



Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan
<http://ejournal.upg45ntt.ac.id/index.php/ciencias/index>

Regulasi Diri Dalam Belajar Sebagai Konsekuensi

Zummy Anselmus Dami^a, Polikarpus Parikaes^b

^aUniversitas Persatuan Guru 1945 NTT, zummydami82@gmail.com

^bUniversitas Persatuan Guru 1945 NTT, pparikaes@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: 26 Juli 2018

Direvisi: 26 Juli 2018

Disetujui: 26 Juli 2018

Keywords:

Self-Regulation, parental social support, regression, student

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 6 Kota Kupang Tahun Ajaran 2017/2018. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 6 Kota Kupang yang terletak di Jalan Melodi Kelurahan Nunbaun Delha Kecamatan Alak, Kupang, Nusa Tenggara Timur. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Responden yang diambil dalam penelitian ini adalah 20% dari semua siswa. Jadi, sampel yang diambil 20% dari 225 siswa kelas VII adalah 45 siswa, dengan memakai teknik purposive sampling. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik uji regresi linear sederhana dengan melakukan Uji f. Hasil penelitian menunjukkan ada Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Regulasi Diri dalam Belajar siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Kota Kupang dibuktikan dengan Pengujian yang dilakukan pada $\alpha = 5\%$, didapati nilai $F_{\text{tabel}} 4.07$. Dengan demikian, $F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$ ($668.888 > 4.07$), maka dinyatakan H_a diterima dan H_0 ditolak.

Abstract

The purpose of this research is to find out how the influence of parental social support against self-regulation in learning Grade VII in SMP Negeri 6 Kupang 2017/2018 school year. The research was carried out in SMP Negeri 6 Kupang located on the street Nunbaun Village Melody Delha Sub district Alak, Kupang, East Nusa Tenggara. The research method used in quantitative methods. Respondents taken in this study is 20% of all students. Thus, samples taken 20% of the 225 grade VII students are 45 students, with purposive sampling technique of wear. Data collection instruments used in this research is the question form. Data analysis techniques used in this research is the technique of simple linear regression test by doing a Test f. Results of the research there show the influence of parental social support against self-regulation in learning grade VII SMP Negeri 6 Kupang was proven by Tests performed on α was found to be $\alpha = 5\%$, a value $F_{\text{table}} 4.07$. Thus, $F_{\text{count}} > F_{\text{table}}$ ($668,888 > 4.07$), then declared H_a received and H_0 is rejected.

✉ Alamat korespondensi:
Kampus FKIP, Jl. Perintis Kemerdekaan III/40, Kota Kupang
E-mail: fkij3p@gmail.com

PENDAHULUAN

Masa remaja menurut Santrock (2012), adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Seperti halnya perkembangan yang berlangsung di masa kanak-kanak, perkembangan individu di masa remaja diwarnai oleh interaksi antara faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial. Istilah remaja disebut dengan *adolesence* yang memiliki arti yang luas mencakup dengan kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. Berdasarkan penjabaran tentang pengertian remaja di atas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan suatu periode dalam rentang kehidupan dimana remaja memiliki sifat dan karakteristik tertentu dan cenderung lebih merasa bahwa dirinya sudah bukan anak kecil lagi yang harus di atur-atur oleh orang yang lebih dewasa.

Di negara Indonesia, khususnya remaja yang berusia sekitar 10-14 tahun, remaja tersebut dapat menempuh pendidikan di jenjang sekolah menengah pertama (SMP), satu tingkat diatas jenjang sekolah dasar (SD). Dalam hal ini, individu akan merasakan perbedaan karakteristik-karakteristik yang dimilikinya. Salah satu bentuk karakteristik yang dimiliki anak remaja usia tersebut, menurut Desmita (2012) adalah mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai sosial. Jadi remaja akan memulai memikirkan standar kehidupan dimasa yang akan datang untuk kebaikan dirinya sendiri yang sesuai dengan kehidupan di sekitar lingkungannya atau keluarganya.

Remaja merupakan salah satu generasi bagi penerus bangsa. Untuk dapat membentuk generasi bangsa yang dapat dibanggakan, diperlukan banyak hal untuk membentuk karakter-karakter yang baik. Salah satunya dengan memberikan pendidikan yang baik sejak dini. Salah satunya adalah dengan cara memasukan anak kedalam lingkup pendidikan di sekolah-sekolah tertentu yang sesuai dengan usia atau jenjang anak. Dengan pendidikan yang baik dan layak, maka akan menjadi sebuah keuntungan tersendiri bagi anak tersebut.

Regulasi diri yang baik dalam belajar akan sempurna, ketika ada dukungan yang baik secara finansial maupun material, terutama dari keluarga atau orang tuanya. Begitu pula untuk siswa kelas VII di SMP N 6 Kota Kupang, karena keluarga merupakan kelompok sosial yang pertama dalam kehidupan manusia, tempat dimana ia belajar dan menyatakan diri sebagai manusia sosial di dalam hubungan interaksi dengan kelompoknya (Gerungan, 1986). Selain dari peranan umum kelompok keluarga sebagai kerangka sosial yang pertama, tempat manusia sebagai manusia sosial, terdapat pula peranan-peranan tertentu di keadaan-keadaan keluarga yang dapat mempengaruhi perkembangan individu sebagai makhluk sosial (Gerungan 1986). Dukungan sosial yang diperoleh anak remaja dari orang tua dan teman sebaya menunjukkan bahwa dukungan berbentuk support, perhatian, kasih sayang serta finansial yang mempunyai pengaruh pada anak khususnya remaja (Wilastri, 2012). Menurut (Anindhiya) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompoknya. Dibandingkan dengan sistem dukungan sosial lainnya, dukungan orang tua berhubungan dengan kesuksesan akademis remaja, gambaran diri yang positif, harga diri, percaya diri, kesehatan mental.

Siswa kelas VII SMP N 6 Kota Kupang pada umumnya memiliki jadwal belajar tersendiri dirumah, namun sebagian besar belum memanfaatkan waktu luang dirumah untuk belajar dengan teratur, oleh sebab itu perlu adanya dukungan orang tua secara langsung untuk menyadarkan anak akan pentingnya belajar.

Regulasi diri dalam belajar (*Self-Regulated Learning/SLR*) merupakan pembelajaran spesifik yang berfungsi untuk merekam dan menyimpulkan bahan pelajaran yang penting dan bukan merupakan rencana diluar proses pembelajarannya, dimana siswa mampu mengatur diri terhadap cara belajar akademik mereka sendiri (Zimmerman, dalam Nahariani, Pepin & Nursalam, dkk., 2016). Lebih lanjut Zimmerman menyatakan bahwa siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar merupakan siswa yang aktif secara metakognitif, motivasi dan perilakunya dalam proses belajar. Regulasi diri dalam belajar juga merupakan kemampuan individu yang aktif secara metakognitif yang mempunyai dorongan untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam proses belajar. Jadi, siswa yang berperan aktif di dalam kelas merupakan siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar yang tinggi, begitu sebaliknya anak yang cenderung pasif di kelas, maka dapat diindikasikan bahwa anak tersebut memiliki regulasi diri dalam belajarnya rendah/ kurang.

Dalam hal ini orang tua berpengaruh terhadap regulasi diri dalam belajar. Seperti yang dilansir oleh Susanto (2006) bahwasannya kemampuan regulasi diri dalam belajar tidak dapat berkembang dengan sendirinya, tanpa adanya lingkungan yang kondusif. Agar individu dapat mengembangkan kemampuan regulasi diri dalam belajar. Seperti lingkungan di dalam keluarga, sekolah, harus bisa mendukung seorang anak untuk mencari regulasi diri dalam belajar yang baik.

Adapun masalah regulasi diri dalam belajar yang dialami siswa kelas VII di SMP N 6 Kota Kupang adalah kurangnya jadwal belajar dirumah. Oleh sebab itu, dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua sangat berperan penting serta memberikan support dan menanyakan kegiatan belajar anak saat sepulang sekolah maupun pada saat anak belajar malam dirumah.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Kelas VII Di SMP Negeri 6 Kota Kupang Tahun Ajaran 2017/2018.

KAJIAN PUSTAKA

Pengertian Dukungan Sosial Orang Tua

Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu (Hendrianur, 2015). Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti pasangan hidup, keluarga, teman, rekan kerja, dan organisasi komunitas. Taylor (dalam Hendrianur, 2015) mendefinisikan dukungan sosial sebagai informasi dari orang lain yang dicintai atau memberikan perhatiannya, berharga, dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi serta saling memiliki kewajiban.

Gottlieb (dalam Anindhiya, 2015) menjelaskan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Dukungan sosial dapat berupa informasi atau nasehat, bantuan nyata, dan tindakan orang lain yang bermanfaat secara emosional bagi individu.

Berdasarkan beberapa pengertian dukungan sosial di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu dukungan yang diberikan oleh orang lain kepada individu dengan bentuk

emosional maupun instrumental seperti bantuan, nasihat (baik verbal maupun non-verbal), perhatian, dan lain-lain yang memberikan manfaat bagi individu tersebut.

Sedangkan dukungan sosial orang tua menurut Sari (2014) adalah bantuan instrumental dan emosional yang diberikan oleh orang tua terhadap anaknya dalam memenuhi kebutuhan dasar anak sehingga anak merasa nyaman dan dicintai. Bantuan instrumental meliputi bantuan yang dapat diandalkan yang bersifat langsung dan bimbingan dari orang tua. Sedangkan bantuan emosional meliputi pengakuan positif, kedekatan emosional, integrasi sosial dan kesempatan untuk membantu orang tua. Sedangkan menurut Anindhiya (2015) dukungan sosial orang tua adalah kenyamanan, kepedulian, penghargaan, dan bantuan yang diterima anak dalam suatu hubungan yang di jalin akrab dengan orang tua.

Berdasarkan beberapa pengertian dukungan sosial orang tua di atas, maka dapat di simpulkan bahwa dukungan sosial orang tua adalah dukungan yang di berikan oleh orang tua kepada anaknya dalam bentuk dukungan emosional dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan jaringan keluarga seperti memberikan bimbingan, kasih sayang, perhatian, kepedulian dan lain-lain yang bermanfaat bagi anaknya.

Teori Dukungan Sosial Orang Tua

Teori Sarafino. Sarafino menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk penerimaan seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai, dan ditolong (Sarafino, 1997). Pengaruh dukungan sosial (Sarafino, 2002) mengatakan bahwa untuk menjelaskan bagaimana dukungan sosial mempengaruhi fisik dan psikologi individu, ada dua model yang digunakan, yaitu : 1). *Buffering Hypothesis*.

Sarafino mengatakan bahwa melalui model *buffering hypothesis* ini, dukungan sosial mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis individu dengan melindunginya dari efek negatif yang timbul dari tekanan-tekanan yang dialaminya, dan pada kondisinya yang lemah atau kecil, dukungan sosial tidak bermanf. Dukungan sosial bekerja dengan tujuan untuk memperkecil pengaruh dari tekanan-tekanan atau stress yang dialami individu, dengan kata lain jika tidak ada tekanan atau stress maka dukungan sosial tidak akan berguna. 2). *Main effect hypothesis direct hypothesis model main effect hypothesis*. Menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis individu dengan adanya ataupun tanpa tekanan, dengan kata lain seseorang yang menerima dukungan sosial dengan atau tanpa adanya tekanan ataupun stress akan cenderung lebih sehat.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Orang Tua

Ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu, yaitu: a). Keintiman, dukungan sosial lebih banyak diperoleh dari keintiman daripada aspek-aspek lain dalam interaksi sosial, semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh semakin besar, b). Harga diri, individu dengan harga diri akan memandang bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk penurunan harga diri karena dengan menerima bantuan orang lain di artikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi dalam berusaha, b). Keterampilan sosial, individu dengan pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan individu yang memiliki jaringan yang kurang luas, maka akan memiliki keterampilan sosial rendah.

Aspek Dukungan Sosial Orang Tua

Jenis-jenis dukungan sosial menurut Sarafino (dalam Saguni & Amin, 2013)

merangkum menjadi enam dimensi dukungan:

- a). Dukungan emosional (*Emotional support*), yaitu melibatkan ekspresi empati, perhatian dan kasih sayang terhadap orang lain dalam hal ini seseorang memberikan rasa senang, saling memiliki, adanya pengakuan dan di sayang pada saat menghadapi masalah (stress) dimana individu merasa adanya kedekatan dan keterkaitan menimbulkan rasa aman,
- b). Dukungan penghargaan (*Appraisal support*), yaitu terjadi melalui ekspresi individu yang menunjukkan penghargaan yang positif untuk individu lain, dorongan atau persetujuan terhadap ide-ide atau perasaan, individu dan perbandingan positif terhadap individu lain seperti individu yang lebih buruk darinya. Dukungan jenis ini diberikan untuk membangun harga diri individu, rasa memiliki kemampuan dan mempunyai nilai-nilai atau komponen pengetahuan,
- c). Dukungan nyata atau instrumental (*Instrumental support*), yaitu melibatkan bantuan langsung seperti ketika individu lain memberi, meminjamkan sesuatu uang atau menolong tugas-tugasnya,
- d). Dukungan informasional (*Informational support*), yaitu memberikan nasehat, saran, dan bimbingan tentang apa yang harus dilakukan individu,
- e). Dukungan kelompok (*Group support*), merupakan dukungan yang dapat menyebabkan individu merasa bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dimana anggota-anggotanya saling berbagi.

Manfaat Dukungan Sosial Orang Tua

Johnson (dalam Adicondro dan Purnamasari, 2011) menyatakan bahwa ada empat manfaat dukungan sosial, yaitu : 1). Meningkatkan produktivitas dalam pekerjaan, 2). Meningkatkan kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri dengan memberikan rasa memiliki, 3). Memperjelas identitas diri, menambah harga diri, dan mengurangi stress, dan 4). Meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik serta pengelolaan terhadap stress dan tekanan.

Dukungan sosial dapat membuat individu merasa nyaman dan mengurangi stress yang dirasakan. Kenyamanan yang dirasakan individu akan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan dapat meningkatkan produktivitas kerja.

Manfaat dari dukungan sosial, yaitu individu mampu menghadapi masalah dengan baik, mengurangi kecemasan dan stress, membantu meningkatkan kompetensi dan rasa percaya diri, dan membuat individu lebih berpikir positif dalam menghadapi permasalahan. Dengan dukungan dari orang lain, individu akan membantu dalam menghadapi masalah sehingga dapat mengurangi tekanan dan stress yang dirasakan.

Di simpulkan bahwa dukungan sosial memiliki banyak manfaat, yaitu dalam membantu individu menyelesaikan masalah dengan baik, meningkatkan kepercayaan diri, memelihara kesehatan fisik, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja.

Pengertian Regulasi Diri dalam Belajar (*self Regulation Learning/SRL*)

Self regulated learning atau belajar berdasar regulasi diri dapat diartikan sebagai “belajar dengan mengarahkan atau mengatur diri” (Alsa, dalam Susetyo & Amity, 2012). SRL bukan merupakan kemampuan mental (inteligensi) atau keterampilan akademik seperti kecakapan membaca, tetapi suatu proses pengarahan diri yang melibatkan transformasi dari kemampuan mental menuju keterampilan akademik individu (Latipah, dkk, 2010).

Self regulated learning merupakan kombinasi keterampilan belajar akademik dan pengendalian diri yang membuat pembelajaran terasa lebih mudah, sehingga para siswa lebih termotivasi (Glynn, Aultman, & Owens, dalam Latipah, 2010).

Sedangkan *self regulated learned* (Latipah, dkk, 2010) adalah individu yang mampu menentukan tujuan dan menggunakan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan belajar.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri dalam belajar adalah kemampuan siswa dalam mengendalikan atau mengontrol dirinya dalam hal belajar atau pendidikannya. Yang berhubungan dengan cara mengontrol fungsi metakognitif, motivasi, dan perilaku.

Menurut Zimmerman (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) berpendapat bahwa pengelolaan diri dalam belajar atau regulasi diri dalam belajar berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal. Dengan kata lain, regulasi diri berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku yang berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan personal.

Sedangkan menurut Bandura (dalam Alwisol, 2007) arti dari regulasi diri dalam belajar merupakan kemampuan mengontrol perilaku sendiri, dan hal ini merupakan salah satu dari sekian penggerak utama kepribadian manusia.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa pengertian dari regulasi diri dalam belajar adalah salah satu bentuk kemampuan individu dalam hal bagaimana cara mengontrol perilaku diri sendiri yang berhubungan dengan metakognitif, motivasi, dan perilaku.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Diri dalam Belajar

Menurut Bandura (dalam Alwisol, 2009) terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri dalam belajar, diantaranya : **1). Faktor Internal.** Observasi diri (*self-observation*). Hal ini dilakukan berdasarkan faktor kualitas, penampilan,

kuantitas penampilan, orisinalitas tingkah laku diri, dan seterusnya. Orang harus mampu memonitor performasinya, walaupun tidak sempurna karena orang cenderung memilih beberapa aspek dari tingkah laku lainnya. Apa yang di observasi seseorang tergantung kepada minat dan konsep dirinya. a). Proses penilaian atau mengadili tingkah laku (*judgmental process*). Hal ini dilakukan dengan melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, membandingkan tingkah laku dengan norma standar atau dengan tingkah laku orang lain, menilai berdasarkan pentingnya suatu aktivitas, dan memberi atribusi performansi, b). Reaksi diri (*self response*). Berdasarkan pengamatan dan judgement itu, orang mengevaluasi diri sendiri positif atau negatif, dan kemudian menghadiahi atau menghukum diri sendiri. Bisa terjadi tidak muncul reaksi afektif, karena fungsi kognitif membuat keseimbangan yang mempengaruhi evaluasi positif atau negatif menjadi kurang bermakna secara individual. **2).Faktor Eksternal.** a). Standar. Faktor eksternal memberi standar untuk mengevaluasi tingkah laku. Faktor lingkungan berinteraksi dengan pengaruh-pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri seseorang. Melalui orang tua dan guru, anak-anak belajar baik-buruk, tingkah laku yang di kehendaki dan tidak di kehendaki. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas anak kemudian mengembangkan standar yang dapat dipakai untuk menilai prestasi diri. b). Penguatan (*reinforcement*). Hadiah intrinsik tidak selalu memberi kepuasan, orang membutuhkan intensif yang berasal dari lingkungan eksternal. Standar tingkah laku dan penguatan biasanya bekerja sama; ketika orang dapat mencapai standar tingkah laku tertentu, perlu penguatan agar tingkah laku semacam itu menjadi pilihan untuk dilakukan lagi.

Aspek-Aspek Regulasi Diri dalam Belajar

Menurut Zimmerman (dalam Ghufri dan Risnawita, 2011) menyatakan *self regulation* / regulasi diri dalam belajar mencakup tiga aspek yang dapat diaplikasikan dalam belajar, yaitu: 1). Metakognitif. Zimmerman dan Pons (1988) mengatakan bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan regulasi diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan mengintruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya adalah kesadaran dalam hal belajar. 2). Motivasi. Motivasi adalah fungsi kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi instrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu (Zimmerman dan Pons 1988). 3). Perilaku. Perilaku menurut Zimmerman dan Schank (1989) merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman dan Pons (1988) mengatakan bahwa individu memilih, menyusun, dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian aktivitas yang dilakukan.

Berdasarkan ketiga aspek diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek atau komponen yang termasuk regulasi diri dalam belajar terdiri dari metakognitif, yaitu bagaimana individu mengorganisasi, merencanakan, dan mengukur diri dalam beraktivitas. Motivasi mencakup pengaturan diri yang digunakan untuk menjaga diri atas rasa kecil hati. Berkaitan dengan perilaku adalah bagaimana individu menyeleksi, menyusun, dan memanfaatkan lingkungan fisik maupun sosial dalam mendukung aktivitasnya.

Ciri-ciri Terjadinya Regulasi Diri dalam Belajar

Menurut Zimmerman, Schunk, Simon dan Bigg (dalam Haryu, 2004) karakteristik individu yang melakukan *self-regulation* dalam belajar adalah memiliki kemampuan untuk mempersiapkan aktivitas dan langkah-langkah dalam belajar supaya individu dapat secara aktif mengatur aktivitas dalam belajarnya, melakukan pertimbangan, menerima masukan (*feedback*) serta mempertahankan motivasi tetap tinggi dalam belajar. Karakter individu yang melakukan *self-regulation* yaitu memiliki kemampuan untuk mengevaluasi aktivitas belajarnya yang dikaitkan dengan tujuan yang telah dibuat dalam belajar.

Rochester Institute of Technology mengemukakan ciri-ciri individu yang melakukan *self-regulation* adalah memiliki kemandirian dalam melaksanakan tugas yang diberikan kepada mereka dan membuat perencanaan untuk mengatur penggunaan waktu serta sumber-sumber yang dimiliki baik yang bersumber dari dalam dirinya maupun dari luar pada saat menyelesaikan tugas. Kemudian pelajar harus memiliki *need for challenge*, artinya pelajar memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dihadapinya pada saat mengerjakan tugas dan mengubahnya menjadi sebuah tantangan dan hal yang menarik untuk dipelajari sehingga mereka dapat menggunakan sumber-sumber yang berasal dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya dalam proses belajar. Selain itu, mempunyai kebiasaan untuk membuat suatu pengertian atau makna dari apa yang dibaca dalam belajar, aktivitas membaca, menulis maupun berdiskusi dengan orang lain dan mempunyai strategi tertentu yang membantu pelajar dalam belajar.

Dengan adanya *self-regulation*, individu mempunyai perasaan yakin pada dirinya sendiri untuk menentukan cita-cita,

mengevaluasi diri, memonitor diri sendiri serta mengatur dan merencanakan waktu. Penentuan cita-cita merupakan keyakinan dari kemampuan individu yang kemudian memengaruhi individu untuk berkomitmen dalam pencapaian prestasi yang sudah ditentukan oleh individu. Evaluasi diri adalah tahap ketika individu mengamati tingkah laku dirinya sendiri. Individu mencoba menyadari atau merasakan apa yang sedang terjadi atau apa yang sedang dialami dirinya, baik secara fisik maupun secara pikiran. Sementara itu, monitoring diri merupakan sebuah proses pemeriksaan perilaku yang melibatkan perasaan individu ketika melakukan usaha untuk mencapai pencapaian prestasi. Pengaturan dan perencanaan waktu merupakan proses mengatur dan merencanakan tujuan serta kegiatan belajar bagi individu yang memberikan kontribusi penting dalam pencapaian prestasi akademik.

Berdasarkan uraian diatas, cirri-ciri seseorang yang melakukan *self-regulation* adalah membuat perencanaan dan melaksanakannya untuk proses pencapaian prestasi, mengatur diri, memiliki kemandirian dan kegigihan, memiliki kemampuan untuk menguasai diri, menemukan pengertian atau makna dari apa yang sudah dipelajari, manajemen waktu, memiliki cita-cita, melakukan evaluasi diri, melakukan monitoring diri, dan penguasaan strategi belajar yang mengarah pada pencapaian prestasi belajar.

Proses Terjadinya Regulasi Diri dalam Belajar

Menurut Bandura (dalam Zimmerman, 2000) *self-regulation* mengacu pada metakognitif, motivasi dan perilaku yang berkesinambungan secara sistematis dan dilakukan untuk pencapaian prestasi. Dalam *self-regulation* terdapat tindakan dan perilaku yang terlihat (*covert processes*) yang memperlihatkan kualitas motivasi dan

keyakinan seseorang. *Self-regulation* merupakan hasil interaksi timbal balik antara manusia (*person*), perilaku (*behavioral*) dan lingkungan (*environment*) secara berkesinambungan. Hal ini dapat dijelaskan sebagai sebuah proses dimana manusia mempunyai kemampuan berpikir dan dengan kemampuan itu mereka menentukan dan memengaruhi tingkah lakunya dengan mengontrol lingkungan. Namun, manusia itu juga dikontrol oleh kekuatan lingkungan. Hubungan timbal balik ini secara terus menerus berlangsung selama proses belajar sehingga perlu dilakukan proses monitoring diri dan melakukan evaluasi diri. Dapat dijelaskan pula bahwahubungan antara manusia dan perilaku terdapat *behavioral self-regulation* yang meliputi evaluasi diri dan proses penyesuaian kualitas belajar seperti metode belajar. *Environmental self-regulation* mengacu pada evaluasi dan penyesuaian kondisi lingkungan. *Covert self-regulation* meliputi monitoring diri dan penyesuaian kognitif dan perasaan.

Manfaat Regulasi Diri dalam Belajar

Zimmerman (dalam Duckworth, Akerman, McGregor, Salter dan Vorhaus, 2009) menjelaskan bahwa *self-regulation* membantu peserta didik untuk secara aktif mampu mengatur tindakan, cara berpikir dan motivasi dalam proses belajar. Selain itu, *self-regulation* ini membutuhkan perasaan keyakinan diri yang tinggi dan pengetahuan yang mendukung usaha pencapaian prestasi.

Camahalan (2003) menambahkan bahwa dengan *self-regulation*, individu dapat mengembangkan kemampuan untuk mengidentifikasi masalah, menemukan solusi atau pemecahan masalah, mengevaluasi proses belajar mereka, mempertahankan diri dengan mempunyai komitmen untuk belajar dan mengatasi rintangan untuk menuju keberhasilan prestasi belajar mereka.

Penelitian Sebelumnya

Penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi peneliti dan untuk membandingkan antara peneliti yang satu dengan yang lain. Penelitian terdahulu yang berkaitan dengan Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa yang mendukung penelitian ini yaitu:

Penelitian yang dilakukan oleh Risma Rosa Mindo tahun 2008 dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Regulasi Diri dalam Belajar siswa kelas V Sekolah Dasar di Gugus Hasanudin Kabupaten Cilacap tahun ajaran 2014/2015. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial orang tua dengan prestasi belajar pada anak usia sekolah dasar. Dibuktikan dengan dari hasil analisis data yang menunjukkan nilai korelasi sebesar 0.188 dengan taraf signifikansi sebesar 0.044 ($p < 0,05$).

Penelitian yang dilakukan oleh Lili Garliah dan Fatma Kartika Sary Nasution pada tahun 2005 dengan judul Peran Pola Asuh Orang Tua terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa Kelas VII SMP Hasanuddin Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara Regulasi Diri dalam Belajar pada berbagai bentuk pola asuh orang tua. Dibuktikan dari hasil analisis varians dengan $F = 2.979$ dan signifikansi 0.037.

Penelitian yang dilakukan oleh Neta Sefitri Tahun 2011 dengan judul Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Regulasi Diri dalam Belajar Siswa SMA Negeri 6 Jakarta. Hasil penelitian membuktikan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua terhadap regulasi diri dalam belajar siswa SMA Negeri 6 Jakarta. Dibuktikan dengan hasil analisis data yang menunjukkan nilai

korelasi sebesar 0,462 dengan taraf signifikan sebesar ($p > 0,05$).

Berdasarkan penelitian terdahulu, peneliti menyimpulkan bahwa dukungan sosial orang tua yang baik dapat mempengaruhi regulasi diri dalam belajar siswa kelas VII SMP Negeri 6 Kota Kupang.

Hipotesis

Peneliti mengambil hipotesis sebagai berikut: H_a diterima, yaitu “Ada pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap regulasi diri dalam belajar siswa kelas VII di SMP N 6 Kota Kupang”.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Karena dalam penelitian ini menggunakan data berupa angka-angka yang kemudian akan dianalisis.

Definisi Operasional

Definisi operasional menurut Azwar (2013) merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Berikut adalah definisi operasional dari variabel-variabel dalam penelitian ini: a). Dukungan sosial orang tua adalah dukungan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya dalam bentuk dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan jaringan keluarga seperti bimbingan, kasih sayang, perhatian, kepedulian, dan lain-lain yang bermanfaat bagi anaknya. B). Regulasi Diri dalam Belajar adalah aktivitas yang dilakukan untuk dapat tercapainya tujuan regulasi diri dalam belajar adalah yang berhubungan dengan metakognitif, motivasi dan perilaku.

Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Gulo (2002) sampel adalah himpunan bagian dari populasi. Sedangkan menurut pendapat Arikunto (2006) dalam pengambilan sampel, apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua. Tetapi jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25%. Sesuai pendapat diatas, sampel yang diambil adalah sembilan kelas, yaitu mulai kelas VII A sampai VII I yang berjumlah 225 siswa. Subjek yang diambil dalam penelitian ini adalah 20% dari semua siswa. Jadi, sampel yang diambil 20% dari semua siswa kelas VII adalah 45 siswa.

Teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah *puspositive sampling*, artinya peneliti yang menentukan kriteria dalam memilih sampel. Kriteria yang dipilih, yaitu kriteria inklusi dimana kriteria sampel yang diinginkan peneliti berdasarkan tujuan penelitian.

Instrumen Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala. Skala sebagai instrumen yang dikumpulkan dengan menyebarkan daftar pernyataan kepada responden, dengan harapan mereka akan memberikan respon atau daftar pernyataan tersebut dengan memilih salah satu jawaban dari alternatif jawaban yang telah disediakan. Respon subjek tidak di klarifikasikan dalam benar atau salah, namun semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan jawaban jujur dan sungguh-sungguh.

Skala yang digunakan model skala likert. Instrumen ini berupa seperangkat pernyataan yang menggambarkan dukungan sosial orang tua dan regulasi diri dalam belajar siswa, berdasarkan persepsi para siswa sebagai responden dalam penelitian ini.

Teknik Analisis Data

Uji regresi linear sederhana ini dimaksud untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua dengan Regulasi Diri dalam Belajar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Kota Kupang Merupakan Sekolah Menengah Pertama yang memiliki 640 siswa, dengan jumlah 283 laki-laki dan jumlah 357 perempuan yang terdiri dari 27 rombongan belajar, yaitu kelas VII sembilan rombongan belajar, kelas VIII sembilan rombongan belajar, dan kelas IX sembilan rombongan belajar. Sekolah ini memiliki 28 tenaga pengajar PNS, 6 tenaga pengajar kontrak, 4 tenaga pengajar honor dan juga memiliki 7 tenaga kerja tata usaha (TU).

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial Orang Tua

Hasil analisis didapat nilai korelasi antara skor item dengan skor total. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel, r tabel dicari pada signifikansi 0.05 dengan uji 2 sisi dan jumlah data (n) = 45, maka didapat r tabel sebesar 0.294. Berdasarkan hasil analisis didapat nilai korelasi item 2 (0.281), 3 (0.247), dan 4 (0.289) nilai kurang dari 0.294 maka dapat disimpulkan bahwa item tersebut tidak berkorelasi signifikan dengan skor total (dinyatakan tidak valid) sehingga harus dikeluarkan atau diperbaiki. Sedangkan pada item-item lainnya nilainya lebih dari 0.294 pada setiap item nilainya lebih dari 0.294 dan dapat disimpulkan bahwa butir instrument tersebut valid. Sedangkan dari hasil analisis reliabilitas didapat nilai alpha sebesar 0.957. Sedangkan nilai r (uji 2 sisi) pada signifikansi 0.05 dengan jumlah data (n) = 42, didapat sebesar 0.294, karena nilainya lebih dari

0.294 maka dapat disimpulkan bahwa butir-butir instrument penelitian tersebut reliabel. Berdasarkan hasil uji coba instrumen dapat dikatakan layak untuk dipakai.

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Regulasi Diri

Dari hasil analisis didapat nilai korelasi antara skor item dengan skor total. Nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel, r tabel dicari pada signifikansi 0.05 dengan uji 2 sisi dan jumlah data (n) = 45, maka didapat r tabel sebesar 0.294. Berdasarkan hasil analisis didapat nilai korelasi pada setiap item nilainya lebih dari 0.294 dapat disimpulkan bahwa item-item tersebut berkorelasi signifikan dengan skor total maka butir-butir instrument tersebut valid. Setelah diuji validitasnya maka item-item yang valid dimasukkan ke dalam uji reliabilitas. Sedangkan dari hasil analisis reliabilitas didapat nilai Alpha sebesar 0,959. Sedangkan nilai r (uji 2 sisi) pada signifikansi 0,05 dengan jumlah data (n) = 45, didapat sebesar 0,294, karena nilainya lebih dari 0,294 maka dapat disimpulkan bahwa butir-butir instrument penelitian tersebut reliabel. Berdasarkan hasil uji coba instrumen dapat dikatakan layak untuk dipakai.

Hasil Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis digunakan uji F yaitu untuk mengetahui apakah variabel independen (X) berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen (Y).

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.969 ^a	.960	.938	7.695

Sumber : Output SPSS, Tahun 2018

Dari hasil output SPSS windows Versi 18.0 nilai R square (R2) sebesar 0.960 yang menunjukkan bahwa 96% dari variasi yang

terjadi pada regulasi diri dapat dijelaskan oleh variasi dari variabel independen, yakni: dukungan sosial orang tua, sedangkan sisanya yaitu 4% dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini sehingga tidak dapat dijelaskan.

Tabel 2. Hasil Uji Anova

Model	ANOVA ^b				Sig.
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	
1 Regression	39608.326	1	39608.326	668.888	.000 ^a
Residual	2546.252	43	59.215		
Total	42154.578	44			

Sumber: Output SPSS, Tahun 2018

Nilai $F_{Hitung} = 668.888$ tersebut selanjutnya dikonsultasikan dengan nilai F_{tabel} pada derajat kebebasannya (df). ternyata F_{tabel} (df1 = 2-1=1; df2 = 45 - 2= 43) = 4.07. Pengujian dilakukan pada $\alpha = 5\%$, maka nilai F_{tabel} 4.07. Dengan demikian, $F_{hitung} > F_{tabel}$ (668.888 > 4.07), maka dukungan sosial orang tua (Variabel X) terhadap regulasi diri dalam belajar (Variabel Y) adalah terbukti signifikan dengan kepercayaan 95%.

Pembahasan

Hasil penelitian membuktikan bahwa ada pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap regulasi diri dalam belajar. Berdasarkan perhitungan statistik $F_{hitung} > F_{tabel}$. Hal ini berarti membuktikan bahwa dengan Dukungan sosial orang tua dapat berdampak pada regulasi diri dalam belajar. Dengan demikian orang tua sangat dominan terhadap adanya pengaruh Dukungan sosial orang tua terhadap regulasi diri dalam belajar. Hal tersebut senada dengan ungkapan Gottlieb (dalam Anindhiya, 2015) bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Dukungan sosial dapat berupa informasi atau nasehat, bantuan nyata, dan

tindakan orang lain yang bermanfaat secara emosional bagi individu. Dengan adanya orang tua dapat memberikan informasi atau nasehat, bantuan dan lain sebagainya dalam pengaturan diri siswa kearah yang lebih baik.

Hasil penelitian ini mendukung pendapat di atas bahwa dukungan sosial sangat penting untuk regulasi diri dalam belajar. Dengan dukungan sosial yang diberikan orang tua terhadap anak maka dengan sendirinya regulasi diri anak akan muncul untuk belajar.

Dalam proses pencapaian tujuan pendidikan, peserta didik sebagai subyek pendidikan dipengaruhi oleh beberapa faktor internal dan faktor eksternal. Yang dimaksud faktor internal adalah segala sesuatu yang berasal dari dalam diri individu yang mempengaruhi individu dalam proses pencapaian prestasi belajar disekolah seperti motivasi, minat, bakat, dan intelegensi. Regulasi diri dalam belajar merupakan bagian dari prinsip belajar yang turut menentukan pembelajaran secara efektif. Anak yang memiliki regulasi dalam belajar yang tinggi belajarnya lebih baik dibandingkan dengan anak yang memiliki regulasi diri dalam belajar yang rendah. Hal ini berarti anak yang memiliki regulasi diri dalam belajar yang tinggi akan tekun dalam belajar dan terus belajar secara kontinyu tanpa mengenal putus asa serta dapat mengesampingkan hal-hal yang dapat mengganggu kegiatan belajar, sehingga menghasilkan prestasi belajar yang maksimal. Adapun faktor eksternal adalah segala sesuatu yang berasal dari luar individu baik yang langsung maupun tidak langsung yang dapat mempengaruhi individu dalam mencapai prestasi disekolah diantaranya meliputi lingkungan keluarga dalam hal ini dukungan sosial orang tua, sekolah melalui layanan bimbingan belajar oleh guru dan masyarakat. Dukungan sosial tua memiliki peran penting dalam meningkatkan dan mempertahankan regulasi dalam belajar

siswa. Dukungan sosial orang tua yang terus-menerus diberikan dapat membuat siswa terdorong untuk meningkatkan regulasi diri dalam belajar. Dukungan sosial orang tua mempunyai pengaruh kuat pada pengembangan regulasi diri dalam belajar siswa. Siswa yang berprestasi, mempunyai inisiatif, dan daya saing diperkuat oleh orang tua mereka, sehingga memungkinkan meningkatnya regulasi diri dalam belajar siswa. Dukungan orang tua mempunyai pengaruh positif bagi siswa dalam menjalani kehidupannya. Seperti meningkatkan perasaan optimis dalam menghadapi masa depan, menambah kesejahteraan psikologis dan kesehatan serta mengurangi pengaruh negatif yang merugikan seperti bolos pada saat jam pembelajaran berlangsung, merokok dan miras.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Setyaningrum (2014) membuktikan bahwa dukungan sosial orang tua berpengaruh positif terhadap *Self-Regulated Learning* siswa kelas V sekolah dasar di Gugus Hasanudin Kabupaten Cilacap Tahun Ajaran 2014/2015 dengan nilai koefisien R^2 sebesar 0,321 yang artinya nilai kontribusi sebesar 32,1% sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin meningkat dukungan sosial orang tua maka akan semakin baik atau semakin tinggi *Self-Regulated Learning*. Hal ini dapat memberikan indikasi bahwa dukungan sosial orang tua merupakan faktor yang tidak boleh diabaikan untuk membantu para siswa dalam belajar untuk mewujudkan apa yang diinginkan siswa yakni dalam penelitian ini adalah *Self-Regulated Learning*. *Self-Regulated Learning* memberikan siswa keyakinan bahwa apa yang dilakukannya saat ini merupakan suatu proses tahapan untuk menjadi lebih dekat dengan akumulasi vis hidupnya, yakni mencapai tujuan yang diinginkan.

Pengaruh baik yang diberikan orang tua kepada anak adalah mengecek keaktifan belajar anak disekolah pada saat anak pulang dari sekolah melalui buku catatan anak maupun tugas pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru dan selalu memantau kegiatan belajar anak pada saat anak belajar dirumah.

SIMPULAN

Penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap pemilihan regulasi diri dalam belajar siswa Kelas VII di SMP Negeri 6 Kota Kupang yang ditunjukkan dari hasil uji regresi liner sederhana.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, Nobelina & Alfi P. (2011). Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning pada Siswa Kelas VII. *Jurnal Humanitas*, Vol. VII/No. 1.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revisi). Malang: UMM Press.
- Amseke, F. V. (2010). *Pengaruh pola sikap orang tua terhadap perilaku agresif siswa kelas XI di SMA Negeri 4 Kupang Tahun Ajaran 2008/2009*. (Skripsi tidak dipublikasikan). FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang, Nusa Tenggara Timur, Indonesia.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)* (Edisi Revisi V). Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian Suatu Praktik*. Jakarta: Reineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka.
- Azwar, Syaifuddin. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Syaifuddin. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik (Panduan bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia SD, SMP, dan SMA)*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Farichah, Lailatul. (2012). *Hubungan antara Tingkat Self-Regulated Learning dengan Tingkat Prestasi Belajar*. (Skripsi tidak dipublikasikan) Malang: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, Indonesia.
- Gerungan, WA. (1986). *Psikologi Sosial*. Bandung: PT. Eresco.
- Ghufron & Risnawati R. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gulo. W. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Grasindo.
- Hendrianur. (2015). Hubungan Dukungan dan Regulasi dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi. *E-Journal Psikologi*, 2015, 3 (2).
- Latipah, Eva. (2010). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*, Vol. 37, No. 1.
- Nisfianoor, Muhammad. (2009). *Pendekatan Statistika Modern untuk Ilmu Sosial*. Jakarta : Salemba Humanika

- Prayitno, Duwi. 2008. *Mandiri Belajar SPSS Untuk Analisis Data dan Uji Statistik*. Yogyakarta. Media Kom.
- Sari, Siti Z, (2014). *Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua, Teman, dan Dosen Pembimbing Skripsi dengan Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2009/2010 Universitas Islam Negeri Malang*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, Indonesia.
- Saguni, Fatimah & Sagir M. Amin (2013). *Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Self Regulation terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Akselerasi SMP Negeri 1 Palu*. (Skripsi tidak dipublikasikan) Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Datokarama, Palu, Indonesia.
- Santrok, John W. (2012). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)* (Edisi ketiga belas Jilid I). Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, Edward. P. (1997). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactio*. Trenton State Collage: PT. Cakra Indah Pusaka.
- Setyaningrum, Anindhiya. (2015). *Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Kelas VII SMP Hasanudin Kabupaten Cilacap Tahun Ajaran 2014/2015*. (Skripsi tidak dipublikasikan). Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia.
- Susanto, Handy. (2006). Mengembangkan Kemampuan Self Regulation untuk Meningkatkan Keberhasilan Akademik Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, No.07/Th.V/Desember 2006.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: Refika Aditama.
- Sugiyono. (2010). *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Susetyo, Yuli F. & Amitys K. (2012). Orientasi Tujuan, Atribusi Penyebab, dan Belajar Berdasar Regulasi Diri. *Jurnal Psikologi*, Vol. 39, No. 1.
- Wilastri, Dani. (2012). *Hubunan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Minat Baca pada Siswa SMPN 16 Yogyakarta*. (Skripsi dipublish) Di unduh 19 Februari 2016.
- Zimmerman, Barry J. (1989). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal Of Educational Psychology*, Vol. 81, No. 3.