

## Meningkatkan *Self-Regulated Learning* dengan Model Pembelajaran Siklis Sebagai Modal dalam Menghadapi Era Society 5.0

Dyah Luthfia Kirana

Universitas Islam Negeri Mataram

\*Corresponding author, e-mail: [luthfiadyah@uinmataram.ac.id](mailto:luthfiadyah@uinmataram.ac.id)

**Abstract.** Self-regulated learning is the ability of individuals to generate learning activities on their initiative that can influence their thoughts, feelings, strategies, and behaviour to achieve a goal in the learning process. Self-regulated learning is a capability that can be an asset in the success of the independent learning curriculum and in facing the era of society 5.0, which is centred on technology. In the era of society 5.0, the learning process can occur anywhere and anytime. Therefore, educators must be able to provide effective learning methods that can increase learner self-regulation. This study uses literature studies to examine learning methods that can enhance self-regulated learning. The study results show that the cyclical method is a learning method based on cycles of self-regulated learning that can be used to improve students' self-regulated learning by applying four stages to the learning process, namely, the stages of planning, monitoring, evaluation, and reflection.

**Keyword:** self-regulated learning, learning methods, learner

### Pendahuluan

Pesatnya perkembangan teknologi dan informasi membawa perubahan besar dalam kehidupan manusia. Era industri 4.0 akan segera di gantikan oleh Era Society 5.0. Era Society 5.0 tidak jauh berbeda dengan era industri 4.0. Era industri 4.0 berawal dari pemerintahan jepang yang mengubah teknologi *big data* yang berada di internet dengan *Artificial Intelegence* (AI) sehingga menjadi sesuatu yang berguna serta dapat membantu kehidupan masyarakat (Ozdemir & Hakim, 2018). Selanjutnya pada Era Society 5.0 kehidupan masyarakat akan berbasis dan berpusat pada teknologi sehingga hal ini akan berdampak pada semua sektor kehidupan dalam masyarakat, seperti tata kota, transportasi, pertanian, kesehatan, industri dan pendidikan (Nastiti & Abdu, 2020). Pada sektor pendidikan, bisa saja proses pembelajaran dapat terjadi tanpa adanya tatap muka antara pendidik dengan siswa atau mahasiswa secara langsung namun digantikan oleh robot yang dirancang khusus sebagian pengganti pendidik. Era society 5.0 juga memungkinkan untuk terlaksananya proses belajar mengajar dimana saja dan kapan saja baik itu dengan adanya pendidik ataupun tidak (Nastiti & Abdu, 2020). Sehingga, untuk menghadapi Era society 5.0 perlu adanya perubahan dalam paradigma pendidikan. Pendidik perlu meminimalkan peran sebagai agen *learning material provider* namun pendidik harus menjadi pencetus tumbuhnya kreativitas siswa. Pendidik harus berperan sebagai fasilitator, tutor, pencetus dan penginspirasi serta pembelajar sejati yang dapat menumbuhkan motivasi siswa untuk “Merdeka Belajar”. Sehingga di Era society 5.0 membutuhkan pendidik yang dapat menjadi pribadi yang kreatif, memiliki kemampuan mengajar, mendidik, menginspirasi serta menjadi suri teladan (Nuraiani, 2021).

Sejalan dengan era society 5.0, kurikulum kampus merdeka yang dicetuskan oleh menteri pendidikan Nadiem Makarim yang merupakan jalan untuk menghadapi perubahan yang ditimbulkan dalam era society 5.0 mengharuskan kampus untuk segera merespons segala perubahan yang timbul akibat pesatnya perubahan teknologi dan informasi dengan melakukan transformasi pembelajaran. Transformasi pembelajaran yang dilakukan harus menyiapkan para mahasiswa menjadi pembelajar sejati yang terampil, lentur dan ulet (*agile learner*). Proses pembelajaran dalam Kurikulum Kampus Merdeka merupakan salah satu perwujudan pembelajaran yang berpusat pada mahasiswa (*student centered learning*) yang sangat esensial. Pembelajaran dalam Kampus Merdeka memberikan tantangan dan kesempatan untuk pengembangan inovasi, kreativitas, kapasitas, kepribadian, dan kebutuhan mahasiswa, serta mengembangkan kemandirian dalam mencari dan menemukan pengetahuan melalui kenyataan dan dinamika lapangan seperti persyaratan kemampuan, permasalahan riil, interaksi sosial, kolaborasi, manajemen diri, tuntutan kinerja, target dan pencapaiannya. Melalui program merdeka belajar yang dirancang dan diimplementasikan dengan baik, maka *hard* dan *soft skills* mahasiswa akan terbentuk dengan kuat (Dirjen, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, suksesnya pendidikan di era society 5.0 serta kurikulum kampus merdeka di tunjukkan dengan mampu menghasilkan lulusan yang memiliki keahlian *creativity, critical thinking, communication dan collaboration* yang merupakan fokus keahlian bidang pendidikan di abad 21 yang dikenal dengan 4Cs (Nastiti & Abdu, 2020) tentunya membutuhkan adanya *self regulated learning* dalam diri pembelajar, sehingga pembelajar mampu menjadi pembelajar sejati yang mandiri dan mampu menemukan pengetahuan melalui kenyataan dan dinamika lapangan sehingga dapat mendorong kesuksesan dalam belajar dimana *Self regulated learning* dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan pengelolaan diri dalam belajar. *Self regulated learning* memberikan tanggung jawab pribadi terhadap pembelajar, yang meliputi pengendalian diri, dan usaha peningkatan belajar secara mandiri (Azmi, 2016).

Berbagai penelitian yang mengkaji *self regulated learning* telah banyak dilakukan seperti pada penelitian Abror (2022) mengenai pengaruh *self-regulated learning* terhadap hasil belajar matematika siswa SMP Negeri di Kota Serang dengan metode korelasional dan *expost facto*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara *self-regulated learning* atau kemandirian belajar terhadap hasil belajar matematika siswa. Kelebihan penelitian ini adalah terletak pada metode yang di gunakan yakni metode kuantitatif sementara kelemahan dari penelitian ini adalah jumlah sampel yang cukup kecil yakni sejumlah 40 responden. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Sucipto (2017) yang bertujuan untuk melihat penerapan model *blended learning* dalam memfasilitasi peningkatan *self-regulated learning* mahasiswa di era digital dengan menggunakan Kajian literatur hasil penelitian menunjukkan *Blended learning* merupakan suatu model pembelajaran yang memberikan peluang kepada mahasiswa untuk belajar aktif dengan melakukan regulasi diri, mengontrol sendiri proses pembelajaran yang dilakukan, menumbuhkan motivasi diri, dan mengembangkan kepercayaan diri, serta memilih atau mengatur sendiri yang mendukung terjadinya peningkatan pada *self regulated learning* mahasiswa. Selanjutnya penelitian Surawan dkk (2018) dengan metode penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang menerapkan model Pembelajaran *Self Regulated Learning* (SRL) untuk meningkatkan hasil belajar siswa mata pelajaran pekerjaan dasar elektromekanik pada siswa kelas X TIP'IL 3 SMK Negeri 3 Singaraja menunjukkan perbaikan hasil belajar yang signifikan.

Berdasarkan uraian penelitian yang telah dilakukan di atas, perlu peran pendidik untuk dapat meningkatkan *self regulated learning* pembelajar. Pendidik di tuntut untuk dapat memberikan metode pembelajaran yang efektif dan dapat meningkatkan *self regulated* siswa serta melibatkan siswa dalam proses belajar secara aktif. seperti penelitian yang telah dilakukan Zimmerman (dalam Lidiawati, 2016) pada siswa-siswi yang memiliki prestasi rendah dan kemudian dilatih untuk dapat menetapkan tujuan, membuat perencanaan serta didorong untuk dapat melakukan monitoring terbukti dapat memiliki prestasi yang meningkat dibandingkan sebelumnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menangani siswa yang kurang memiliki *Self regulated Learning* adalah dengan memberikan pelatihan *Self regulated learning* (Lidiawati, 2016) yang membutuhkan peran pendidik demi suksesnya pembelajaran di era society 5.0 dan kurikulum merdeka belajar yang membutuhkan peran pendidik, guru atau dosen dalam menumbuhkan atau meningkatkan *self regulated learning* pada siswa. Hal yang dapat dilakukan oleh pendidik ialah dengan menerapkan model pembelajaran yang mampu mendorong siswa untuk lebih aktif dalam proses belajar mengajar. Penelitian Darmayanti (2016) menunjukkan hasil bahwa model pembelajaran mampu menumbuhkan *self regulated learning* siswa dimana model pembelajaran yang digunakan adalah model pembelajaran RASI yang terbukti efektif dalam meningkatkan *self regulated learning* dan hasil belajar siswa masing-masing dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, menunjukkan bahwa *self regulated learning* dapat di tingkatkan dengan menggunakan pelatihan atau pun dengan suatu metode belajar. Salah satu metode belajar yang dapat meningkatkan *self regulated learning* ialah metode siklis. Metode siklis merupakan metode belajar dengan melakukan perencanaan (*plan*) pembelajaran terlebih dahulu, kemudian melakukan monitoring serta evaluasi yang merupakan bagian dari refleksi dalam suatu proses pembelajaran. Metode siklis ini mengacu pada *cycle of self regulated learning* sehingga metode ini dapat di jadikan acuan untuk meningkatkan *self regulated learning* pembelajar.

## Metode

Pada penelitian ini menggunakan studi kepustakaan untuk menelaah kajian permasalahan yang di teliti. Dalam studi kepustakaan metode pengumpulannya berupa dokumentasi dengan menghimpun data dan informasi yang relevan dengan permasalahan yang yang diperoleh dari buku-buku ilmiah, jurnal ilmiah, laporan penelitian, tesis, disertasi, peraturan-peraturan, ketetapan-ketetapan, buku tahunan, ensiklopedia, dan sumber-sumber tertulis baik tercetak maupun elektronik lain (Syaibani, 2012). Data Primer yang di gunakan dalam penelitian ini berupa buku, jurnal hasil penelitian, skripsi dan tesis sebanyak 13 (Tiga Belas) buah serta data sekunder sejumlah 3 (tiga) buah. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis isi pada teks siap pakai yang diperoleh dari dokumen yang relevan dengan bahan kajian. Dalam analisis ini, akan dilakukan proses memilih, membandingkan, menggabungkan, memilah berbagai pengertian, hingga ditemukan yang relevan (Sabarguna, 2005).

Kelebihan studi pustaka adalah tidak terdapat batas ruang dan waktu dalam pencarian sumber data yang relevan dengan dokumentasi sehingga tidak harus selalu berada di perpustakaan. Adapun langkah-langkah penelitian kepustakaan menurut Zed (2008) yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

1. Menentukan ide mengenai topik penelitian yang akan di kaji
2. Melakukan pencarian informasi yang mendukung topik penelitian yang telah di tentukan.
3. Mempertegas fokus penelitian sesuai dengan informasi yang telah di peroleh
4. Melakukan pencarian dan memperoleh bahan bacaan yang sesuai dan relevan dengan bahan kajian serta melakukan klasifikasi pada bahan bacaan.
5. Membaca semua bahan yang telah di peroleh kemudian membuat catatan penelitian.
6. Melakukan review dan memperkaya bahan bacaan sesuai dengan focus kajian
7. Melakukan klasifikasi Kembali pada bahan bacaan dan mula menulis hasil kajian yang di peroleh.

## Hasil dan Diskusi

### *Self Regulated Learning*

*Self-regulated learning* merupakan kemampuan yang dimiliki untuk membangkitkan kegiatan belajar atas inisiatif diri sendiri yang pada akhirnya dapat mempengaruhi pemikiran, perasaan, strategi dan tingkah laku pembelajar untuk mencapai suatu tujuan. Pembelajar yang kreatif, dinamis dan aktif akan mempunyai banyak inisiatif untuk melakukan kegiatan belajar, sehingga bisa diperkirakan bahwa pembelajar yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* cenderung akan menunjukkan tingkah laku yang dinamis dan aktif. Karena pembelajar tersebut memiliki suatu tujuan yang ingin dicapainya, sehingga segala pikiran, perasaan, strategi, dan tingkah lakunya diusahakan dan diarahkan untuk memperoleh tujuan tersebut (Wangid, 2004).

Kemampuan membangkitkan inisiatif pembelajar untuk belajar sangat penting untuk dapat dilakukan oleh pendidik, karena dalam kegiatan belajar, pembelajar yang sudah memiliki tujuan dari kegiatan belajar akan dapat mengarahkan segala pemikiran, perasaan, penerapan strategi, dan tingkah lakunya untuk mendapatkan tujuan yang telah ditetapkannya. Belajar akan menjadi efektif jika seorang pembelajar memiliki keterampilan *self-regulated learning*. Pikiran, perasaan, strategi dan tingkah laku pembelajar yang sudah terarah pada tujuan pembelajaran merupakan suatu modal yang paling penting dalam terjadinya proses belajar pada pembelajar (Wangid, 2004).

Selain pendapat di atas, *self regulated learning* juga merupakan suatu model pembelajaran yang digunakan oleh guru-guru atau pendidik dan peneliti sebagai salah satu cara meningkatkan pembelajaran dalam kelas. Pada waktu pembelajaran pendidik tidak menerima begitu saja apa yang disajikan, melainkan juga membangun hubungan-hubungan baru dari konsep dan prinsip – prinsip yang dipelajari berdasarkan pengetahuan sebelumnya. Model pembelajaran yang memberikan kesempatan automi) kepada pendidik untuk melakukan dan mengelola secara efektif pembelajarannya sendiri sehingga memperoleh hasil belajar yang optimal dinamakan dengan model pembelajaran *self regulated learning*. Pada model pembelajaran *Self Regulated Learning* pembelajar diharapkan bisa menguasai bagaimana cara dan kondisi yang terbaik bagi dirinya untuk belajar. pembelajar juga mungkin mencari teman sebaya atau bantuan guru jika menemukan kesulitan dalam belajar. Ada empat prinsip *Self Regulated Learning* (Azmi, 2016) yaitu:

- 1) Mempersiapkan lingkungan tempat belajar,

- 2) Melakukan pengorganisasian materi,
- 3) Melakukan monitoring pada setiap kemajuan yang di peroleh,
- 4) Melakukan evaluasi kinerja terhadap proses belajar.

### **Komponen *Self-Regulated Learning***

*Self-regulation learning* pada awalnya berkembang melalui interaksi sosial yang terjadi sejak usia anak. Interaksi sosial anak dapat terjadi antara anak dengan orang dewasa, dan antara anak dengan suatu kelompok. Interaksi orang dewasa bersama anak dalam bekerja sama untuk menyelesaikan tugas dan komunikasi yang terjadi diantara mereka membantu perkembangan *self-directive speech* yang diyakini sebagai sumber kontrol *self-regulation*. Dalam membentuk *self-regulation learning* Vygotsky menekankan adanya peran pada *verbal intersubjectivity* antara orang dewasa dan anak sebagai sumber primer internalisasi anak tentang *self-directive speech* yang menjadi sumber kontrol pengaturan diri (Zimmerman, 1997).

Ada tiga komponen yang terdapat dalam *Self-Regulation* (Wangid, 2004), yaitu:

#### 1. Kemampuan mengatur kognisi (*Self-Regulation of Cognition*)

Kemampuan ini merupakan kemampuan kognitif yang berupa kegiatan dan kemampuan memonitor dan menggunakan strategi belajar dan mengingat. Kegiatan ini berupa menganalisis tugas-tugas, menetapkan tujuan belajar, menetapkan strategi belajar, memonitor dan menyesuaikan strategi belajar. Sehingga bagi pembelajar yang memiliki strategi belajar yang tepat akan memproses bahan pelajaran secara mendalam, melakukan pengulangan (*rehearsal*), melakukan perluasan (*elaboration*), dan mengorganisasikan bahan pelajaran dengan baik. Sedangkan pembelajar yang tidak memiliki strategi belajar akan bertindak secara serampangan dalam memahami materi dan akan memproses bahan pelajaran secara dangkal (*shallow processing*) seperti dengan hanya melakukan penghafalan.

#### 2. Kemampuan mengatur motivasi dan emosi (*Self-Regulation of Motivation and Emotion*)

Kemampuan ini merupakan kemampuan mengatur dan melakukan monitoring serta melakukan modifikasi pada kondisi motivasi dan reaksi-reaksi emosi yang pada akhirnya dapat mendukung usaha dan belajarnya, Pembelajar yang memiliki strategi belajar akan menunjukkan penguasaan tujuan, memonitor dengan "*selftalk*" secara realistis, merasa mampu untuk belajar, sedangkan pembelajar yang tidak memiliki strategi akan memiliki tujuan yang hanya sementara seperti berorientasi pada nilai, memiliki sifat pesimis, merasa tidak mampu (*self handicapping*) belajar dengan tidak berpengharapan, serta tidak bergairah (*loyo*) dalam belajar.

#### 3. Kemampuan mengatur perilaku (*Self-Regulation of Behavior*)

Kemampuan ini merupakan kemampuan memonitor, menyusun dan mengalokasikan sumber-sumber yang ada pada dirinya, seperti waktu, tenaga, dan materi untuk dapat memaksimalkan efisiensi dan kenyamanan belajar. Sehingga mereka yang memiliki strategi dalam belajar akan menyadari perlunya perencanaan waktu, mengelola dan menggunakan waktu secara tertib, bekerja pada tempatnya serta memperhatikan waktu untuk istirahat,

makan, dan relaksasi. Sedangkan yang tidak memiliki strategi tidak akan melakukan pengorganisasian waktu, melakukan pemaksaan dalam belajar (*cramming*), tidak memperhatikan istirahat, tidak memperhatikan soal makan (Wangid, 2004).

### ***Faktor yang mempengaruhi Self Regulated Learning***

Berdasarkan kajian yang telah dilakukan oleh para ahli, terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi *Self Regulated Learning* individu adalah *self efficacy* dan dukungan social. Bandura (1977) menjelaskan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seorang individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seorang individu dapat menguasai situasi dan akan mendapatkan hasil yang positif. Bandura (dalam Santrock, 2007) mengatakan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh besar terhadap perilaku seorang individu. Jika seorang pembelajar memiliki efikasi diri yang rendah mungkin saja individu tersebut tidak mau berusaha untuk belajar dan mengerjakan ujian karena individu tersebut tidak memiliki kepercayaan bahwa jika individu tersebut belajar maka akan bisa membantunya dalam mengerjakan tugas dan soal yang diberikan oleh gurunya ketika ujian.

Selanjutnya faktor kedua yang dapat mempengaruhi *self regulated learning* pembelajar ialah adanya dukungan sosial yang sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan tempat pembelajar bertumbuh. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan kenyamanan yang diperoleh secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh lingkungan baik itu keluarga, teman, maupun guru tempat pembelajar tersebut. Dukungan sosial juga dapat dilihat dari banyaknya kontak sosial secara positif yang terjadi atau yang dilakukan individu dalam menjalin hubungan dengan individu yang ada di lingkungannya. Terdapat empat aspek dukungan sosial yaitu, dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informatif.

Menurut Johnson & Johnson (1991) dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang penting yang dekat atau dapat disebut pula dengan *significant others*. Dukungan sosial, dapat memberikan manfaat bagi individu yakni jika dukungan sosial dihubungkan dengan pekerjaan, hal tersebut dapat meningkatkan produktivitas, kemudian dapat pula meningkatkan kesejahteraan psikologis serta membantu penyesuaian diri dengan memberikan rasa memiliki, memperjelas identitas diri pada diri individu, memperkuat harga diri serta membantu mengurangi stres, yang kemudian dapat meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik serta pengelolaan terhadap stress & tekanan yang dihadapi dalam dunia kerja.

Dukungan sosial merupakan faktor yang dapat mempengaruhi *self regulated learning*. Dukungan sosial dari keluarga yang tinggi dapat meningkatkan *self regulated learning*. Individu yang memperoleh dukungan emosional yang tinggi maka individu tersebut akan merasa mendapatkan dorongan yang kuat dari anggota keluarga. Selanjutnya jika individu mendapat penghargaan yang besar, maka akan meningkatkan kepercayaan diri individu tersebut. Jika individu tersebut memperoleh dukungan instrumental pula maka individu akan merasa dirinya mendapat fasilitas yang memadai dari keluarganya. Selanjutnya bila individu memperoleh dukungan informatif yang banyak dari keluarganya, individu tersebut akan merasa memperoleh perhatian dan pengetahuan. Semua bentuk dukungan sosial di atas akan berdampak pada *self regulated learning* individu yang tinggi

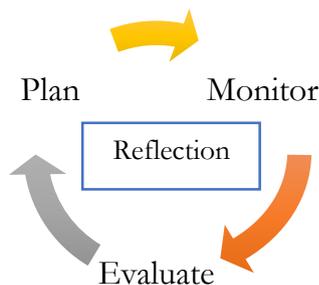
karena individu tersebut mampu untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri dalam berbagai cara yang kemudian dapat membantunya mencapai hasil belajar yang optimal.

### Penerapan Metode Siklis untuk meningkatkan *Self-Regulated Learning* pembelajar

*Self-Regulated Learning* (SRL) dapat diajarkan oleh pendidik melalui beberapa cara. Paris menyebutkan ada tiga cara yang dapat ditempuh untuk menumbuhkan *self regulated learning* :

1. *Self Regulated Learning* dapat diajarkan secara langsung (*explicit instruction*) melalui refleksi langsung dan melalui diskusi metakognitif.
2. *Self Regulated Learning* dapat ditingkatkan secara tidak langsung melalui *modeling* dan melalui kegiatan yang memerlukan analisis reflektif tentang belajar.
3. *Self Regulated Learning* dapat ditingkatkan dengan menaksir, memetakan dan membicarakan bukti pencapaian belajar yang telah di capai selama ini secara pribadi (*personal*) (Paris & Winogard, 2003).

Metode siklis sebagai penerapan *self regulated learning* memberikan bentuk penerapan yang mengacu dalam *cycle of self regulation* dalam berikut ini (Zimmerman, 1989; Yandri et al, 2022).



**Gambar 1.** *Cycle of Self regulation*

Mengacu pada *cycle of self regulation learning*, pembelajaran dengan metode siklis dalam penerapannya melalui empat tahapan, yaitu:

1. Pada tahap pertama merupakan tahap *Planning*. Pendidik membantu pembelajar untuk menetapkan tujuan dan strategi perencanaan belajarnya, yang dapat dilakukan oleh pendidik yakni:
  - a. Menekankan hubungan antara metode belajar dengan hasilnya, agar pembelajar dapat menemukan hubungan tersebut
  - b. Menyarankan beberapa strategi khusus yang berguna bagi pembelajar untuk dapat meningkatkan cara belajarnya, namun pembelajar dapat mengembangkan sendiri strategi belajarnya.
2. Pada tahap kedua, yakni tahap *Monitoring* pembelajar melakukan penerapan pada strategi belajarnya dan melakukan monitoring terhadap strategi belajarnya. Pada tahap ini pendidik dapat menerapkannya dengan:

- a. Meminta pembelajar untuk memonitor sampai seberapa jauh strategi yang baru diterapkan.
  - b. Memfasilitasi dan memberikan kesempatan pada pembelajar untuk mengukur penerapan strategi yang baru.
3. Pada tahap ketiga yakni pada tahap *Evaluation* melakukan monitoring hasil strategi belajar yang telah di terapkan. Pada tahap ini pendidik dapat melakukan:
- a. Meminta masing-masing pembelajar untuk memonitor keefektifan strategi yang digunakan dan mendorong mereka untuk mengoptimalkan prestasi dengan berbagai strategi belajar dan kombinasi strategi belajar yang ada,
  - b. Memfasilitasi kesempatan bagi pembelajar untuk mengukur penerapan strategi yang baru dan membenahinya bila ada yang kurang tepat.
4. Pada tahap terakhir yakni tahap *Reflection* pendidik melakukan monitor dan evaluasi pada proses pembelajaran yang dilakukan oleh pembelajar. Hal yang dapat di lakukan oleh pendidik dalam menerapkan metode siklis ialah dengan:
- a. Melakukan monitor pada aspek-aspek khusus pembelajar, seperti pada tugas-tugas membaca, catatan, persiapan ujian dan sebagainya,
  - b. Memberikan tugas harian untuk mengembangkan keterampilan dan ulangan mingguan untuk menilai keefektifan metode belajar yang di gunakan pembelajar.
  - c. Mengutamakan penilaian pada proses belajarnya dibandingkan dengan menilai ketepatan semata.
  - d. Melakukan diskusi dengan pembelajar tentang strategi belajar dan hasilnya, pembelajar dapat mengevaluasi dan memonitor apa yang telah dilakukan, kemudian pendidik dapat memberikan saran untuk perbaikan belajarnya.

Pada penerapan metode pembelajaran siklis ke empat tahapan tersebut dalam suatu proses pembelajaran hendaknya di terapkan secara bertahap sesuai dengan tahap demi tahap yang dilalui . Tahapan *planning, monitoring, evaluation, dan reflection* merupakan suatu tahap yang terus berlanjut dan merupakan suatu proses yang berkesinambungan.

### ***Self regulated learning* dalam meningkatkan prestasi belajar siswa**

DePorter & Hemacki (2000) menjelaskan bahwa hal yang paling penting dalam belajar bagi kesuksesan belajar siswa di manapun berada adalah bagaimana cara belajar. Cara belajar yang efektif bagi seorang individu akan memunculkan pelajar yang efektif. Berbagai penelitian mengenai hubungan dan pengaruh *self regulated learning* terhadap prestasi belajar seperti yang dilakukan oleh Eva Latipah, telah melakukan penelitian yang berkaitan dengan strategi *self regulated learning* dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis, yang menunjukkan hasil perhitungan r sebesar 0.272 berada pada batas penerimaan dan berdasarkan hasil tersebut ditarik kesimpulan yang menyatakan terdapat korelasi positif antara strategi *self regulated learning* dengan prestasi belajar dapat diterima (Latipah, 2010).

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Vivi darmayanti (2016) yang melakukan penelitian pengembangan yang mengacu pada model Borg and Gard untuk melihat efektivitas model pembelajaran RASI untuk meningkatkan *self regulated learning* dan hasil belajar pada siswa SMP Kelas VII di SMP 4 Jember yang menunjukkan bahwa model pembelajaran RASI dapat meningkatkan *self regulated learning* dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran IPA. Hal tersebut mendukung penelitian ini dimana suatu model pembelajaran dapat meningkatkan *self regulated learning* siswa. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Siti Suminarti Fasikhah dan Siti Fatimah (2013) dengan metode eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *self regulated learning* untuk meningkatkan prestasi akademik mahasiswa di Universitas Muhamadiyah Malang menunjukkan bahwa kelompok yang diberi pelatihan *Self regulated learning* (SRL) memiliki prestasi akademik lebih tinggi dibandingkan kelompok yang tidak diberi pelatihan SRL dengan nilai  $p < 0,003$ . Dimana kelompok yang diberi pelatihan memiliki nilai rata-rata indeks prestasi (IP) lebih tinggi dengan mean = 2,78 dibandingkan kelompok yang tidak diberi pelatihan.

## Kesimpulan

*Self regulated learning* merupakan kemampuan yang harus di miliki oleh pembelajar demi suksesnya proses pembelajaran. Kemampuan ini juga sangat di perlukan dalam penerapan kurikulum merdeka belajar serta merupakan modal dalam menghadapi era society 5.0. Oleh karena itu, pembelajar membutuhkan pendidik yang dapat menumbuhkan dan meningkatkan *self regulated learning* pada diri pembelajar. Proses tersebut dapat terjadi dalam proses pembelajaran. Pendidik dapat menggunakan suatu metode pembelajaran yang dapat mengasah *self regulated learning* pada diri pembelajar. Salah satu metode belajar yang dapat di gunakan oleh pendidik ialah metode siklis. Metode siklis merupakan metode belajar yang mengacu pada *cycle of self regulated learning* sehingga sangat mendukung dalam meningkatkan *self regulated learning* pada diri pembelajar.

Pada penelitian ini peneliti menyadari beberapa keterbatasan yang muncul seperti dalam pengkajian literatur yang di gunakan masih terbatas, kemudian penelitian menggunakan studi kepustakaan, di harapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode eksperimen untuk melihat efektivitas model pembelajaran siklis untuk meningkatkan *self regulated learning* pada pembelajar, kemudian beberapa penelitian terdahulu yang menjadi acuan dalam penelitian ini dilakukan dalam kurun waktu lebih dari lima tahun sejak dilakukannya penelitian ini. Terlepas dari keterbatasan yang ada dalam penelitian ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dengan menambah wawasan keilmuan bagi pendidik mengenai pentingnya *self regulated learning* untuk dimiliki pada diri pembelajar sehingga hendaknya pendidik dapat mendorong tumbuhnya *self regulated learning* pada diri pembelajar.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih penulis haturkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, kesehatan, memberikan kelancaran, dan kemudahan dalam mengatasi segala kesulitan yang dihadapi sehingga naskah jurnal ini dapat terselesaikan. Tak lupa terima kasih pula kepada semua pihak-pihak yang

telah ikut berperan dan membantu hingga terselesaikannya naskah jurnal ini baik dalam bentuk support dan bantuan selama melakukan analisis data.

## Referensi

- Abror, M, H. (2022). *Self-Regulated Learning Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. Plusminus: Jurnal Pendidikan Matematika*, 2(2), 233-242.
- Alimudin, Z. (2019). *Era Masyarakat 5.0 Guru Harus Lebih Inovatif Dalam Mengajar*. <https://hafecs.id/zulkif-ar-alimuddin-era-masyarakat-5-0-guru-harus-lebih-inovatif-dalam-mengajar/> di akses 20 Okt 2020
- Azmi, S. (2016). Self regulated learning salah satu modal kesuksesan belajar dan mengajar. In *Jurnal Seminar Asean, Psychology dan Humanty*.
- Darmayanti, V., Prihatin, J., & Waluyo, J. (2016). Pengembangan Model Pembelajaran RASI (Reading, Analyzing, Sharing, and Inferring) dalam Pembelajaran IPA di SMP. *Jurnal Pembelajaran dan Pendidikan Sains*, 1(1), 41-50.
- De Porter, B. & Hernacki. M. (2000). *Quantum Learning*. Penerbit Kaifa. Bandung
- Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. (2020). *Buku Panduan Merdeka Belajar-Kampus Merdeka*.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam meningkatkan prestasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*, 1(1), 145-155.
- Latipah, E. (2010). Strategi self regulated learning dan prestasi belajar: kajian meta analisis. *Jurnal psikologi*, 37(1), 110-129.
- Lidiawati, K. R. (2016). Peran pelatihan strategi" Smart" dalam meningkatkan self-regulated learning (SRL) pada siswa SMP. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 3(2), 158-168.
- Mestika, Z. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.
- Nastiti, F. E., & Ni'mal'Abdu, A. R. (2020). Kesiapan pendidikan Indonesia menghadapi era society 5.0. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 5(1), 61-66.
- Nurani, D. (2021). *Menyiapkan Pendidik Profesional di Era society 5.0*. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/menyiapkan-pendidik-profesional-di-era-society-50> di akses 20 oktober 2021
- Özdemir, V. & Hekim (2018). Birth Of Industry 5.0: Making Sense Of Big Data With Artificial Intelligence, "The Internet Of Things" And Next-Generation Technology Policy. *Omic: A Journal Of Integrative Biology* 22(1), 65-76.
- Paris, S. G., & Winograd, P. (2003). *The Role of Self-Regulated Learning in Contextual Teaching: Principals and Practices for Teacher Preparation*. Department of Education
- Sabarguna, Boy Subirosa. 2005. *Analisis Data pada Penelitian Kualitatif*. Jakarta: UI Press.
- Schunk, D dan Zimmerman, B.J. (1997). The social origin of self-regulatory competence. *Educational Psychologist*. 32 (4).

- Sucipto, S. (2017). Peningkatan Self Regulated Learning Mahasiswa Di Era Digital Melalui Pembelajaran Blended Learning. *Jurnal Ilmiah Soulmath: Jurnal Edukasi Pendidikan Matematika*, 5(1), 31-41.
- Surawan, K., Nurhayata, G., & Sutaya, W. (2018). Penerapan Model Self Regulated Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Pekerjaan Dasar Elektromekanik Pada Siswa Kelas X Tipl 3 SMK Negeri 3 Singaraja. *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro Undiksha*, 7(3), 112-122.
- Syaibani, R. (2012). Studi Kepustakaan, (Online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream>, diakses 28 November 2022).
- Wangid, M. N. (2004). Peningkatan prestasi belajar siswa melalui self-regulated learning. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1(1).
- Yandri, H., Alam, M., Juliawati, D., & Sabri, S. (2022). Impact of Providing Content Mastery Services for the Discovery Learning Model Approach to Improve Students'questioning Skills in the Learning Process in Schools. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(3), 22-28. <http://dx.doi.org/10.31602/jmbkan.v8i3.7422>
- Zimmerman J.B. (1989). An Asocial cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of Educational Psychology*. 81.