

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN REGULASI DIRI DALAM PEMBELAJARAN PESERTA DIDIK SMA

**Andaz Marlinda; Permata Ashfi Raihana**

**Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta**

## **Abstrak**

Aktivitas belajar mengajar melibatkan proses mental siswa dalam sikap belajar berupa motivasi serta upaya yang dapat membantu siswa mencapai prestasi yang ingin digapai. Proses mental tersebut merupakan regulasi diri dalam proses pembelajaran atau SRL dengan faktor dalam diri maupun faktor lingkungan yang mempengaruhinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan SRL pada siswa. Metode penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Teknik sampling dilakukan dengan *incidental sampling*. Kriteria sampel yakni siswa SMA X Surakarta jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam dan bersedia menjadi partisipan penelitian. Partisipan penelitian ini berjumlah 149 orang siswa. Hasil penelitian melalui uji analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan SRL serta terdapat hubungan antara kematangan emosi dengan SRL. Selain itu, terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan SRL pada siswa SMA X Surakarta. Penelitian ini dapat dijadikan pijakan bagi pihak sekolah maupun lingkungan sosial untuk meningkatkan dukungan sosial dan kematangan emosi siswa sehingga dapat meningkatkan SRL siswa.

**Kata kunci:** dukungan sosial, kematangan emosi, SRL

## **Abstract**

Teaching and learning activities involve students' mental processes in learning attitudes in the form of motivation and efforts that can help students achieve the achievements they want to achieve. This mental process is self regulated learning or SRL with internal and environmental factors that influence it. This research aims to determine the relationship between social support and emotional maturity and SRL in students. This research method is quantitative correlational. The sampling technique was carried out by incidental sampling. The sample criteria were students at SMA X Surakarta majoring in Mathematics and Natural Sciences and were willing to become research participants. The participants in this research were 149 students. The results of research using multiple linear regression analysis tests show that there is a relationship between social support and SRL and there is a relationship between emotional maturity and SRL. Apart from that, there is a relationship between social support and emotional maturity and SRL in SMA X Surakarta students. This research can be used as a basis for schools and the social environment to increase students' social support and emotional maturity so that they can increase students' SRL.

**Key words:** emotional maturity, social support, SRL

## **1. PENDAHULUAN**

Pendidikan ditempuh melalui aktivitas belajar mengajar (Nurdianti dkk., 2021). Keterampilan peserta didik berkaitan dengan upaya pengaturan diri ketika belajar serta pemahaman untuk mengatur efektivitas belajar merupakan self-regulated learning (Zamnah, 2017). Regulasi diri dalam pembelajaran biasa disebut *self-regulated learning* atau SRL, yang merupakan proses yang didalamnya terdapat aktivitas mental terkait motivasi, sikap, serta lingkungan peserta didik untuk mencapai perubahan dalam berprestasi (Fitriatien & Mutianingsih, 2020). SRL

berkaitan dengan prestasi akademik dan menjadi landasan belajar dalam kehidupan (Granberg dkk., 2021). Eom (2015) mengungkapkan peserta didik dengan motivasi positif akan mendapatkan hasil belajar yang baik. Motivasi itu sendiri merupakan salah satu dari indikator SRL. Peserta didik dengan strategi belajar juga dapat membantu motivasi untuk mendapatkan tujuan belajarnya (Febryliani, 2021). Mustopa dkk. (2020) menambahkan SRL dapat menjadikan peserta didik lebih aktif ketika proses pembelajaran, meliputi adanya rencana, kontrol serta evaluasi. Peserta didik dengan SRL biasanya melakukan proses pembelajaran dengan memperhatikan lingkungan, rajin, serta percaya diri.

SRL adalah upaya seseorang untuk mengatur dan membenahi diri sehingga mencapai target yang telah ditetapkan. Saat target tercapai, individu akan berusaha untuk mengevaluasi upaya yang dilakukan. Saat upaya telah mencapai tahap maksimal, individu akan merasa puas dengan target yang dicapai (Zimmerman, 2002). SRL adalah upaya terencana yang merupakan siklus dari pengelolaan pikiran, perasaan, serta perilaku sehingga mendapatkan target yang diinginkan, terutama meningkatkan prestasi melalui hasil belajar (Long & Alevan, 2017).

SRL bermanfaat sebagai solusi permasalahan sistem pembelajaran di Indonesia. Seperti yang disampaikan oleh Argina dkk. (2017), sistem pembelajaran di Indonesia cenderung menstimulasi peserta didik untuk menghafalkan materi, bukan untuk menstimulasi kemampuan menyelesaikan masalah yang serupa dengan permasalahan yang dihadapi di kehidupan sehari-hari. Upaya memanfaatkan SRL dapat diterapkan tergantung dengan mata pelajaran yang sedang ditempuh. Misalnya, menggunakan strategi yang menjelaskan konteks secara detail dan menggali kebutuhan mata pelajaran yang akan diterapkan strategi SRL tersebut secara detail (Zimmerman, 2002). SRL memiliki tiga aspek yang dikenalkan oleh Zimmerman (2002), diantaranya meliputi; 1). Aspek perilaku, peserta didik dapat mengatur tindakan ketika belajar dengan memanfaatkan sumber daya yang dimiliki maupun yang berasal dari lingkungan sehingga pembelajaran menjadi lebih optimal.; 2). Aspek motivasi, peserta didik mempunyai kepercayaan akan dapat menggapai target pembelajaran melalui motivasi yang dimiliki dan mengatur emosi yang berpengaruh pada suasana hati ketika proses pembelajaran.; 3). Aspek kognisi, peserta didik dapat mengendalikan strategi kognitifnya ketika belajar seperti menyeleksi informasi, sehingga meningkatkan prestasi dalam belajar (Faruq dkk., 2021).

Berdasarkan beberapa uraian di atas, SRL merupakan keterampilan peserta didik dalam mengatur dirinya dalam aktivitas pembelajaran berkaitan dengan sikap, perilaku, motivasi, serta lingkungan yang membawa perubahan dalam pencapaian prestasi peserta didik. Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi SRL berasal dari pola asuh orang tua (Fellasari & Lestari, 2017) serta dukungan sosial orang tua (Harahap & Daharnis, 2018).

Dukungan sosial adalah interaksi timbal balik antara individu dan lingkungan dengan pemberian bantuan maupun kerja sama. Hal tersebut didasarkan atas hakikat manusia sebagai makhluk sosial, agar dapat bertahan hidup di lingkungan masyarakat (Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga. Seorang peserta didik dinyatakan memiliki SRL yang baik apabila memiliki keinginan, mampu berinisiatif, serta mengarahkan kemampuan untuk mendapatkan keterampilan serta pengetahuan (Widiatmoko & Herlina, 2021). Aspek dukungan sosial diuraikan oleh Sarafino dan Smith (2014), diantaranya; 1. Dukungan emosional, yakni perhatian serta empati dari lingkungan yang menimbulkan kenyamanan. Misalnya, teman bersedia menjelaskan materi yang sulit.; 2. Dukungan penghargaan, adanya penilaian positif atas hasil kontribusi individu terhadap lingkungan. Misalnya orang tua memberi pujian atas pencapaian nilai akademis yang didapatkan.; 3. Dukungan instrumental, bantuan langsung yang diberikan atas kebutuhan individu. Misalnya peserta didik dengan kesulitan ekonomi diberi bantuan seperti makan siang atau uang jajan oleh temannya.; 4. Dukungan informatif, petunjuk, nasehat, umpan balik, maupun saran, dan informasi yang diberikan untuk menyelesaikan masalah sehingga individu memiliki jalan keluar dari persoalan yang dihadapi. Misalnya nasehat ketika anak berperilaku buruk di sekolah. Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, dukungan sosial merupakan proses timbal balik yang terjadi antara individu dengan lingkungan sosialnya, meliputi pemberian bantuan maupun bentuk kerjasama dari keluarga dan teman sebaya.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa peserta didik dengan SRL yang rendah, memiliki dukungan sosial yang rendah sehingga peserta didik tersebut merasa sendiri, merasa tidak memiliki teman, merasa tidak ada yang peduli, maupun merasa tidak mendapatkan perhatian dari lingkungan terdekat. Hal tersebut disebabkan karena peserta didik kesulitan untuk menggapai target belajar dengan minimnya motivasi dalam belajar, tidak memiliki kepercayaan diri, hingga tidak memiliki rencana dalam pembelajaran. SRL yang rendah mengakibatkan peserta didik tidak dapat menuntaskan tugasnya tepat waktu, tidak memiliki strategi belajar yang sesuai sehingga peserta didik kesulitan untuk memahami materi pelajaran, tidak mempunyai upaya yang besar untuk memahami materi melalui pencarian informasi dari teman maupun guru, fokusnya mudah terganggu, serta tidak dapat mengontrol diri yang dapat melakukan pelanggaran di sekolah (Triyatni & Rozali, 2020).

Faktor lain yang berpengaruh pada SRL adalah kematangan emosi (Fellasari & Lestari, 2017). Kematangan emosi adalah keterampilan untuk mengungkapkan emosi secara tepat dan wajar melalui kemampuan untuk mengendalikan diri, mempunyai penerimaan diri, mandiri, dan mempunyai konsekuensi diri yang tinggi (Muawanah dkk., 2012). Kematangan emosi

adalah situasi yang seharusnya dimiliki oleh individu untuk membantu pertumbuhan dan perkembangannya (Sofyan, 2015). Kematangan emosi adalah situasi untuk meraih perkembangan emosional serta perkembangan diri menuju kedewasaan. Kematangan emosi merupakan hal yang krusial dimana individu dapat menunjukkan pola emosi yang pantas untuk ditampilkan (Prasetyo, 2016). Kematangan emosi juga menjadi target dari perkembangan emosi dengan adanya pengaruh dari nilai dasar individu melalui sikap toleransi, memiliki pengendalian diri, nyaman terhadap diri sendiri, dapat mengungkapkan emosi, serta dapat menerima keadaan diri dan keadaan orang lain (Endrastuty & Setiwati, 2019).

Kematangan emosi yang dimiliki remaja dapat dikatakan baik atau mencapai tingkatan yang terkontrol apabila saat masa akhir remaja dapat meluapkan emosinya dengan terkendali dihadapan orang lain sehingga dapat diterima oleh orang-orang di lingkungannya, reaksi emosional yang diberikan stabil, emosinya tidak berubah-ubah dengan cepat dari suatu suasana hati ke suasana hati yang lain (Hurlock, 2008). Untuk menjalani kehidupan sosial dan individu yang sehat, remaja perlu memiliki kematangan emosi. Kematangan emosi membantu remaja untuk menjalani cara hidup yang sesuai secara sosial dan membantu mereka membimbing diri mereka sendiri tentang apa yang harus dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan (Jobson, 2020).

Seorang remaja yang memiliki perilaku negatif disebabkan karena tidak mendapatkan tindakan preventif melalui kematangan emosi sejak usia kanak-kanak. Akibatnya, remaja tersebut mengalami konflik, tekanan sosial, hingga frustrasi yang memungkinkan munculnya perilaku agresif yang dapat merugikan (Handasah, 2018). Berdasarkan pandangan islam, kitab suci Al-Quran menunjukkan bahwa kemampuan mengendalikan emosi bermanfaat untuk menurunkan konflik psikis maupun fisik dan dampak negatif sehingga memiliki kehidupan yang selaras dan seimbang dari segi kematangan emosi dalam tugas perkembangannya (Diana, 2015).

Setiap orang mempunyai emosi negatif dan emosi positif yang beragam. Emosi tersebut dapat dikendalikan apabila memiliki kematangan emosi. Individu dikatakan matang secara emosi jika dapat mengendalikan diri maupun emosi yang diterima saat berada dalam lingkungan sosialnya (Saputra dkk., 2018). Individu yang matang secara emosi akan mampu menunjukkan kemandirian, menerima kenyataan, beradaptasi dengan lingkungan, menunjukkan respon yang tepat, mampu berempati serta mempunyai kapasitas yang seimbang, dan dapat mengendalikan amarah yang diaplikasikan maupun ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari (Tuasikal & Retnowati, 2019).

Aspek kematangan emosi oleh Walgito (2003) diantaranya adalah ; 1. menerima keadaan diri dan orang disekitarnya dengan apa adanya dan secara objektif.; 2. Tidak impulsif, yakni respon melalui upaya mengendalikan pikiran untuk menanggapi stimulus yang diterima.; 3. Kontrol emosi, kemampuan mengontrol emosi atau mengendalikan ekspresi emosi. Individu dapat mengendalikan amarahnya dengan mengatur ekspresi maupun perilaku yang tidak ditunjukkan saat sedang marah.; 4. Sabar dan toleransi, yakni adanya pengertian akan suatu situasi yang berbeda maupun bermasalah.; 5. Tanggung jawab, yakni tidak mudah merasa frustrasi, dapat berdiri sendiri, serta menghadapi masalah dengan penuh pertimbangan. Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, kematangan emosi merupakan keterampilan yang dimiliki peserta didik dalam mengungkapkan emosi dengan tepat melalui penerimaan diri, tidak impulsif, mampu mengontrol emosi, sabar dan toleransi, serta bertanggung jawab akan tindakan yang dilakukan.

Peserta didik yang matang secara emosi akan mudah mengambil keputusan karir ketika menginjak kelas XII SMA (Fajarina, 2022). Kerjasama antara orang tua dan guru dapat membantu peserta didik yang memiliki akibat dari kematangan emosi yang bermasalah, seperti mencuri di sekolah, membolos, maupun berkelahi dengan teman (Fitriyanti dkk., 2022). Peserta didik dengan kematangan emosi yang tinggi juga akan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Selain itu, peserta didik dapat mengembangkan kemampuan kognitifnya apabila memiliki emosi yang matang (Ramli dkk., 2021).

Berdasarkan pengambilan data awal, peserta didik jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam atau MIPA memiliki permasalahan di bidang fisika di SMA X Surakarta. Permasalahan tersebut berkaitan dengan peserta didik tidak memiliki usaha untuk mencari bantuan kepada fasilitator yakni guru ketika guru tidak hadir di jam pelajaran tersebut dan lebih memilih bermalas-malasan tanpa meminta tugas saat jam pelajaran fisika. Fisika adalah mata pelajaran wajib untuk peserta didik jurusan MIPA. Dengan demikian, menguasai pelajaran fisika adalah salah satu aspek untuk mendapai tujuan pembelajaran peserta didik jurusan MIPA. Sedangkan dari pengambilan data awal menunjukkan adanya kendala dalam mencapai tujuan pembelajaran terkait mata pelajaran fisika yakni kurangnya inisiatif dari siswa dalam proses pembelajaran. Kendala tersebut dapat mempengaruhi SRL peserta didik jurusan MIPA.

Penelitian sebelumnya mengungkapkan guru jarang meluangkan waktu untuk mengajarkan strategi SRL yang dapat membantu kesuksesan proses pembelajaran (Dignath & Büttner, 2018). Penelitian lain menunjukkan peserta didik yang mempunyai SRL tinggi juga akan mendapatkan hasil belajar tinggi pada mata pelajaran matematika (Sholiha dkk., 2022). Peserta didik yang mempunyai SRL menunjukkan kemandirian sehingga dapat mengontrol

perilaku, mengatur proses belajar, dan melakukan evaluasi belajar sehingga mendapatkan hasil belajar yang maksimal (Sarjana dkk., 2022).

Penelitian terdahulu oleh Triyatni dan Rozali (2020) menunjukkan dukungan sosial mempengaruhi SRL sebesar 37,8%. Dukungan sosial tersebut meliputi perhatian, bantuan, penghargaan dari lingkungan sekitar kepada peserta didik sehingga timbulnya perasaan dicintai, dipedulikan, dan disayang yang menyebabkan tingkat SRL tinggi. Pada penelitian lain menunjukkan bahwa kematangan emosional berkaitan dengan SRL yang memaparkan nilai korelasi 0,223 dan signifikansi 0,035 (Sihaloho & Helmina, 2016). Lebih detail lagi, Lestari dkk. (2023) menguraikan dukungan sosial keluarga memiliki kontribusi sebesar 8,8% terhadap SRL peserta didik. Sedangkan kematangan emosi memiliki kontribusi 38,9% terhadap SRL peserta didik. Namun Lestari dkk (2023) menegaskan bahwa penting juga mempertimbangkan dukungan sosial teman sebaya.

Penelitian lain oleh Febryliani (2021), siswa yang memiliki strategi dalam belajar matematika akan mempengaruhi motivasi siswa dalam mencapai tujuan belajar. Mustopa dkk. (2020) juga meneliti bahwa siswa dengan SRL yang baik dapat melaksanakan proses belajar dengan mengutamakan lingkungannya, memiliki rasa percaya diri, dan ketekunan dalam belajar. Selain itu, Sarjana dkk. (2022) dalam hasil penelitiannya menemukan bahwa siswa yang memiliki SRL akan mandiri di mana siswa dapat mengendalikan perilaku, mengatur pembelajaran, dan mengevaluasi pembelajarannya untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Sedangkan Rahayu (2020) mengungkapkan kemampuan koneksi matematis siswa berpengaruh positif terhadap SRL. Oleh karena itu, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yakni berfokus pada hubungan antara dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya dan orang tua, serta kematangan emosi dengan regulasi diri dalam pembelajaran peserta didik SMA X Surakarta.

Penelitian ini menggunakan teori motivasi dan sosial kognitif yang diuraikan oleh Schunk dan DiBenedetto (2020) serta Agholor (2019), tindakan manusia ditinjau melalui kerangka determinisme timbal balik (*triadic reciprocity determinism*) antara tindakan yang dilakukan, lingkungan dan pribadi. Seorang individu yang menerapkan SRL dilihat dari segi pribadinya yakni mampu mengatur strategi belajar melalui lingkungan belajarnya, serta keyakinan untuk dapat mengontrol dan menyelesaikan tugas sehingga meraih target pembelajaran. Dari segi pribadi-lingkungan menunjukkan bahwa peserta didik yang sedang mengalami kendala belajar seperti rendah diri, akan berlangsung interaksi antara pribadi dengan faktor lingkungan. Artinya, individu yang memiliki SRL tetap akan mencapai prestasi

akademik meskipun individu tersebut bergabung dengan individu lain yang memiliki kendala belajar yang sama.

Berdasarkan pemaparan fenomena di atas mengenai hubungan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan regulasi diri dalam pembelajaran peserta didik SMA X Surakarta, peneliti merumuskan hipotesis mayor yakni terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan regulasi diri dalam pembelajaran peserta didik SMA X Surakarta. Sedangkan hipotesis minor penelitian ini diantaranya ; 1. Terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan regulasi diri dalam pembelajaran peserta didik SMA X Surakarta.; 2. Terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dan regulasi diri dalam pembelajaran peserta didik SMA X Surakarta.

## **2. METODE**

Variabel Tergantung (Y) dari penelitian ini adalah Regulasi Diri dalam Pembelajaran dan Variabel Bebas dalam penelitian ini adalah Dukungan Sosial (X1) dan Kematangan Emosi (X2).

Regulasi diri dalam pembelajaran biasa disebut *Self Regulated Learning* atau SRL merupakan keterampilan peserta didik untuk mengontrol dirinya dalam aktivitas pembelajaran berkaitan dengan sikap, perilaku, motivasi, serta lingkungan yang membawa perubahan dalam pencapaian prestasi peserta didik. Variabel SRL diukur dengan skala SRL, menggunakan aspek dari Zimmerman (2002), diantaranya; 1. Perilaku.; 2. Motivasi.; dan 3. Kognisi. Bentuk penilaian yang digunakan berupa kesesuaian (sesuai atau tidak sesuai). Nilai tinggi pada skala SRL menunjukkan tingkat SRL yang semakin tinggi.

Dukungan sosial merupakan proses timbal balik yang terjadi antara individu dengan lingkungan sosialnya, meliputi pemberian bantuan maupun bentuk kerjasama dari keluarga dan teman sebaya. Variabel dukungan sosial diukur dengan skala dukungan sosial. Skala tersebut menggunakan lima aspek dari Sarafino dan Smith (2014), diantaranya adalah dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Bentuk penilaian yang digunakan berupa kesesuaian (sesuai atau tidak sesuai). Nilai tinggi pada skala dukungan sosial menunjukkan tingkat dukungan sosial yang semakin tinggi.

Kematangan emosi merupakan keterampilan yang dimiliki peserta didik dalam mengungkapkan emosi dengan tepat melalui penerimaan diri, tidak impulsif, mampu mengontrol emosi, sabar dan toleransi, serta bertanggung jawab akan tindakan yang dilakukan. Variabel kematangan emosi diukur dengan skala kematangan emosi. Skala tersebut menggunakan lima aspek dari Walgito (2003) yaitu tidak bersifat impulsif, menerima keadaan

diri dan orang lain, kontrol emosi, bertanggung jawab, sabar dan toleransi. Bentuk penilaian yang digunakan berupa kesesuaian (sesuai atau tidak sesuai). Nilai tinggi pada skala kematangan emosi menunjukkan tingkat kematangan emosi yang semakin tinggi

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam atau MIPA di SMA X Surakarta yang berjumlah ±149 peserta didik. Teknik pemilihan sampel adalah *incidental sampling*, yaitu teknik yang digunakan ketika pemilihan sampel dilakukan berdasarkan individu yang sesuai karakteristik dan bersedia menjadi partisipan ketika proses pengambilan data (Susanti, 2005). Kriteria sampel dari penelitian ini adalah peserta didik jurusan MIPA di SMA X Surakarta, peserta didik kelas XI dan XII, peserta didik berusia 15 hingga 19 tahun, peserta didik bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, serta mendapatkan ijin dari wali kelas dalam melakukan penelitian terhadap peserta didik.

Metode yang digunakan yakni kuantitatif korelasional. Peneliti memaparkan hasil korelasi antar variabel yang didapatkan dari sampel penelitian (Hardani dkk., 2020). Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala dukungan sosial, skala kematangan emosi, dan skala SRL.

Aitem favorable adalah pernyataan yang memberikan gambaran variabel yang akan diukur, sehingga semakin sesuai pernyataan dengan situasi yang dialami responden, maka skor akan semakin tinggi. Sedangkan aitem unfavorable merupakan pernyataan yang memberikan gambaran variabel yang akan diukur dimana semakin tidak sesuai pernyataan dengan situasi yang dialami responden, maka skor akan semakin tinggi.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan perhitungan analisis regresi hasil menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan SRL siswa dalam proses pembelajaran. Hal tersebut dapat dijelaskan dalam teori motivasi dan sosial kognitif yang diuraikan oleh Schunk dan DiBenedetto (2020) serta Agholor (2019), tindakan manusia ditinjau melalui kerangka determinisme timbal balik (*triadic reciprocity determinism*) antara tindakan yang dilakukan, lingkungan dan pribadi. Seorang individu yang menerapkan SRL dilihat dari segi pribadinya yakni mampu mengatur strategi belajar melalui lingkungan belajarnya, serta keyakinan untuk dapat mengontrol dan menyelesaikan tugas sehingga meraih target pembelajaran. Dari segi pribadi-lingkungan menunjukkan bahwa peserta didik yang sedang mengalami kendala belajar seperti rendah diri, akan berlangsung interaksi antara pribadi dengan faktor lingkungan.



Artinya, individu yang memiliki SRL tetap akan mencapai prestasi akademik meskipun individu tersebut bergabung dengan individu lain yang memiliki kendala belajar yang sama.

Penelitian ini membuktikan adanya keterkaitan antara dukungan sosial serta SRL dengan kematangan emosi. SRL terlihat pada proses yang melibatkan aktivitas mental yang berhubungan dengan sikap, motivasi dan lingkungan siswa dalam memberi perubahan untuk pencapaian prestasi siswa (Fitriatien & Mutianingsih, 2020). Dukungan sosial memiliki kontribusi 20,2% dan kematangan emosi memiliki kontribusi 18%. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil dari penelitian terdahulu oleh Triyatni dan Rozali (2020) yang menunjukkan dukungan sosial mempengaruhi SRL sebesar 37,8%. Dukungan sosial tersebut meliputi perhatian, bantuan, penghargaan dari lingkungan sekitar kepada peserta didik sehingga timbulnya perasaan dicintai, dipedulikan, dan disayang yang menyebabkan tingkat SRL tinggi. Sejalan dengan penelitian Sihaloho dan Helmina (2016) yang menunjukkan bahwa kematangan emosional berkaitan dengan SRL yang memaparkan nilai korelasi 0,223 dan signifikansi 0,035. Lebih detail lagi, Lestari dkk. (2023) menguraikan dukungan sosial keluarga memiliki kontribusi sebesar 8,8% terhadap SRL peserta didik. Sedangkan kematangan emosi memiliki kontribusi 38,9% terhadap SRL peserta didik.

Penelitian ini juga membuktikan bahwa gabungan antara kemampuan siswa yang berasal dari dukungan sosial dan kematangan emosi berkaitan erat dengan SRL. Kontribusi dukungan sosial yang digabungkan dengan kematangan emosi terhadap SRL pada siswa yang menjadi partisipan penelitian ini sebesar 28,8%. Hasil tersebut dapat dijelaskan berdasarkan empat fase yang dilalui ketika individu melakukan SRL. Pertama, fase merancang belajar berlangsung kegiatan menganalisis tugas belajar, menetapkan tujuan belajar, dan merancang strategi belajar. Kedua, fase memantau berlangsung kegiatan mengajukan pertanyaan pada diri sendiri: apakah strategi yang dilaksanakan sesuai dengan rencana? Apakah saya kembali kepada kebiasaan lama? Apakah saya tetap memusatkan diri? Dan apakah strategi telah berjalan dengan baik? Ketiga, fase mengevaluasi, memuat kegiatan memeriksa bagaimana jalannya strategi: apakah strategi telah dilaksanakan dengan baik? (evaluasi proses); hasil belajar apa yang telah dicapai? (evaluasi produk); dan sesuaikah strategi dengan jenis tugas belajar yang dihadapi. Keempat, fase merefleksi: pada dasarnya fase ini tidak hanya berlangsung pada fase keempat dalam siklus SRL, namun refleksi berlangsung pada tiap fase selama siklus berjalan (Go & Kurniawan, 2021). Dalam setiap fase tersebut, faktor yang berasal dari lingkungan yakni dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman, maupun guru tidak terlepas. Seperti hasil penelitian dimana dengan jumlah kategori siswa tertinggi berada di kategori sedang berjumlah 55 orang atau 37% dari 149 siswa SMA X Surakarta. Selain itu, kematangan emosi yang merupakan kemampuan

dalam diri siswa menunjukkan jumlah kategori siswa tertinggi berada di kategori sedang berjumlah 44 orang atau 30% dari seluruh sampel penelitian. Diikuti oleh kategori tinggi sebanyak 41 orang atau 28%. Berdasarkan beberapa pembahasan di atas, hasil penelitian ini membuktikan bahwa pengaruh dari dukungan sosial dan kematangan emosi terhadap SRL dapat diperjelas oleh adanya teori kerangka determinisme timbal balik dimana tindakan SRL yang dilakukan siswa merupakan hubungan timbal balik yang terjadi akibat adanya interaksi antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan kemampuan SRL siswa SMA X Surakarta.

Penelitian ini memiliki kelemahan yakni mengukur keterkaitan dukungan sosial secara umum, artinya peneliti tidak mengontrol data dengan alat ukur berdasarkan variabel sosiodemografi dari sampel. Selain itu, dukungan sosial yang diukur dalam penelitian adalah dukungan yang berasal dari guru, teman, maupun keluarga. Seperti yang dijelaskan oleh Zimmerman (2002) salah satu faktor yang mempengaruhi SRL siswa yakni jenis kelamin dan tingkatan kelas. Selain itu, dukungan sosial keluarga merupakan salah satu poin penting bagi individu untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal serta mencapai pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun psikis yang optimal (Widiatmoko & Herlina, 2021). Azizah dkk. (2021) juga menyebutkan bahwa motivasi yang diberikan guru dalam bentuk kalimat dapat membantu meningkatkan SRL siswa. Triyatni dan Rozali (2020) menguraikan bahwa pengaruh keterlibatan teman sebaya dapat membantu siswa mempelajari materi sehingga dapat meningkatkan SRL yang dimiliki siswa. Oleh karena itu, pengukuran untuk masing-masing keterkaitan dari dukungan guru, dukungan teman, maupun dukungan keluarga dapat melihat kekuatan dari variabel sosiodemografi yang kemudian akan menarik apabila digali lebih dalam oleh peneliti selanjutnya.

#### **4. PENUTUP**

Hasil penelitian membuktikan dukungan sosial dan kematangan emosi berhubungan dengan SRL pada siswa SMA X Surakarta. Selain itu, dukungan sosial memiliki hubungan positif dengan SRL pada siswa SMA X Surakarta. Serta kematangan emosi memiliki hubungan positif dengan SRL pada siswa SMA X Surakarta.

Peneliti berharap hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai landasan pemikiran bagi penelitian selanjutnya terkait dengan variabel lain yang memiliki kontribusi lebih besar dalam mempengaruhi SRL pada siswa SMA X Surakarta seperti mempertimbangkan faktor suasana sekolah, kondisi keluarga, fasilitas belajar untuk siswa, dan pergaulan siswa. Selain itu,

penelitian selanjutnya mengenai SRL pada siswa SMA X Surakarta dapat digali lebih dalam dengan menggunakan metode kualitatif.

Peneliti juga berharap, hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai tingkat SRL pada siswa SMA X Surakarta dan faktor yang mempengaruhinya, terutama berkaitan dengan dukungan sosial dan kematangan emosi siswa SMA X Surakarta. Dengan demikian, peneliti menyarankan kepada siswa untuk menjadikan faktor-faktor yang mempengaruhi SRL seperti yang dibahas dalam penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun intervensi psikologis yang dapat meningkatkan SRL pada siswa SMA X Surakarta. Selain itu, peneliti menyarankan kepada pihak guru dan orang tua dari siswa SMA X Surakarta untuk mempertimbangkan variabel dukungan sosial dan kematangan emosi pada siswa SMA X Surakarta dalam menyusun intervensi yang dapat meningkatkan SRL siswa dengan SRL yang tergolong sedang, rendah, dan sangat rendah. Peneliti selanjutnya dapat meneliti keterkaitan dukungan sosial dan SRL dengan mempertimbangkan variabel sosiodemografi siswa tersebut. Selain itu, peneliti sebelumnya lebih mempertimbangkan etika penelitian dengan lembar persetujuan yang di berikan ke orang tua atau wali karena peserta didik SMA rata – rata umurnya di bawah 18th.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agholor, A. I. (2019). A Review Of Extension Self-Efficacy: Bases, Features, Goal Realisation And Implications For Extension. *South African Journal of Agricultural Extension*, 47(2), 140–149. <https://doi.org/10.17159/2413-3221/2019/v47n2a510>
- Argina, A. W., Mitra, D., Ijabah, N., & Setiawan, R. (2017). Indonesian PISA Result: What Factors and What Should Be Fixed? *Proceedings Education and Language International Conference*, 1(1), 69–79. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ELIC/article/view/1212>
- Azizah, N., Sastrawijaya, Y., & Duskarnaen, M. F. (2021). Efektivitas Strategi Pembelajaran Peer Tutoring Dalam Meningkatkan Self-Regulated Learning (SRL) Pada Mata Pelajaran Platform Komputasi Awan Kelas Xi Sistem Informasi Jaringan Dan Aplikasi Smk Negeri 26 Jakarta. *PINTER : Jurnal Pendidikan Teknik Informatika Dan Komputer*, 5(1), 43–54. <https://doi.org/10.21009/pinter.5.1.6>
- Diana, R. R. (2015). Pengendalian Emosi Menurut Psikologi Islam. *Unisia*, 37(82), 41–47. <https://doi.org/10.20885/unisia.vol.37.iss82.art5>
- Dignath, C., & Büttner, G. (2018). Teachers' direct and indirect promotion of self-regulated learning in primary and secondary school mathematics classes – insights from video-based classroom observations and teacher interviews. *Metacognition and Learning*, 13(2), 127–157. <https://doi.org/10.1007/s11409-018-9181-x>
- Endrastuty, J. F., & Setiwati, D. (2019). Studi Tentang Kematangan Emosi Siswa Pada Kasus Tawuran Di SMK Negeri 1 Trowulan. *Jurnal Bk Unesa*, 1(1), 31–37. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk->

unesa/article/view/27598%0Ahttps://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/27598/25249

- Eom, S. (2015). Association for Information Systems The Effects of Student Motivation and Self-Regulated Learning Strategies on Student' s Perceived E-learning Outcomes and Satisfaction Recommended Citation Eom, Sean, "The Effects of Student Motivation and Self-Regulated. *Association for Information System, 2015 Proce*(12), 1–15. <http://aisel.aisnet.org/siged2015><http://aisel.aisnet.org/siged2015/12>
- Fajarina, A. (2022). Pencapaian Kematangan Emosi Pada Siswa Kelas Xii Man 2 Bojonegoro. *EduStream: Jurnal Pendidikan Dasar*, 6(1), 26–34. <https://doi.org/10.26740/eds.v6n1.p26-34>
- Faruq, F., Istiqomah, I. W., Sabani, N., Rahmawati, S., Rivalna, K., Kumaidi, K., & Sudinadji, M. B. (2021). Development of Psychological Measurement Tools: Self Regulated Learning Scale (SRLS). *Urecol Journal. Part A: Education and Training*, 1(2), 76–85. <https://doi.org/10.53017/ujet.72>
- Febryliani, I. (2021). Hubungan Kecemasan Matematika dan Self-Regulated Learning terhadap Motivasi Siswa Sekolah Menengah Atas dalam Pembelajaran Matematika pada Kelas Virtual. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(3), 2302–2312. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v5i3.768>
- Fellasari, F., & Lestari, Y. I. (2017). Hubungan Antara Pola Asuh Orangtua Dengan Kematangan Emosi Remaja. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 84–90. <https://doi.org/10.24014/jp.v12i2.3234>
- Fitriatien, S. R., & Mutianingsih, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Belajar Mandiri pada Mata Kuliah Operasional Riset melalui Self Regulated Learning Mosharafa : Jurnal Pendidikan Matematika Rata-rata Mosharafa : Jurnal Pendidikan Matematika. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 9(1), 95–106.
- Fitriyanti, E., Alam, A. J., & Rauf, W. (2022). Hubungan Kematangan Emosi terhadap Pengambilan Keputusan Karir Siswa MA dan SMK Pesantren Pembangunan Muhammadiyah. *Jurnal Edukasi Sainifik*, 2(1), 1–8. <http://journal.stkipmuhammadiyahbarru.ac.id/index.php/jes/article/view/56>
- Granberg, C., Palm, T., & Palmberg, B. (2021). A case study of a formative assessment practice and the effects on students' self-regulated learning. *Studies in Educational Evaluation*, 68, 100955.
- Handasah, R. (2018). Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Agresivitas Dimediasi Oleh Kontrol Diri Pada Siswa Sma Negeri Di Kota Malang. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 2(2), 121–133. <https://doi.org/10.30762/happiness.v2i2.345>
- Harahap, A. C. P., & Daharnis, N. S. (2018). Hubungan antara Self Efficacy dan Dukungan Sosial Orangtua dengan Self Regulated Learning Serta Implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ansiru Pendidikan Agama Islam*, 3(1), 46–62. <https://doi.org/10.30821/ansiru.v2i1.1627>
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. In *LP2M UST Jogja* (Issue March). CV. Pustaka Ilmu Group.
- Hermingsih, A., & Purwanti, D. (2020). Pengaruh Kompensasi Dan Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Motivasi Kerja Sebagai Variabel Pemoderasi. *Jurnal*

*Dimensi*, 9(3), 574–597. <https://doi.org/10.33373/dms.v9i3.2734>

- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Gramedia Pustaka.
- Jobson, M. C. (2020). Emotional Maturity among adolescents and its importance. *Indian Journal of Mental Health*, 7(1), 35–41. <https://doi.org/10.30877/ijmh.7.1.2020.35-41>
- Lestari, E., Yuzarion, & Hidayah, N. (2023). *Self Regulated Learning of Senior High School Students Reviewed from Emotional Maturity and Social Parental Support*. 5(2005), 1490–1497.
- Long, Y., & Aleven, V. (2017). Enhancing learning outcomes through self-regulated learning support with an Open Learner Model. *User Modeling and User-Adapted Interaction*, 27(1), 55–88. <https://doi.org/10.1007/s11257-016-9186-6>
- Muawanah, L. B., Suroso, & Pratikto, H. (2012). Kematangan Emosi, Konsep Diri Dan Kenakalan Remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1), 6–14. <https://doi.org/10.30996/persona.v1i1.9>
- Mustopa, N. M., Mustofa, R. F., & Diella, D. (2020). The relationship between self-regulated learning and learning motivation with metacognitive skills in biology subject. *JPBI (Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia)*, 6(3), 355–360. <https://doi.org/10.22219/jpbi.v6i3.12726>
- Nurdianti, Prayitno, S., Amrullah, & Kurniati, N. (2021). Persepsi Mahasiswa Pendidikan Matematika terhadap Pembelajaran Daring Semasa Pandemi Covid-19. *Pythagoras: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 1(4), 610–620. <https://doi.org/10.33373/pythagoras.v10i1.2895>
- Prasetyo, Y. (2016). Efikasi Diri, Kematangan Emosi dan Problem Focus Coping. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 181–186. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.736>
- Rahadiyan, A., & Partini. (2018). *Hubungan Antara Intensitas Menggunakan Social Media Instagram Dengan Kematangan Emosi Pada Remaja*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rahayu, Y. L. (2022). Implementasi Pembelajaran Model CORE Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis dan (Self Regulated Learning) SRL Siswa SMA dan MA. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 10(1), 1-4. <https://10.29408/jel.v6i1.XXXX>.
- Ramli, S., Saputra, S. E., & Wahyuni, S. (2021). Pengaruh Kematangan Emosi, Religiusitas, Kepercayaan Diri, Sosial Ekonomi Keluarga, Dan Lingkungan Sekolah Terhadap Motivasi Belajar Siswa IPS di SMA Negeri 13 Padang. *Horizon*, 1(2), 305–323. <https://doi.org/10.22202/horizon.2021.v1i2.4815>
- Saputra, B. A., Hadiwinarto, & Syahruman. (2018). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Kematangan Emosi Siswa Kelas XI IPS D SMA Negeri 06 Kota Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 11–19.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sarjana, K., Turmuzi, M., Tyaningsih, R. Y., Lu'luilmaknun, U., & Kurniawan, E. (2022). Faktor-Faktor Penentu Keberhasilan Belajar Mahasiswa Pendidikan Matematika di Era New Normal. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(2), 309–316. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i2.303>
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory.

*Contemporary Educational Psychology*, 60(101832), 1–47.  
<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>

- Sholiha, T. A., Kurniati, N., Tyaningsih, R. Y., & Prayitno, S. (2022). Pengaruh Self-Regulated Learning (SRL) terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas XI SMAN 1 Masbagik. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3), 1355–1362. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3.745>
- Sihaloho, & Helmina, L. (2016). *Hubungan Iklim Sekolah dan Kematangan Emosional dengan Self Regulated Learning pada Siswa Sma N 1 Stabat* [Universitas Medan Area]. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/505>
- Sofyan, A. (2015). Pengaruh Kematangan Emosi terhadap Sikap Tasamuh. *MUDARRISA: Journal of Islamic Education*, 7(1), 59–88. <https://doi.org/10.18326/mdr.v7i1.749>
- Sumayya, & Pratisti, W. D. (2023). *Hubungan Kebersyukuran Dan Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Siswa SMA* [Universitas Muhammadiyah Surakarta]. <https://eprints.ums.ac.id/117660/>
- Susanti, R. (2005). Sampling dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 1(16), 187–208. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.543>
- Triyatni, A., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Self Regulated. *JCA Psikologi*, 1(1), 49–58.
- Tuasikal, A. N. A., & Retnowati, S. (2019). Kematangan Emosi, Problem-Focused Coping, Emotion-Focused Coping dan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 105–118. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46356>
- Walgito. (2003). *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Andi.
- Widiatmoko, M., & Herlina, I. (2021). Studi Deskriptif Profil Self-Regulated Learning Siswa. *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4(1), 9–16.
- Zamnah, L. N. (2017). Hubungan Antara Self-Regulated Learning Dengan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Pada Mata Pelajaran Matematika Kelas Viii Smp Negeri 3 Cipaku Tahun Pelajaran 2011/2012. *Teorema*, 1(2), 31–38. <https://doi.org/10.25157/.v1i2.549>
- 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](https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2)