Emotional intelligence: in search of an elusive construct. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(4), 989–1015. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.75.4.989>
- Dent, A. L., & Koenka, A. C. (2016). The relation between self-regulated learning and academic achievement across childhood and adolescence: A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 28(3), 425–474. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10648-015-9320-8>
- Desmita. (2009). *Psikologi perkembangan peserta didik: Panduan bagi orang tua dan guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP, dan SMA*. PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, P. E. D. M., Martadinata, I. P. H., & Diputra, I. B. R. P. (2018). Analisis hubungan kecerdasan emosional dan love of money terhadap perilaku etis mahasiswa (studi empiris pada mahasiswa S1 Akuntansi Universitas Pendidikan Ganesha). *Jurnal Ilmiah Akuntansi*, 3(2), 154–170. <https://doi.org/10.23887/jia.v3i2.16638>
- Diana, E. (2023). *Pengaruh kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap self regulated learning siswa kelas X di SMK Negeri 1 Surakarta* [Skripsi, Universitas Sebelas Maret]. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/106208/>
- Duli, N. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif: beberapa konsep dasar untuk penulisan skripsi & analisis data dengan spss*. Deepublish.
- El-Adl, A., & Alkharusi, H. (2020). Relationships between self-regulated learning strategies, learning motivation and mathematics achievement. *Cypriot Journal of Educational Science*, 15(1), 104–111. <https://doi.org/https://doi.org/10.18844/cjes.v15i1.4461>
- Endriati. (2017). *Hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dengan self regulated learning pada siswa kelas VIII di SMP Negeri se-Kecamatan Majenang tahun ajaran 2016/2017* [Skripsi, Universitas Negeri Semarang]. <https://lib.unnes.ac.id/29827/1/1301412057.pdf>
- Eryadini, N. (2021). The diversity of students' emotional intelligence and its influence on student activities in the learning process. *Journal of Diversity in Learning*, 1(3), 104–111. <https://journalofdiversity.com/index.php/jdil/article/view/32>
- Fani, D. T. (2023). *Hubungan antara kemandirian dengan self regulated learning di SMA N 13 Medan* [Skripsi, Universitas Medan Area]. <https://repositori.uma.ac.id/jspui/handle/123456789/19808>
- Ferdiana, S. R., & Yuwono, S. (2023). Kecerdasan emosional dan kemandirian dengan penyelesaian masalah pada generasi z. *Proyeksi*, 18(1), 90–101.

- <https://doi.org/10.30659/jp.18.1.90-101>
- Filho, M. K. C. (2001). A review on theories of self-regulation of learning. *Bull. Grad. Shool Educ. Hiroshima Univ, Part III*(50), 437–445.
- Firmantyo, T., & Alsa, A. (2016). Integritas akademik dan kecemasan akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *1*(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959>
- Fitria, S., Wihartati, W., & Rochmawati, N. (2023). Hubungan antara kelekatan pada orang tua dan kemandirian dengan kepercayaan diri remaja. *Indonesian Journal of Psychological Studies*, *1*(1), 13–28.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Ginting, D. (2021). Student engagement and factors affecting active learning in english language teaching. *VELES Voices of English Language Education Society*, *5*(2), 215–228. <https://doi.org/10.29408/veles.v5i2.3968>
- Goleman, D. (2003). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi (Alih bahasa: Alex Tri Kantjono Widodo)*. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2015). *Emotional intelligence : Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ, terj. T. Hermaya*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hannani, U., & Ajisukmo, C. (2021). The relationship of self regulated learning with academic adjustment of seventh grade santri of pondok pesantren. *TAZKIYA (Jurnal of Psychology)*, *9*(2), 107–121. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.17196>
- Hudaifah, F. (2020). Peran self regulated learning di era pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, *6*(2), 76–84.
- Idrus, S. F. I. Al, Damayanti, I. P. S., & Ermayani. (2020). Pengembangan kecerdasan emosional peserta didik di sekolah dasar melalui pendidikan karakter (development of emotional intelligence of students in elementary schools through character education). *PENDASI: Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, *4*(1), 137–146.
- Iman, F. L. (2022). Kesadaran diri dan optimis pada pengaturan diri dalam belajar pada mahasiswa baru selama pandemi Covid-19. *Journal of Indonesian Psychological Science (JIPS)*, *2*(1), 99–109. <https://doi.org/10.18860/jips.v2i1.15705>
- Isaac, S., & Michael, W. B. (1995). *Handbook in research and evaluation: A collection of principles, methods, and strategies useful in the planning, design, and evaluation of studies in education and the behavioral sciences*. Edits publishers.
- Jagad, H. K. M., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Hubungan antara efikasi diri dengan self regulated learning pada siswa smpn x. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *5*(3), 1–6. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/26184>
- Kartikasari, W. A., Marjohan, M., & Hariko, R. (2022). Hubungan self regulated learning dan dukungan orangtua terhadap perilaku prokrastinasi akademik. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, *7*(3), 388. <https://doi.org/10.29210/30031579000>
- Kibtiyah, A., Gunadi, I., & Umam, K. (2023). Pengembangan kemampuan self-

- regulated learning (SRL) pada peserta didik sekolah dasar berasrama. *As-SABIQUN : Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(2), 459–474.
- Kim, D., Wang, C., Seon, H., & Bong, M. (2015). English language learners' self-efficacy profiles and relationship with self-regulated learning strategies. *Learning and Individual Differences*, 38, 136–142. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.01.016>
- Kurniawan, B., & Zulkaida, A. (2013). Kontribusi kecerdasan emosional terhadap kemandirian mahasiswa perguruan tinggi kedinasan X. *Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil)*, 5, 53–60. <http://www.ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/pesat/article/download/949/831>
- Landa, J. M. A., & López-Zafra, E. (2010). The impact of emotional intelligence on nursing: An overview. *Psychology*, 1(1), 50–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.4236/psych.2010.11008>
- Latipah, E. (2010). Strategi self-regulated learning dan prestasi belajar: kajian meta analisis. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 110–129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7696>
- Le Roux, R., & De Klerk, R. (2003). *Emotional intelligence workbook: The all-in-one guide for optimal personal growth*. Human & Rousseau.
- Lestari, I. K. (2018). *Studi korelasi kemandirian belajar dengan prestasi belajar siswa di mts hasan kafrawi pancur mayong jepara tahun pelajaran 2018/2019* [Skripsi, IAIN Kudus]. <http://repository.iainkudus.ac.id/2223/>
- Lubis, R. H., Lubis, L., & Aziz, A. A. A. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan self-regulated learning siswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 7(2), 105–117. <https://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/825>
- Lutfi, S., Surawan, S., & Zanuba, A. A. (2024). Self-regulation learning: upaya membangun kemandirian belajar al-qur'an di kalangan remaja. *Anterior Jurnal*, 23(1), 75–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.33084/anterior.v23i1.6618>
- Mahmudah, S. I. (2015). *Hubungan antara kemandirian dengan self-regulated learning pada siswa SMP Muhammadiyah 1 Minggir*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Maksum, A., Nurhasanah, N., & Saputri, Y. D. (2023). Hubungan perhatian orang tua terhadap kecerdasan emosional siswa SD. *Caruban: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dasar*, 6(2), 276. <https://doi.org/10.33603/caruban.v6i2.8749>
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507–536. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093646>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*. (pp. 3–34). Basic Books.
- Mohamed, A. M. O., & El Gamal, M. M. (2011). Desert sand dunes for a sustainable sulfur concrete production in arid lands. *Desert Sand Dunes for a Sustainable Sulfur Concrete Production in Arid Lands*, 29, 1–42.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2014). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Gadjah Mada University Press.

- Montalvo, F. T., & Torres, M. C. G. (2004). Self-regulated learning: Current and future directions. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2(3), 1–34.
- Na, T., Diri, E., Alfinuha, S., Fakhria, M., Savitri, W. C., Sulistiobudi, R. A., Husnar, A. Z., Saniah, S., & Guidelines, A. (n.d.). *No Title*.
- Nashori, F. (1999). Hubungan antara religiusitas dengan kemandirian pada siswa sekolah menengah umum. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 4(8). <https://journal.uui.ac.id/Psikologika/article/view/8539/7246>
- Nufus, H., Muhandaz, R., Hasanuddin, Nurdin, E., Ariawan, R., Fineldi, R. J., Hayati, I. R., & Situmorang, D. D. B. (2024). Analyzing the students' mathematical creative thinking ability in terms of self-regulated learning: How do we find what we are looking for? *Heliyon*, 10(3), 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e24871>
- Ormrod, J. E. (2009a). *Psikologi pendidikan: Membantu siswa tumbuh dan berkembang*. (Jilid 1). Penerbit Erlangga.
- Ormrod, J. E. (2009b). *Psikologi pendidikan: Membantu siswa tumbuh dan berkembang jilid II*. Penerbit Erlangga.
- Panadero, E., & Alonso-Tapia, J. (2014). How do students self-regulate? Review of Zimmerman's cyclical model of self-regulated learning. *Anales de Psicología*, 30(2), 450–462. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.2.167221>
- Pane, A., & Dasopang, M. D. (2017). Belajar dan pembelajaran. *FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 3(2), 333–352. <https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>
- Patriana, P. (2007). *Hubungan antara kemandirian dengan motivasi bekerja sebagai pengajar les privat pada mahasiswa di Semarang*. Universitas Diponegoro.
- Pautina, A. R. (2018). Aplikasi teori gestalt dalam mengatasi kesulitan belajar pada anak. *TADBIR: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 14–28. <https://journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/tjmpi/article/view/503>
- Periantalo, J. (2015). *Penyusunan skala psikologi: Asyik, mudah & bermanfaat* (Cetakan II). Pustaka Pelajar.
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407. <https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x>
- Prasetyo, A., & Laili, N. (2023). Hubungan antara self-regulated learning dengan motivasi belajar siswa SMA Hang Tuah 2 Sidoarjo pada masa pandemi. *Emergent Journal of Educational Discoveries and Lifelong Learning (EJEDL)*, 2(3), 1–10. <https://doi.org/10.47134/emergent.v2i3.1>
- Pratiwi, N. P., Astuti, I., & Fergina, A. (2023). Pengaruh self regulated learning terhadap academic burnout peserta didik. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 12(11), 2924–2931.
- Prawitasari, J. E. (1998). Kecerasan emosi. *Buletin Psikologi*, 6(1), 21–31.
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22 pengolahan data terpraktis*. Penerbit Andi.
- Qalbi, L. O. S., & Puri, V. G. S. (2023). Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa multi peran (ibu menyusui). *Psimphoni*, 4(1), 26–34.
- R, W. A. (2019). HUBUNGAN KEMANDIRIAN DAN DUKUNGAN SOSIAL

ORANG TUA DENGAN SELF REGULATED LEARNING PADA PELAJAR DI SMK N 5 YOGYAKARTA. *Proceedings of the Institution of Mechanical Engineers, Part J: Journal of Engineering Tribology*, 224(11), 122–130.

- Rachmah, D. N. (2015). Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1), 61. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6943>
- Radu, C. (2014). Emotional intelligence – how do we motivate our students? *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 271–274. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.047>
- Rahmawati, D. (2016). *Hubungan antara kemandirian belajar dengan hasil belajar siswa SD Negeri Purwoyoso 06 Semarang* [Skripsi, Universitas Negeri Semarang]. <https://lib.unnes.ac.id/29172/1/1401412490.pdf>
- Raihana, S. H. (2017). Kecerdasan emosional dalam Al-Qur'an. *SCHEMA: Journal of Psychology Research*, 3(1), 35–45. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.1807>
- Ramadhan, M., & Saripah, I. (2017). Profil kemandirian siswa sma berdasarkan urutan kelahiran dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 1(2), 145–162.
- Sa'adah, F., & Hartati, M. T. S. (2022). Hubungan antara kecerdasan emosional dan motivasi belajar dengan self regulated learning siswa SMP Negeri se-Kecamatan Banyumanik. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 8(2), 85–93. <https://doi.org/10.15548/atj.v8i2.3367>
- Sa'diyah, R. (2017). Pentingnya melatih kemandirian anak. *Kordinat: Jurnal Komunikasi Antar Perguruan Tinggi Agama Islam*, 16(1), 31–46. <https://doi.org/10.15408/kordinat.v16i1.6453>
- Said, A., & Budimanjaya, A. (2015). *95 strategi mengajar multiple intelligences mengajar sesuai kerja otak dan gaya belajar siswa*.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Prenadamedia Group.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990a). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/dugg-p24e-52wk-6cdg>
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990b). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Salovey, P., Woolery, A., & Mayer, J. D. (2001). Emotional intelligence: Conceptualization and measurement. In *Blackwell Handbook of Social Psychology: Interpersonal Processes* (pp. 279–306). Blackwell Publishers Ltd. <https://doi.org/10.2307/j.ctv31r2s2s.14>
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi pendidikan edisi kedua*. Prenada Media Group.
- Saptono, Y. J. (2016). Motivasi dan keberhasilan belajar siswa. *REGULA FIDEI: Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 1(1), 189–212. <http://christianeducation.id/e-journal/index.php/regulafidei/article/view/9>
- Sari, A. P., Machmuroch, M., & Astiarana, S. (2017). Hubungan antara kecerdasan emosi dan dukungan sosial orangtua dengan self-regulated learning siswa kelas XII di SMA Batik 1 Surakarta. *Jurnal Wacana Psikologi*, 9(1), 28–38. <https://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/wacana/article/view/10>

- Sari, E. R., & Satwika, Y. W. (2018). Hubungan antara self-regulated learning dengan prestasi akademik siswa di SMK Muhammadiyah 1 Taman Sidoarjo. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/24581/2496>
- Sari, M. K. (2018). Hubungan kemandirian dengan self-regulated learning pada usia remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 109–115. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4534>
- Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 43–59. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>
- Shaliha, N., & Sawitri, D. R. (2018). Hubungan antara kemandirian dengan self-regulated learning (SRL) pada santri Kelas VIII di Pondok Pesantren Ibnu Abbas Klaten. *Empati*, 7(2), 302–307.
- Shihab, M. Q. (2012a). *Tafsir al-mishbah: Pesan, kesan dan keserasian Al-Quran. Vol. 14*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2012b). *Tafsir al-mishbah: Pesan, kesan dan keserasian Al-Quran. Vol. 15*. Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2012c). *Tafsir al-mishbah: Pesan, kesan dan keserasian Al-Quran. Vol. 6*. Lentera Hati.
- Sholiha, R. A., & Sawitri, D. R. (2021). Hubungan antara kecerdasan emosional dan efikasi diri dalam mengambil keputusan karir pada mahasiswa tahun keempat angkatan 2017 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 10(4), 294–299. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.32606>
- Sholihah, U. (2016). Metakognisi siswa dalam memecahkan masalah matematika. *Ta'allum: Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 83–100. <https://doi.org/10.21274/taalum.2016.4.1.83-100>
- Siti Fatimah, S. S. F. dan. (2013). Self-regulated learning (srl) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(1), 145 – 155. <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i1.1364>
- Sofyanti, R., & Prihastuti. (2017). Pengaruh kecerdasan emosi dan efikasi diri terhadap stres akademik siswa di madrasah aliyah nurul islam desa bades kecamatan pasirian kabupaten lumajang. *Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 06, 24–39. <http://repository.unair.ac.id/77809/>
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence (Eleventh Edition)*. McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sumayyah, S., & Desiningrum, D. R. (2016). Persepsi terhadap full day school dan regulasi diri pada siswa SMP Islam Hidayatullah Semarang. *Jurnal EMPATI*, 5(1), 144–147. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15086>
- Sutikno, S. (2016). Kontribusi self-regulated learning dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Dewantara*, 2(2), 188–203.
- Tsarenko, Y., & Strizhakova, Y. (2013). Coping with service failures: The role of emotional intelligence, self-efficacy and intention to complain. *European Journal of Marketing*, 47(1/2), 71–92. <https://doi.org/10.1108/03090561311285466>

- Ulum, M. I. (2016). Strategi self-regulated learning untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Vorobyeva, E. V, Kovsh, E. M., & Kosonogov, V. V. (2022). Emotional intelligence in carriers of different COMT, BDNF, DRD2 and HTR2A Genotypes. *Psychology in Russia: State of the Art*, 15(2), 83–96. <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0206>
- Wahyuningsih, S., Rasmani, U. E. E., Winarji, B., Jumiatmoko, J., Zuhro, N. S., Fitrianingtyas, A., & Nurjanah, N. E. (2023). Pembelajaran metode proyek kurikulum merdeka sebagai strategi pembentukan kemandirian anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4731–4740. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4785>
- Wardani, A. D., Munir, A., Lestari, L. A., & Anam, S. (2023). Self-regulated learning strategies and their relationship to grammar achievement of undergraduate english department students. *LLT Journal: A Journal on Language and Language Learning*, 26(2), 634–649. <https://doi.org/https://doi.org/10.24071/llt.v26i2.6638>
- Wardhani, M. F., Abidin, Z., & D., D. R. (2013). Hubungan antara iklim sekolah dengan kemandirian siswa SMA Pondok Modern Selamat Kendal. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah SI Undip*, 2(3), 410–421.
- Wong, J., Baars, M., Davis, D., Van Der Zee, T., Houben, G.-J., & Paas, F. (2019). Supporting self-regulated learning in online learning environments and MOOCs: a systematic review. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 35(4–5), 356–373. <https://doi.org/10.1080/10447318.2018.1543084>
- Woolflok, A. (2009). *Educational psychology active learning edition* (Edisi Kese). Pustaka Pelajar.
- Wulandari, A. A. (2020). *Implementasi Self Regulated Learning Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Dan Budi Pekerti* (Issue July).
- Yunita, R. D., Wimbari, S., & Mustaghfirin. (2007). Kemandirian dan Motivasi Berprestasi Pada Anak Penderita Asma. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 6(1), 70–78. <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/4618>
- Yusuf, S. (2005). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. PT Remaja Rosdakarya.
- Zen, D. S., & Novita, L. (2018). Hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecerdasan emosional siswa. *JPPGuseda | Jurnal Pendidikan & Pengajaran Guru Sekolah Dasar*, 1(01), 39–45. <https://doi.org/10.33751/jppguseda.v1i01.870>
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*, 81(3), 329–339. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-0663.81.3.329>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2
- Zysberg, L. (2018). Emotional intelligence and health outcomes. *Psychology*, 09(11), 2471–2481. <https://doi.org/10.4236/psych.2018.911142>

LAMPIRAN

Lampiran 1 Blue Print Skala Penelitian

A. *Blue Print Skala Self-Regulated Learning*

Aspek	Indikator	Aitem	
		<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>
Regulasi kognisi	Merencanakan tujuan belajar	16) Saya berusaha menuliskan target yang ingin saya capai di setiap semester	12) Saya tidak memiliki tujuan belajar yang tertulis dengan jelas
		32) Sebelum memulai belajar, saya membuat rencana tentang apa yang ingin saya capai	28) Saya kesulitan untuk menentukan tujuan belajar dengan jelas sehingga saya mengikuti apa saja yang diajarkan di sekolah
	Memonitor pemahaman dan progres selama belajar	8) Saya mempelajari ulang catatan materi pelajaran yang belum saya kuasai agar lebih paham	4) Saya membiarkan waktu berlalu tanpa mencari tahu penyebab mengapa saya belum mencapai target belajar
24) Saya berlatih mengerjakan latihan soal untuk memastikan bahwa saya memahami materi yang sudah dipelajari sebelumnya		20) Saya memilih bermain daripada harus membuat ringkasan dari materi yang sudah dipelajari untuk memudahkan pemahaman saya	
Regulasi motivasi dan afektif	Memiliki dorongan untuk belajar dan menyelesaikan tugas	15) Selain menggunakan buku yang digunakan guru, saya berusaha mencari tambahan referensi materi	11) Saya mengerjakan latihan-latihan soal hanya ketika diminta oleh guru

		dari sumber lain untuk belajar	
		31) Saya berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan guru meskipun tugasnya sulit	27) Saya malas mencari informasi tambahan tentang materi pelajaran yang sedang diajarkan oleh guru
	Mengelola konsekuensi dan emosi sebagai respon terhadap hasil yang dicapai	7) Apabila saya dapat mencapai target belajar, saya akan memberikan hadiah pada diri sendiri	3) Saya tidak memberikan hukuman apa pun pada diri sendiri ketika nilai ujian yang saya dapatkan tidak mencapai target
		23) Saya mencoba menenangkan diri ketika nilai ujian saya tidak memuaskan	19) Saya membiarkan perasaan negatif yang saya rasakan sehingga mengganggu konsentrasi saya saat belajar
Regulasi perilaku	Mengatur usaha dan waktu dalam belajar	14) Saya membuat jadwal belajar setiap hari	10) Saya terbiasa belajar hanya ketika sudah mendekati ujian
		30) Saya membatasi waktu bermain ketika ada banyak tugas yang harus diselesaikan	26) Saya menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah
	Mencari bantuan dari guru, teman, dan keluarga	6) Saya bertanya pada teman tentang materi yang belum saya pahami	2) Saya diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan
		22) Ketika saya belum memahami materi, saya bertanya kepada guru untuk mendapat penjelasan	18) Saya memilih menghadapi tugas-tugas sekolah sendiri daripada mencari

			bantuan dari orang lain
Regulasi konteks	Persepsi terhadap tugas-tugas atau situasi yang dihadapi	13) Saya memandang tugas-tugas yang diberikan kepada saya sebagai kesempatan untuk meningkatkan pemahaman	9) Tugas tambahan dari guru membebani saya
		29) Tugas tambahan yang diberikan guru membuat saya tertantang untuk menyelesaikannya	25) Saya ragu dapat menyelesaikan tugas sekolah yang menurut saya sulit
	Mengatur kondisi lingkungan belajar	5) Saya menyingkirkan benda-benda yang dapat mengganggu konsentrasi saya ketika saya akan belajar	1) Saya mengabaikan kondisi tempat saya belajar
		21) Saya terbiasa memastikan lingkungan belajar menjadi nyaman agar saya bisa fokus saat belajar	17) Sulit bagi saya menjauhkan benda-benda yang dapat mengganggu saya ketika belajar sehingga saya sulit berkonsentrasi
Jumlah		16	16

Keterangan: aitem yang dibold adalah aitem yang gugur

B. *Blue Print* Skala Kecerdasan Emosional

Aspek	Indikator	Aitem	
		<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>
Mengenali emosi diri	Mencermati dan mengenali emosi diri sendiri ketika emosi itu terjadi	20) Saya mampu menyadari apa yang saya rasakan pada saat sesuatu terjadi	15) Saya merasa bingung dengan perasaan yang saya alami ketika sesuatu terjadi
		40) Saya tahu apa yang membuat saya merasa senang	35) Saya kesulitan mengenali perasaan marah saya
	Memantau perasaan sendiri dari waktu ke waktu	10) Saya berusaha mencatat perubahan perasaan saya secara rutin	5) Saya tidak menyadari perubahan perasaan saya selama seminggu terakhir
		30) Saya tahu kapan perasaan saya akan berubah	25) Saya tidak tahu kapan saya merasa paling bersemangat
Mengelola emosi	Mengendalikan perasaan yang muncul	19) Saya mampu menenangkan diri ketika menghadapi situasi yang menantang di sekolah	14) Sulit bagi saya untuk mengalihkan perhatian dari perasaan cemas saat akan mengikuti ujian akhir semester
		39) Saya mampu bersabar ketika sedang mengerjakan soal yang sulit	34) Saya kesulitan untuk berhenti memikirkan hal-hal yang membuat saya sedih
	Mengekspresikan perasaan dengan tepat tanpa merugikan diri sendiri ataupun orang lain	9) Saat merasa kesal saya memilih menulis diary sebagai cara untuk mengungkapkan perasaan saya	4) Saya menyalahkan orang lain ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan
		29) Saya berusaha menjaga ucapan ketika sedang marah	24) Saya mengurung diri di kamar saat mengalami kesedihan yang berlarut-larut

Memotivasi diri sendiri	Memiliki dorongan untuk mengatur emosi diri sendiri agar mencapai tujuan yang diinginkan	18) Saya berusaha untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan	13) Saya kehilangan semangat untuk mengikuti pelajaran karena masih kecewa mendapat nilai yang kurang memuaskan dalam ujian sebelumnya
		38) Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas meski saya sedang sedih	33) Saya menunda mengerjakan tugas ketika sedang sedih
	Pantang menyerah terhadap situasi sulit yang dihadapi	8) Ketika menghadapi masalah, saya merasa termotivasi untuk mencari solusi	3) Saya merasa putus asa ketika menghadapi kesulitan
		28) Saya tetap optimis untuk belajar meskipun materi pelajaran terasa sulit dipahami	23) Saya memilih menghindari pelajaran yang sulit daripada mencoba untuk mengatasi kesulitan tersebut.
Mengenali emosi orang lain	Peka terhadap emosi yang dirasakan orang lain	17) Saya berusaha menenangkan teman yang terlihat sedang bersedih	12) Saya tetap sibuk bermain ponsel ketika orang lain sedang bercerita kepada saya mengenai kesedihannya
		37) Saya senang membantu teman yang sedang mengalami kesusahan	32) Saya bersikap cuek saat ada teman memberitahu kabar buruk kepada saya
	Mengenali emosi orang lain	7) Saya dapat mengenali perasaan orang lain dari gerak-geriknya	2) Sulit bagi saya untuk mengenali perasaan orang lain
		27) Saya dapat menyadari	22) Saya tidak tahu apa yang sedang

		perubahan perasaan teman saya tanpa perlu dia mengatakannya	orang lain rasakan jika mereka tidak menceritakan pada saya
Membangun hubungan	Membangun interaksi dan komunikasi yang baik dengan orang lain	16) Mudah bagi saya untuk memulai obrolan yang hangat dengan orang lain	11) Saya enggan menyapa orang lain yang telah menyinggung perasaan saya
		36) Ketika ada perilaku saya yang membuat teman saya sedih, saya tidak sungkan untuk meminta maaf terlebih dahulu	31) Ketika saya melakukan kesalahan, saya malu untuk meminta maaf terlebih dahulu
	Berperan di lingkungan masyarakat	6) Saya senang dapat bekerja sama dengan baik dalam kelompok	1) Saya enggan berbaur dengan lingkungan ketika saya sedang sedih
		26) Saya senang mengikuti kegiatan sosial di lingkungan sekitar saya	21) Saya merasa pasif selama diskusi berlangsung karena takut menyampaikan pendapat saya
Jumlah		20	20

Keterangan: aitem yang dibold adalah aitem yang gugur

C. Blue Print Skala Kemandirian

Aspek	Indikator	Aitem	
		<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>
Kemandirian emosional	Mampu mengandalkan diri sendiri dalam mengelola emosi saat mengatasi berbagai tuntutan atau menyelesaikan masalah	12) Saya berani mengungkapkan pendapat di hadapan orang lain tanpa takut terhadap penilaian orang lain	9) Saya takut ketika guru meminta saya menyampaikan pendapat di depan kelas sendiri tanpa ditemani teman saya
		24) Saya dapat menyelesaikan situasi yang membuat saya kecewa secara mandiri tanpa harus melibatkan bantuan orang lain	21) Saya merasa tertekan ketika menghadapi masalah yang sulit diselesaikan sendiri
	Mampu memenuhi kebutuhan afektifnya sendiri	6) Ketika saya merasa sedih, saya memilih curhat dengan teman dekat saya untuk mendapatkan pengertian dengan harapan saya merasa lebih tenang	3) Saya enggan untuk berkomunikasi dengan orang lain karena takut tidak diterima
		18) Saya merasa nyaman menjadi diri saya sendiri di hadapan orang lain tanpa takut diremehkan	15) Ketika saya merasa bimbang untuk melakukan sesuatu, saya kesulitan mendapatkan orang yang dapat meyakinkan saya
Kemandirian tingkah laku	Mampu membuat keputusan sendiri dan bertanggung	11) Saya dapat membuat keputusan sendiri tanpa meminta	8) Saya merasa ragu untuk menentukan keputusan sendiri

	jawab atas keputusan yang diambil	pendapat dari orang lain 23) Saya akan bertanggung jawab terhadap akibat dari keputusan yang saya ambil	20) Sulit bagi saya untuk bertanggung jawab atas kesalahan yang saya lakukan
	Memiliki kepercayaan diri	5) Solusi yang saya temukan adalah hal yang paling tepat untuk mengatasi permasalahan yang sedang saya hadapi	2) Saya lebih memilih untuk mengikuti apa yang dikatakan orang lain daripada mempercayai keputusan saya sendiri
		17) Saya berani mencoba hal-hal baru di sekolah meskipun tidak bersama teman dekat saya	14) Saya menunda-nunda mengerjakan tugas yang harus saya selesaikan karena merasa takut salah
Kemandirian nilai	Mampu membedakan hal yang benar dan salah	10) Saya tahu bahwa menyontek adalah perbuatan yang tidak baik	7) Saya bingung menentukan mana yang benar dan mana yang salah
		22) Saya tahu berbagai peraturan sekolah yang harus dipatuhi tanpa harus ada orang lain yang mengingatkan	19) Saya bingung mengapa orang lain menganggap tindakan saya salah padahal menurut saya apa yang saya lakukan sudah benar
	Bertindak sesuai prinsip dan nilai-nilai yang diyakini	4) Penting bagi saya untuk mengerjakan tugas dengan jujur tanpa menyontek	1) Saya mengabaikan nilai-penting yang saya pegang untuk mendapatkan sesuatu yang saya inginkan
16) Saya berusaha datang ke sekolah tepat waktu meskipun sebagian teman		13) Saya mengikuti kemauan teman saya untuk meninggalkan jam pelajaran yang	

		yang lain masih ada yang terlambat	membosankan meskipun saya menyadari bahwa hal itu salah
	Jumlah	12	12

Keterangan: aitem yang dibold adalah aitem yang gugur

Lampiran 2 Skala Uji Coba

SKALA PENELITIAN

A. PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahiim

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakaatuh

Perkenalkan saya **Zahra Firdaus** mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir (Skripsi). Perkenalkan saya meminta bantuan kepada adik-adik untuk menjadi responden penelitian ini dalam rangka keperluan kelengkapan data penelitian saya. Diharapkan adik-adik dapat mengisi skala ini dengan sebaik-baiknya. Segala identitas dan jawaban yang telah adik-adik berikan akan dijamin kerahasiaannya karena data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

(Bagi 6 orang yang beruntung akan mendapatkan hadiah dari peneliti, dimohon untuk menyertakan No. Handphone/WA)

Terima kasih atas kesediaan adik-adik telah berpartisipasi menjadi responden penelitian ini. Semoga Allah membalas adik-adik dengan pahala kebaikan. Aamiin.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakaatuh

B. PETUNJUK PENGISIAN

1. Dalam lembar ini disajikan pernyataan yang dikelompokkan menjadi tiga bagian.
2. Dimohon sebelum menentukan jawaban adik-adik membaca dan memahami terlebih dahulu semua pernyataan yang ada dengan cermat.
3. Pilih satu jawaban dengan memberi tanda lingkaran pada pilihan jawaban tersebut berdasarkan pertimbangan pertama yang muncul di pikiran adik-adik. Diharapkan adik-adik dapat **memilih pernyataan sesuai dengan kondisi adik-adik saat ini**.
4. Tidak ada jawaban benar atau salah.
5. Setelah selesai, koreksilah sekali lagi semua jawaban untuk memastikan semua pernyataan telah dijawab.

Adapun empat pilihan jawaban yang disediakan yaitu:

- | | |
|---------------------------|--|
| Sangat Sesuai (SS) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut SANGAT SESUAI dengan kondisi Anda. |
| Sesuai (S) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut SESUAI dengan kondisi Anda. |
| Tidak Sesuai (TS) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut TIDAK SESUAI dengan kondisi Anda. |
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut SANGAT TIDAK SESUAI dengan kondisi Anda. |

Contoh pengisian jawaban :

➤ **Cara menjawab:**

Pernyataan	Pilihan Jawaban			
Saya memilih diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan	SS	S	TS	STS

➤ **Jika ingin mengganti jawaban:**

Pernyataan	Pilihan Jawaban			
Saya memilih diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan	SS	S	TS	STS

C. IDENTITAS DIRI

Nama :
 Kelas :
 Usia :
 Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan*
 No. HP/WA:
 *coret salah satu

BAGIAN 1

NO	PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
1.	Saya mengabaikan kondisi tempat saya belajar	SS	S	TS	STS
2.	Saya diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan	SS	S	TS	STS
3.	Saya tidak memberikan hukuman apa pun pada diri sendiri ketika nilai ujian yang saya dapatkan tidak mencapai target	SS	S	TS	STS
4.	Saya membiarkan waktu berlalu tanpa mencari tahu penyebab mengapa saya belum mencapai target belajar	SS	S	TS	STS
5.	Saya menyingkirkan benda-benda yang dapat mengganggu konsentrasi saya ketika saya akan belajar	SS	S	TS	STS
6.	Saya bertanya pada teman tentang materi yang belum saya pahami	SS	S	TS	STS
7.	Apabila saya dapat mencapai target belajar, saya akan memberikan hadiah pada diri sendiri	SS	S	TS	STS
8.	Saya mempelajari ulang catatan materi pelajaran yang belum saya kuasai agar lebih paham	SS	S	TS	STS
9.	Tugas tambahan dari guru membebani saya	SS	S	TS	STS
10.	Saya terbiasa belajar hanya ketika sudah mendekati ujian	SS	S	TS	STS
11.	Saya mengerjakan latihan-latihan soal hanya ketika diminta oleh guru	SS	S	TS	STS

12.	Saya tidak memiliki tujuan belajar yang tertulis dengan jelas	SS	S	TS	STS
13.	Saya memandang tugas-tugas yang diberikan kepada saya sebagai kesempatan untuk meningkatkan pemahaman	SS	S	TS	STS
14.	Saya membuat jadwal kegiatan belajar sehari-hari di luar jam pelajaran di sekolah	SS	S	TS	STS
15.	Selain menggunakan buku yang digunakan guru, saya berusaha mencari tambahan referensi materi dari sumber lain untuk belajar	SS	S	TS	STS
16.	Saya berusaha menuliskan target yang ingin saya capai di setiap semester	SS	S	TS	STS
17.	Sulit bagi saya menjauhkan benda-benda yang dapat mengganggu saya ketika belajar sehingga saya sulit berkonsentrasi	SS	S	TS	STS
18.	Saya memilih menghadapi tugas-tugas sekolah sendiri daripada mencari bantuan dari orang lain	SS	S	TS	STS
19.	Saya membiarkan perasaan negatif yang saya rasakan sehingga mengganggu konsentrasi saya saat belajar	SS	S	TS	STS
20.	Saya memilih bermain daripada harus membuat ringkasan dari materi yang sudah dipelajari untuk memudahkan pemahaman saya	SS	S	TS	STS
21.	Saya terbiasa memastikan lingkungan belajar menjadi nyaman agar saya bisa fokus saat belajar	SS	S	TS	STS
22.	Ketika saya belum memahami materi, saya bertanya kepada guru untuk mendapat penjelasan	SS	S	TS	STS
23.	Saya mencoba menenangkan diri ketika nilai ujian saya tidak memuaskan	SS	S	TS	STS
24.	Saya berlatih mengerjakan latihan soal untuk memastikan bahwa saya memahami materi yang sudah dipelajari sebelumnya	SS	S	TS	STS
25.	Saya ragu dapat menyelesaikan tugas sekolah yang menurut saya sulit	SS	S	TS	STS
26.	Saya menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah	SS	S	TS	STS
27.	Saya malas mencari informasi tambahan tentang materi pelajaran yang sedang diajarkan oleh guru	SS	S	TS	STS
28.	Saya kesulitan untuk menentukan tujuan belajar dengan jelas sehingga saya mengikuti apa saja yang diajarkan di sekolah	SS	S	TS	STS
29.	Tugas tambahan yang diberikan guru membuat	SS	S	TS	STS

	saya tertantang untuk menyelesaikannya				
30.	Saya membatasi waktu bermain ketika ada banyak tugas yang harus diselesaikan	SS	S	TS	STS
31.	Saya berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan guru meskipun tugasnya sulit	SS	S	TS	STS
32.	Sebelum memulai belajar, saya membuat rencana tentang apa yang ingin saya capai	SS	S	TS	STS

BAGIAN 2

NO	PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya enggan berbaur dengan lingkungan ketika saya sedang sedih	SS	S	TS	STS
2.	Sulit bagi saya untuk mengenali perasaan orang lain	SS	S	TS	STS
3.	Saya merasa putus asa ketika menghadapi kesulitan	SS	S	TS	STS
4.	Saya menyalahkan orang lain ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan	SS	S	TS	STS
5.	Saya tidak menyadari perubahan perasaan saya selama seminggu terakhir	SS	S	TS	STS
6.	Saya senang dapat bekerja sama dengan baik dalam kelompok	SS	S	TS	STS
7.	Saya dapat mengenali perasaan orang lain dari gerak-geriknya	SS	S	TS	STS
8.	Ketika menghadapi masalah, saya merasa termotivasi untuk mencari solusi	SS	S	TS	STS
9.	Saat merasa kesal saya memilih menulis diary sebagai cara untuk mengungkapkan perasaan saya	SS	S	TS	STS
10.	Saya berusaha mencatat perubahan perasaan saya secara rutin	SS	S	TS	STS
11.	Saya enggan menyapa orang lain yang telah menyinggung perasaan saya	SS	S	TS	STS
12.	Saya tetap sibuk bermain ponsel ketika orang lain sedang bercerita kepada saya mengenai kesedihannya	SS	S	TS	STS
13.	Saya kehilangan semangat untuk mengikuti pelajaran karena masih kecewa mendapat nilai yang kurang memuaskan dalam ujian sebelumnya	SS	S	TS	STS
14.	Sulit bagi saya untuk mengalihkan perhatian dari perasaan cemas saat akan mengikuti ujian akhir semester	SS	S	TS	STS

15.	Saya merasa bingung dengan perasaan yang saya alami ketika sesuatu terjadi	SS	S	TS	STS
16.	Mudah bagi saya untuk memulai obrolan yang hangat dengan orang lain	SS	S	TS	STS
17.	Saya berusaha menenangkan teman yang terlihat sedang bersedih	SS	S	TS	STS
18.	Saya berusaha untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan	SS	S	TS	STS
19.	Saya mampu menenangkan diri ketika menghadapi situasi yang menantang di sekolah	SS	S	TS	STS
20.	Saya mampu menyadari apa yang saya rasakan pada saat sesuatu terjadi	SS	S	TS	STS
21.	Saya merasa pasif selama diskusi berlangsung karena takut menyampaikan pendapat saya	SS	S	TS	STS
22.	Saya tidak tahu apa yang sedang orang lain rasakan jika mereka tidak menceritakan pada saya	SS	S	TS	STS
23.	Saya memilih menghindari pelajaran yang sulit daripada mencoba untuk mengatasi kesulitan tersebut	SS	S	TS	STS
24.	Saya mengurung diri di kamar saat mengalami kesedihan yang berlarut-larut	SS	S	TS	STS
25.	Saya tidak tahu kapan saya merasa paling bersemangat	SS	S	TS	STS
26.	Saya senang mengikuti kegiatan sosial di lingkungan sekitar saya	SS	S	TS	STS
27.	Saya dapat menyadari perubahan perasaan teman saya tanpa perlu dia mengatakannya	SS	S	TS	STS
28.	Saya tetap optimis untuk belajar meskipun materi pelajaran terasa sulit dipahami	SS	S	TS	STS
29.	Saya berusaha menjaga ucapan ketika sedang marah	SS	S	TS	STS
30.	Saya tahu kapan perasaan saya akan berubah	SS	S	TS	STS
31.	Ketika saya melakukan kesalahan, saya malu untuk meminta maaf terlebih dahulu	SS	S	TS	STS
32.	Saya bersikap cuek saat ada teman memberitahu kabar buruk kepada saya	SS	S	TS	STS
33.	Saya menunda mengerjakan tugas ketika sedang sedih	SS	S	TS	STS
34.	Saya kesulitan untuk berhenti memikirkan hal-hal yang membuat saya sedih	SS	S	TS	STS
35.	Saya kesulitan mengenali perasaan marah saya	SS	S	TS	STS

36.	Ketika ada perilaku saya yang membuat teman saya sedih, saya tidak sungkan untuk meminta maaf terlebih dahulu	SS	S	TS	STS
37.	Saya senang membantu teman yang sedang mengalami kesusahan	SS	S	TS	STS
38.	Saya tetap berusaha menyelesaikan tugas meski saya sedang sedih	SS	S	TS	STS
39.	Saya mampu bersabar ketika sedang mengerjakan soal yang sulit	SS	S	TS	STS
40.	Saya tahu apa yang membuat saya merasa senang	SS	S	TS	STS

BAGIAN 3

NO	PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mengabaikan nilai-penting yang saya pegang untuk mendapatkan sesuatu yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
2.	Saya lebih memilih untuk mengikuti apa yang dikatakan orang lain daripada mempercayai keputusan saya sendiri	SS	S	TS	STS
3.	Saya enggan untuk berkomunikasi dengan orang lain karena takut tidak diterima	SS	S	TS	STS
4.	Penting bagi saya untuk mengerjakan tugas dengan jujur tanpa menyontek	SS	S	TS	STS
5.	Solusi yang saya temukan adalah hal yang paling tepat untuk mengatasi permasalahan yang sedang saya hadapi	SS	S	TS	STS
6.	Ketika saya merasa sedih, saya memilih curhat dengan teman dekat saya untuk mendapatkan pengertian dengan harapan saya merasa lebih tenang	SS	S	TS	STS
7.	Saya bingung menentukan mana yang benar dan mana yang salah	SS	S	TS	STS
8.	Saya merasa ragu untuk menentukan keputusan sendiri	SS	S	TS	STS
9.	Saya takut ketika guru meminta saya menyampaikan pendapat di depan kelas sendiri tanpa ditemani teman saya	SS	S	TS	STS
10.	Saya tahu bahwa menyontek adalah perbuatan yang tidak baik	SS	S	TS	STS
11.	Saya dapat membuat keputusan sendiri tanpa meminta pendapat dari orang lain	SS	S	TS	STS
12.	Saya berani mengungkapkan pendapat di hadapan orang lain tanpa takut terhadap penilaian orang lain	SS	S	TS	STS

13.	Saya mengikuti kemauan teman saya untuk meninggalkan jam pelajaran yang membosankan meskipun saya menyadari bahwa hal itu salah	SS	S	TS	STS
14.	Saya menunda-nunda mengerjakan tugas yang harus saya selesaikan karena merasa takut salah	SS	S	TS	STS
15.	Ketika saya merasa bimbang untuk melakukan sesuatu, saya kesulitan mendapatkan orang yang dapat meyakinkan saya	SS	S	TS	STS
16.	Saya berusaha datang ke sekolah tepat waktu meskipun sebagian teman yang lain masih ada yang terlambat	SS	S	TS	STS
17.	Saya berani mencoba hal-hal baru di sekolah meskipun tidak bersama teman dekat saya	SS	S	TS	STS
18.	Saya merasa nyaman menjadi diri saya sendiri di hadapan orang lain tanpa takut diremehkan	SS	S	TS	STS
19.	Saya bingung mengapa orang lain menganggap tindakan saya salah padahal menurut saya apa yang saya lakukan sudah benar	SS	S	TS	STS
20.	Sulit bagi saya untuk bertanggung jawab atas kesalahan yang saya lakukan	SS	S	TS	STS
21.	Saya merasa tertekan ketika menghadapi masalah yang sulit diselesaikan sendiri	SS	S	TS	STS
22.	Saya tahu berbagai peraturan sekolah yang harus dipatuhi tanpa harus ada orang lain yang mengingatkan	SS	S	TS	STS
23.	Saya akan bertanggung jawab terhadap akibat dari keputusan yang saya ambil	SS	S	TS	STS
24.	Saya dapat menyelesaikan situasi yang membuat saya kecewa secara mandiri tanpa harus melibatkan bantuan orang lain	SS	S	TS	STS

Lampiran 3 Skala Penelitian

SKALA PENELITIAN

A. PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahiim

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakaatuh

Perkenalkan saya **Zahra Firdaus** mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir (Skripsi). Perkenalkan saya meminta bantuan kepada adik-adik untuk menjadi responden penelitian ini dalam rangka keperluan kelengkapan data penelitian saya. Diharapkan adik-adik dapat mengisi skala ini dengan sebaik-baiknya. Segala identitas dan jawaban yang telah adik-adik berikan akan dijamin kerahasiaannya karena data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

(Bagi 6 orang yang beruntung akan mendapatkan hadiah dari peneliti, dimohon untuk menyertakan No. Handphone/WA)

Terima kasih atas kesediaan adik-adik telah berpartisipasi menjadi responden penelitian ini. Semoga Allah membalas adik-adik dengan pahala kebaikan. Aamiin.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakaatuh

B. PETUNJUK PENGISIAN

1. Dalam lembar ini disajikan pernyataan yang dikelompokkan menjadi tiga bagian.
2. Dimohon sebelum menentukan jawaban adik-adik membaca dan memahami terlebih dahulu semua pernyataan yang ada dengan cermat.
3. Pilih satu jawaban dengan memberi tanda lingkaran pada pilihan jawaban tersebut berdasarkan pertimbangan pertama yang muncul di pikiran adik-adik. Diharapkan adik-adik dapat **memilih pernyataan sesuai dengan kondisi adik-adik saat ini**.
4. Tidak ada jawaban benar atau salah.
5. Setelah selesai, koreksilah sekali lagi semua jawaban untuk memastikan semua pernyataan telah dijawab.

Adapun empat pilihan jawaban yang disediakan yaitu:

- | | |
|---------------------------|--|
| Sangat Sesuai (SS) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut SANGAT SESUAI dengan kondisi Anda. |
| Sesuai (S) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut SESUAI dengan kondisi Anda. |
| Tidak Sesuai (TS) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut TIDAK SESUAI dengan kondisi Anda. |
| Sangat Tidak Sesuai (STS) | : Jawaban ini Anda pilih, bila pertanyaan tersebut SANGAT TIDAK SESUAI dengan kondisi Anda. |

Contoh pengisian jawaban :

➤ **Cara menjawab:**

Pernyataan	Pilihan Jawaban			
Saya memilih diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan	Ⓢ	S	TS	STS

➤ **Jika ingin mengganti jawaban:**

Pernyataan	Pilihan Jawaban			
Saya memilih diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan	SS	S	TS	Ⓢ

C. IDENTITAS DIRI

Nama :
 Kelas :
 Usia :
 Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan*
 No. HP/WA:
 *coret salah satu

BAGIAN 1

PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
Saya memilih diam meskipun saya belum mengerti materi yang telah diajarkan	SS	S	TS	STS
Saya membiarkan waktu berlalu tanpa mencari tahu penyebab mengapa saya belum mencapai target belajar	SS	S	TS	STS
Saya terbiasa menyingkirkan benda-benda yang dapat mengganggu konsentrasi saya ketika saya akan belajar	SS	S	TS	STS
Saya mempelajari ulang catatan materi pelajaran yang belum saya kuasai agar lebih paham	SS	S	TS	STS
Tugas tambahan dari guru membebani saya	SS	S	TS	STS
Saya terbiasa belajar hanya ketika sudah mendekati ujian	SS	S	TS	STS
Saya mengerjakan latihan-latihan soal hanya ketika diminta oleh guru	SS	S	TS	STS
Saya tidak memiliki tujuan belajar yang tertulis dengan jelas	SS	S	TS	STS
Saya membuat jadwal kegiatan belajar sehari-hari di luar jam pelajaran di sekolah	SS	S	TS	STS
Selain menggunakan buku yang digunakan guru, saya berusaha mencari tambahan referensi materi dari sumber lain untuk belajar	SS	S	TS	STS

Saya berusaha menuliskan target yang ingin saya capai di setiap semester	SS	S	TS	STS
Saya membiarkan perasaan negatif yang saya rasakan sehingga mengganggu konsentrasi saya saat belajar	SS	S	TS	STS
Saya memilih bermain daripada harus membuat ringkasan dari materi yang sudah dipelajari untuk memudahkan pemahaman saya	SS	S	TS	STS
Saya terbiasa memastikan lingkungan belajar menjadi nyaman agar saya bisa fokus saat belajar	SS	S	TS	STS
Ketika saya belum memahami materi, saya bertanya kepada guru untuk mendapat penjelasan	SS	S	TS	STS
Saya berlatih mengerjakan latihan soal untuk memastikan bahwa saya memahami materi yang sudah dipelajari sebelumnya	SS	S	TS	STS
Saya menunda-nunda mengerjakan tugas sekolah	SS	S	TS	STS
Saya malas mencari informasi tambahan tentang materi pelajaran yang sedang diajarkan oleh guru	SS	S	TS	STS
Saya kesulitan untuk menentukan tujuan belajar dengan jelas sehingga saya mengikuti apa saja yang diajarkan di sekolah	SS	S	TS	STS
Tugas tambahan yang diberikan guru membuat saya tertantang untuk menyelesaikannya	SS	S	TS	STS
Saya membatasi waktu bermain ketika ada banyak tugas yang harus diselesaikan	SS	S	TS	STS
Saya berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan guru meskipun tugasnya sulit	SS	S	TS	STS
Sebelum memulai belajar, saya membuat target belajar yang ingin saya capai	SS	S	TS	STS

BAGIAN 2

PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
Saya enggan berbaur dengan lingkungan ketika saya sedang sedih	SS	S	TS	STS
Sulit bagi saya untuk mengenali perasaan orang lain	SS	S	TS	STS
Saya merasa putus asa ketika menghadapi kesulitan	SS	S	TS	STS

Saya menyalahkan orang lain ketika sesuatu tidak berjalan sesuai harapan	SS	S	TS	STS
Saya tidak menyadari perubahan perasaan saya selama seminggu terakhir	SS	S	TS	STS
Saya senang dapat bekerja sama dengan baik dalam kelompok	SS	S	TS	STS
Ketika menghadapi masalah, saya merasa termotivasi untuk mencari solusi	SS	S	TS	STS
Saya enggan menyapa orang lain yang telah menyinggung perasaan saya	SS	S	TS	STS
Saya tetap sibuk bermain ponsel ketika orang lain sedang bercerita kepada saya mengenai kesedihannya	SS	S	TS	STS
Saya kehilangan semangat untuk mengikuti pelajaran karena masih kecewa mendapat nilai yang kurang memuaskan dalam ujian sebelumnya	SS	S	TS	STS
Sulit bagi saya untuk mengalihkan perhatian dari perasaan cemas saat akan mengikuti ujian akhir semester	SS	S	TS	STS
Saya merasa bingung dengan perasaan yang saya alami ketika sesuatu terjadi	SS	S	TS	STS
Mudah bagi saya untuk memulai obrolan yang hangat dengan orang lain	SS	S	TS	STS
Saya berusaha untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan	SS	S	TS	STS
Saya mampu menyadari apa yang saya rasakan pada saat sesuatu terjadi	SS	S	TS	STS
Saya merasa pasif selama diskusi berlangsung karena takut menyampaikan pendapat saya	SS	S	TS	STS
Saya memilih menghindari pelajaran yang sulit daripada mencoba untuk mengatasi kesulitan tersebut	SS	S	TS	STS
Saya mengurung diri di kamar saat mengalami kesedihan yang berlarut-larut	SS	S	TS	STS
Saya tidak tahu kapan saya merasa paling bersemangat	SS	S	TS	STS
Saya senang mengikuti kegiatan sosial di lingkungan sekitar saya	SS	S	TS	STS
Saya dapat menyadari perubahan perasaan teman saya tanpa perlu dia mengatakannya	SS	S	TS	STS
Saya tetap optimis untuk belajar meskipun materi pelajaran terasa sulit dipahami	SS	S	TS	STS
Saya berusaha menjaga ucapan ketika sedang marah	SS	S	TS	STS

Saya tahu kapan perasaan saya akan berubah	SS	S	TS	STS
Ketika saya melakukan kesalahan, saya malu untuk meminta maaf terlebih dahulu	SS	S	TS	STS
Saya bersikap cuek saat ada teman memberitahu kabar buruk kepada saya	SS	S	TS	STS
Saya menunda mengerjakan tugas ketika sedang sedih	SS	S	TS	STS
Saya kesulitan mengenali perasaan marah saya	SS	S	TS	STS
Saya senang membantu teman yang sedang mengalami kesusahan	SS	S	TS	STS
Saya mampu bersabar ketika sedang mengerjakan soal yang sulit	SS	S	TS	STS

BAGIAN 3

PERNYATAAN	Pilihan Jawaban			
	SS	S	TS	STS
Saya mengabaikan nilai-penting yang saya pegang untuk mendapatkan sesuatu yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
Saya lebih memilih untuk mengikuti apa yang dikatakan orang lain daripada mempercayai keputusan saya sendiri	SS	S	TS	STS
Saya enggan untuk berkomunikasi dengan orang lain karena takut tidak diterima	SS	S	TS	STS
Penting bagi saya untuk mengerjakan tugas dengan jujur tanpa menyontek	SS	S	TS	STS
Solusi yang saya temukan adalah hal yang paling tepat untuk mengatasi permasalahan yang sedang saya hadapi	SS	S	TS	STS
Saya bingung menentukan mana yang benar dan mana yang salah	SS	S	TS	STS
Saya merasa ragu untuk menentukan keputusan sendiri	SS	S	TS	STS
Saya takut ketika guru meminta saya menyampaikan pendapat di depan kelas sendiri tanpa ditemani teman saya	SS	S	TS	STS
Saya tahu bahwa menyontek adalah perbuatan yang tidak baik	SS	S	TS	STS
Saya dapat membuat keputusan sendiri tanpa meminta pendapat dari orang lain	SS	S	TS	STS
Saya menunda-nunda mengerjakan tugas yang harus saya selesaikan karena merasa takut salah	SS	S	TS	STS
Ketika saya merasa bimbang untuk melakukan sesuatu, saya kesulitan	SS	S	TS	STS

mendapatkan orang yang dapat meyakinkan saya				
Saya berusaha datang ke sekolah tepat waktu meskipun sebagian teman yang lain masih ada yang terlambat	SS	S	TS	STS
Saya berani mencoba hal-hal baru di sekolah meskipun tidak bersama teman dekat saya	SS	S	TS	STS
Saya merasa nyaman menjadi diri saya sendiri di hadapan orang lain tanpa takut diremehkan	SS	S	TS	STS
Saya tahu berbagai peraturan sekolah yang harus dipatuhi tanpa harus ada orang lain yang mengingatkan	SS	S	TS	STS
Saya akan bertanggung jawab terhadap akibat dari keputusan yang saya ambil	SS	S	TS	STS
Saya dapat menyelesaikan situasi yang membuat saya kecewa secara mandiri tanpa harus melibatkan bantuan orang lain	SS	S	TS	STS

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas

C. *Self-Regulated Learning*

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y_01	90.8571	100.174	.161	.855
Y_02	91.0000	95.951	.378	.850
Y_03	91.5238	102.451	-.035	.863
Y_04	91.0238	96.951	.464	.848
Y_05	90.7381	95.954	.389	.850
Y_06	90.4762	100.646	.168	.854
Y_07	91.0714	101.239	.052	.859
Y_08	90.7143	92.746	.628	.843
Y_09	91.0476	94.827	.417	.849
Y_10	91.2857	93.282	.531	.845
Y_11	91.3571	95.357	.426	.849
Y_12	90.9524	96.632	.412	.849
Y_13	90.7381	98.930	.269	.853
Y_14	91.1190	97.229	.343	.851
Y_15	90.8810	93.522	.553	.845
Y_16	90.8810	96.498	.414	.849
Y_17	91.3333	97.886	.292	.852
Y_18	91.4286	108.397	-.397	.870
Y_19	90.9762	94.707	.431	.848
Y_20	91.0000	91.171	.668	.841
Y_21	90.5714	91.763	.698	.841
Y_22	91.0000	95.756	.480	.847
Y_23	90.9048	99.113	.225	.854
Y_24	90.9286	92.995	.679	.842
Y_25	91.7857	102.904	-.055	.861
Y_26	91.3095	91.097	.644	.841
Y_27	91.1905	96.646	.437	.849
Y_28	91.5238	96.256	.400	.849
Y_29	91.2143	97.831	.335	.851
Y_30	90.7857	93.099	.548	.845
Y_31	90.7619	96.527	.395	.850
Y_32	90.8810	97.425	.345	.851

D. Kecerdasan Emosional

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1_01	111.1667	144.240	.354	.850
X1_02	111.4524	144.449	.341	.850
X1_03	110.6190	141.851	.472	.847
X1_04	110.3571	143.113	.575	.846

X1_05	111.0238	145.682	.343	.850
X1_06	109.9524	148.973	.306	.851
X1_07	110.5476	147.473	.266	.852
X1_08	110.3095	143.780	.621	.846
X1_09	110.9048	157.308	-.230	.864
X1_10	111.0476	154.583	-.117	.860
X1_11	110.8571	141.052	.500	.846
X1_12	109.9762	141.195	.560	.845
X1_13	110.5714	144.202	.484	.847
X1_14	111.1905	143.914	.415	.848
X1_15	111.5714	146.495	.347	.850
X1_16	110.5476	145.181	.413	.849
X1_17	110.3095	151.146	.092	.855
X1_18	109.9762	147.243	.406	.850
X1_19	110.3571	150.382	.104	.855
X1_20	110.2857	145.429	.492	.848
X1_21	111.0000	146.146	.305	.851
X1_22	111.4286	150.300	.117	.855
X1_23	110.4048	142.344	.509	.846
X1_24	111.2619	140.296	.441	.847
X1_25	111.0238	141.780	.432	.848
X1_26	110.5476	145.668	.385	.849
X1_27	110.5476	144.985	.403	.849
X1_28	110.3333	145.301	.407	.849
X1_29	110.3810	144.681	.327	.851
X1_30	110.8333	145.313	.316	.851
X1_31	110.5476	142.205	.444	.847
X1_32	110.4524	142.644	.535	.846
X1_33	110.8810	142.498	.445	.847
X1_34	111.3571	147.016	.205	.854
X1_35	111.0238	145.780	.324	.851
X1_36	110.4286	149.226	.142	.855
X1_37	110.0476	147.217	.410	.850
X1_38	110.5952	151.954	.024	.857
X1_39	110.2857	145.233	.505	.848
X1_40	110.0952	150.918	.092	.855

E. Kemandirian

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2_01	64.2857	56.697	.347	.754
X2_02	64.3810	52.242	.602	.736
X2_03	64.7619	54.235	.442	.747
X2_04	63.9524	55.607	.418	.750
X2_05	64.1667	57.362	.323	.756
X2_06	64.6667	66.325	-.405	.809
X2_07	64.8333	54.825	.346	.753
X2_08	65.0714	55.531	.328	.754

X2_09	65.2619	53.125	.428	.746
X2_10	63.6190	56.632	.364	.753
X2_11	64.5952	53.905	.446	.746
X2_12	64.6905	56.414	.249	.759
X2_13	64.1905	57.231	.168	.765
X2_14	64.4524	53.327	.579	.739
X2_15	65.0238	56.219	.327	.754
X2_16	64.0238	56.073	.322	.754
X2_17	64.5714	55.129	.335	.753
X2_18	64.1190	53.571	.506	.743
X2_19	65.2619	60.296	-.043	.774
X2_20	64.1429	57.101	.252	.758
X2_21	65.0000	57.220	.165	.765
X2_22	63.9286	56.117	.322	.754
X2_23	64.0952	55.210	.418	.749
X2_24	64.4762	53.621	.395	.749

Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas

A. *Self-Regulated Learning*

Hasil Uji Reliabilitas

Keseluruhan Aitem

Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.854	32

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.894	23

B. Skala Kecerdasan Emosional

Hasil Uji Reliabilitas

Keseluruhan Aitem

Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.854	40

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.881	30

C. Skala Kemandirian

Hasil Uji Reliabilitas

Keseluruhan Aitem

Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.763	24

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.819	18

Lampiran 6 Hasil Uji Deskriptif

a. Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosional (X1)	183	48	105	81.79	10.787
Kemandirian (X2)	183	37	70	51.98	6.156
Self-Regulated Learning (Y)	183	40	91	66.34	8.702
Valid N (listwise)	183				

b. Variabel Kecerdasan Emosional

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 71,003$	Rendah
$(Mean - 1 SD) \leq X < (Mean + 1 SD)$	$71,003 \leq X < 92,577$	Sedang
$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X \geq 92,577$	Tinggi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	16.9	16.9	16.9
	Sedang	121	66.1	66.1	83.1
	Tinggi	31	16.9	16.9	100.0
	Total	183	100.0	100.0	

c. Variabel Kemandirian

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 45,824$	Rendah
$(Mean - 1 SD) \leq X < (Mean + 1 SD)$	$45,824 \leq X < 58,136$	Sedang
$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X \geq 58,136$	Tinggi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	13.1	13.1	13.1
	Sedang	127	69.4	69.4	82.5
	Tinggi	32	17.5	17.5	100.0
	Total	183	100.0	100.0	

d. Variabel *Self-Regulated Learning*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < (Mean - 1 SD)$	$X < 57,638$	Rendah
$(Mean - 1 SD) \leq X < (Mean + 1 SD)$	$57,638 \leq X < 75,042$	Sedang
$X \geq (Mean + 1 SD)$	$X \geq 75,042$	Tinggi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	13.1	13.1	13.1
	Sedang	131	71.6	71.6	84.7
	Tinggi	28	15.3	15.3	100.0
	Total	183	100.0	100.0	

Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas, Linearitas, dan Multikolinieritas

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		183
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.66905027
Most Extreme Differences	Absolute	.059
	Positive	.027
	Negative	-.059
Test Statistic		.059
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

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

Hasil Uji Linearitas *Self-Regulated Learning* dan Kecerdasan Emosional

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self-Regulated Learning * Kecerdasan Emosional	Between Groups	(Combined)	4889.864	44	111.133	1.725	.009
		Linearity	1445.351	1	1445.351	22.433	.000
		Deviation from Linearity	3444.514	43	80.105	1.243	.174
	Within Groups		8891.447	138	64.431		
Total			13781.311	182			

Hasil Uji Linearitas *Self-Regulated Learning* dan Kemandirian

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Self-Regulated Learning * Kemandirian	Between Groups	(Combined)	4922.266	29	169.733	2.931	.000
		Linearity	2800.703	1	2800.703	48.370	.000
		Deviation from Linearity	2121.563	28	75.770	1.309	.155
	Within Groups		8859.045	153	57.902		
Total			13781.311	182			

Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	27.874	5.456		5.109	.000		
	Kecerdasan Emosional	.127	.059	.157	2.156	.032	.810	1.234
	Kemandirian	.540	.103	.382	5.238	.000	.810	1.234

a. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

Lampiran 8 Hasil Uji Hipotesis

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	27.874	5.456		5.109	.000
	Kecerdasan Emosional	.127	.059	.157	2.156	.032
	Kemandirian	.540	.103	.382	5.238	.000

a. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3077.103	2	1538.552	25.872	.000^b
	Residual	10704.208	180	59.468		
	Total	13781.311	182			

a. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

b. Predictors: (Constant), Kemandirian, Kecerdasan Emosional

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.473 ^a	.223	.215	7.712

a. Predictors: (Constant), Kemandirian, Kecerdasan Emosional

b. Dependent Variable: Self-Regulated Learning

Lampiran 9 Tabulasi Data Hasil Penelitian

No	Kelas	Usia	Jenis Kelamin	Skor Total		
				Kecerdasan Emosional (X1)	Kemandirian (X2)	<i>Self-Regulated Learning</i> (Y)
1	7A	14 tahun	Laki-laki	57	54	69
2	7A	13 tahun	Laki-laki	82	51	61
3	7A	13 tahun	Laki-laki	105	63	73
4	7A	13 tahun	Laki-laki	97	55	62
5	7A	13 tahun	Laki-laki	95	54	57
6	7A	14 tahun	Perempuan	91	57	84
7	7A	12 tahun	Perempuan	81	58	73
8	7A	13 tahun	Perempuan	78	52	77
9	7A	15 tahun	Perempuan	92	55	61
10	7A	14 tahun	Laki-laki	83	46	62
11	7A	15 tahun	Laki-laki	80	48	66
12	7A	13 tahun	Laki-laki	86	54	56
13	7A	12 tahun	Laki-laki	70	47	49
14	7A	13 tahun	Laki-laki	92	46	45
15	7A	13 tahun	Perempuan	91	57	74
16	7A	14 tahun	Laki-laki	83	53	58
17	7A	13 tahun	Laki-laki	85	49	63
18	7A	13 tahun	Perempuan	93	53	69
19	7A	14 tahun	Perempuan	79	45	57
20	7A	13 tahun	Perempuan	84	48	61
21	7A	13 tahun	Perempuan	96	51	66
22	7A	13 tahun	Perempuan	95	53	68
23	7A	13 tahun	Perempuan	90	54	68
24	7A	13 tahun	Perempuan	94	60	73
25	7A	13 tahun	Laki-laki	102	60	74
26	7A	13 tahun	Laki-laki	77	46	58
27	7A	13 tahun	Perempuan	96	63	79
28	7A	13 tahun	Perempuan	87	53	63
29	7A	13 tahun	Laki-laki	71	41	61
30	7A	13 tahun	Laki-laki	85	60	62
31	7A	12 tahun	Laki-laki	86	62	67
32	7A	13 tahun	Perempuan	90	57	74
33	7D	14 tahun	Laki-laki	66	48	40
34	7D	13 tahun	Laki-laki	81	49	63
35	7D	12 tahun	Laki-laki	82	49	66
36	7D	14 tahun	Laki-laki	81	49	64
37	7D	13 tahun	Laki-laki	84	50	63
38	7D	12 tahun	Laki-laki	82	51	61
39	7D	13 tahun	Perempuan	73	49	62
40	7D	13 tahun	Perempuan	94	50	73
41	7D	13 tahun	Perempuan	90	54	80
42	7D	13 tahun	Perempuan	74	54	80
43	7D	13 tahun	Perempuan	67	49	59

44	7D	14 tahun	Perempuan	58	40	66
45	7D	13 tahun	Perempuan	59	48	72
46	7D	12 tahun	Perempuan	71	49	74
47	7D	13 tahun	Perempuan	65	37	57
48	7D	15 tahun	Perempuan	62	47	56
49	7D	12 tahun	Perempuan	48	56	57
50	7D	12 tahun	Laki-laki	63	50	54
51	7D	13 tahun	Perempuan	86	50	76
52	7D	12 tahun	Perempuan	91	64	69
53	7D	13 tahun	Laki-laki	81	51	69
54	7D	14 tahun	Laki-laki	80	53	64
55	7D	13 tahun	Laki-laki	86	49	65
56	7D	14 tahun	Laki-laki	85	48	65
57	8B	14 tahun	Perempuan	67	58	70
58	8B	13 tahun	Perempuan	76	49	67
59	8B	14 tahun	Perempuan	66	51	74
60	8B	14 tahun	Perempuan	66	65	70
61	8B	13 tahun	Perempuan	66	53	72
62	8B	14 tahun	Perempuan	67	41	70
63	8B	14 tahun	Perempuan	64	54	73
64	8B	14 tahun	Perempuan	62	57	68
65	8B	13 tahun	Perempuan	65	54	73
66	8B	14 tahun	Laki-laki	68	61	58
67	8B	13 tahun	Perempuan	74	61	72
68	8B	13 tahun	Perempuan	74	47	79
69	8B	13 tahun	Perempuan	95	57	77
70	8B	15 tahun	Laki-laki	91	53	84
71	8B	14 tahun	Perempuan	81	60	79
72	8B	13 tahun	Perempuan	90	55	71
73	8B	14 tahun	Laki-laki	67	54	61
74	8B	16 tahun	Laki-laki	71	49	60
75	8B	14 tahun	Laki-laki	81	62	72
76	8B	14 tahun	Laki-laki	89	52	68
77	8B	13 tahun	Laki-laki	71	46	65
78	8B	14 tahun	Laki-laki	94	52	70
79	8B	13 tahun	Laki-laki	89	57	46
80	8B	14 tahun	Laki-laki	84	49	69
81	8B	14 tahun	Laki-laki	92	42	52
82	8B	14 tahun	Laki-laki	83	60	86
83	8B	13 tahun	Laki-laki	77	51	45
84	8B	14 tahun	Laki-laki	85	52	71
85	8B	15 tahun	Laki-laki	61	41	60
86	8B	15 tahun	Laki-laki	83	46	58
87	8B	14 tahun	Laki-laki	66	59	70
88	8B	14 tahun	Laki-laki	94	49	69
89	8C	15 tahun	Laki-laki	68	41	63
90	8C	14 tahun	Laki-laki	82	44	73
91	8C	14 tahun	Perempuan	76	54	63

92	8C	13 tahun	Perempuan	87	50	63
93	8C	13 tahun	Perempuan	67	41	63
94	8C	14 tahun	Perempuan	66	41	63
95	8C	14 tahun	Laki-laki	70	43	43
96	8C	15 tahun	Perempuan	75	48	59
97	8C	14 tahun	Perempuan	82	49	60
98	8C	13 tahun	Perempuan	76	51	63
99	8C	14 tahun	Perempuan	74	52	61
100	8C	14 tahun	Laki-laki	74	50	60
101	8C	14 tahun	Laki-laki	97	57	65
102	8C	14 tahun	Laki-laki	85	50	59
103	8C	14 tahun	Perempuan	70	40	63
104	8C	15 tahun	Perempuan	76	54	75
105	8C	15 tahun	Laki-laki	93	50	64
106	8C	14 tahun	Laki-laki	74	53	68
107	8C	14 tahun	Perempuan	79	51	67
108	8C	15 tahun	Laki-laki	91	51	50
109	8C	14 tahun	Laki-laki	76	45	59
110	8C	14 tahun	Laki-laki	84	53	68
111	8C	15 tahun	Laki-laki	71	45	63
112	8C	15 tahun	Laki-laki	86	54	79
113	8C	14 tahun	Laki-laki	71	46	58
114	8C	14 tahun	Laki-laki	99	54	69
115	8C	13 tahun	Laki-laki	91	56	61
116	8C	15 tahun	Laki-laki	98	62	74
117	8C	14 tahun	Laki-laki	82	46	68
118	8C	14 tahun	Laki-laki	83	65	61
119	8C	16 tahun	Perempuan	94	44	54
120	8C	14 tahun	Perempuan	91	51	74
121	9A	15 tahun	Perempuan	87	63	80
122	9A	14 tahun	Perempuan	84	44	74
123	9A	15 tahun	Perempuan	78	46	68
124	9A	15 tahun	Perempuan	87	54	80
125	9A	15 tahun	Laki-laki	85	47	71
126	9A	14 tahun	Perempuan	95	60	81
127	9A	16 tahun	Perempuan	71	54	82
128	9A	15 tahun	Perempuan	77	52	68
129	9A	14 tahun	Perempuan	105	70	91
130	9A	15 tahun	Perempuan	96	64	80
131	9A	15 tahun	Laki-laki	85	62	78
132	9A	15 tahun	Perempuan	84	51	69
133	9A	15 tahun	Laki-laki	90	52	64
134	9A	15 tahun	Laki-laki	98	58	65
135	9A	14 tahun	Laki-laki	76	44	73
136	9A	15 tahun	Perempuan	87	51	71
137	9A	16 tahun	Laki-laki	92	55	80
138	9A	15 tahun	Perempuan	81	49	65
139	9A	15 tahun	Laki-laki	78	51	59

140	9A	14 tahun	Perempuan	85	49	64
141	9A	15 tahun	Laki-laki	87	52	64
142	9A	15 tahun	Perempuan	78	58	67
143	9A	14 tahun	Perempuan	85	54	70
144	9A	14 tahun	Perempuan	100	54	73
145	9A	14 tahun	Laki-laki	83	46	66
146	9A	14 tahun	Laki-laki	86	42	70
147	9A	14 tahun	Laki-laki	71	39	65
148	9A	14 tahun	Laki-laki	97	60	75
149	9A	14 tahun	Laki-laki	83	51	76
150	9A	14 tahun	Laki-laki	96	62	77
151	9A	14 tahun	Laki-laki	94	61	65
152	9B	14 tahun	Perempuan	83	49	63
153	9B	15 tahun	Perempuan	81	53	65
154	9B	15 tahun	Perempuan	97	51	75
155	9B	15 tahun	Perempuan	69	52	50
156	9B	14 tahun	Perempuan	91	54	68
157	9B	15 tahun	Perempuan	75	51	54
158	9B	16 tahun	Perempuan	61	48	54
159	9B	15 tahun	Perempuan	95	55	68
160	9B	15 tahun	Perempuan	96	67	79
161	9B	15 tahun	Perempuan	82	49	65
162	9B	15 tahun	Perempuan	71	52	65
163	9B	15 tahun	Perempuan	92	57	60
164	9B	15 tahun	Perempuan	78	45	53
165	9B	16 tahun	Laki-laki	90	52	54
166	9B	15 tahun	Laki-laki	86	61	67
167	9B	15 tahun	Perempuan	68	39	53
168	9B	16 tahun	Laki-laki	98	64	79
169	9B	14 tahun	Laki-laki	99	57	69
170	9B	14 tahun	Laki-laki	86	55	65
171	9B	14 tahun	Laki-laki	85	49	69
172	9B	14 tahun	Laki-laki	88	54	68
173	9B	14 tahun	Laki-laki	86	57	76
174	9B	14 tahun	Laki-laki	83	51	60
175	9B	14 tahun	Laki-laki	85	59	66
176	9B	14 tahun	Laki-laki	80	57	68
177	9B	13 tahun	Laki-laki	90	47	71
178	9B	14 tahun	Laki-laki	71	51	65
179	9B	12 tahun	Laki-laki	70	42	58
180	9B	13 tahun	Laki-laki	75	50	49
181	9B	14 tahun	Laki-laki	84	45	71
182	9B	14 tahun	Perempuan	79	49	52
183	9B	14 tahun	Perempuan	83	49	74

Lampiran 10 Bukti Surat Telah Melakukan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN PEKALONGAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 2 SIWALAN**

Jl. Kalikangkung Desa Yosorejo Kec. Siwalan Kab. Pekalongan - 51154

SURAT KETERANGAN

Nomor : 422.1 / 118 / 2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : IWAN TEGUH SETIAWAN, S. Pd
NIP : 19660324 199303 1 005
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMP Negeri 2 Siwalan Kab. Pekalongan

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : ZAHRA FIRDAUS
NIM : 2007016055
Jurusan : Psikologi
Fakultas : Fakultas Psikologi dan Kesehatan
Universitas : UIN Walisongo Semarang

telah melaksanakan pengambilan data penelitian di SMP Negeri 2 Siwalan pada tanggal 8 - 15 Juni 2024 guna melengkapi data Skripsi yang berjudul: "PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN KEMANDIRIAN TERHADAP *SELF-REGULATED LEARNING* PADA SISWA SMP NEGERI 2 SIWALAN"

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekalongan, 19 Juni 2024

Kepala Sekolah



IWAN TEGUH SETIAWAN, S. Pd
NIP. 19660324 199303 1 005

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Zahra Firdaus
2. Tempat & Tanggal Lahir : Pekalongan, 14 Agustus 2001
3. Alamat : Desa Depok RT 2 RW 2 Kec. Siwalan
Kab. Pekalongan Provinsi Jawa Tengah
4. E-mail : heiyzahra@gmail.com

5. Riwayat Pendidikan

1. RA Muslimat NU Boyoteluk
2. SD Negeri 2 Depok
3. SMP Negeri 1 Wiradesa
4. SMA Negeri 1 Pekalongan
5. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Semarang, 20 Juni 2024



Zahra Firdaus

NIM. 2007016055