



Gambaran *Self-Regulated Learning* Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa Sekolah Menengah Atas *Boarding School*

Nisaul Kamila*, Zurratul Muna, dan Riza Musni

Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Jl. Cot Teungku Nie, Aceh Utara, Aceh, Indonesia 24355

*E-mail: nisaul.190620095@mhs.unimal.ac.id

Abstrak

Di sekolah *boarding school*, siswa dapat belajar dengan maksimal ketika memiliki seluruh kegiatan dan aktivitas yang terkontrol, memiliki manajemen waktu yang baik, memiliki proses perencanaan yang terarah sehingga terbiasa dalam mengatur waktu antara mengerjakan tugas di sekolah dengan menjalankan kegiatan tambahan lainnya di asrama, serta melakukan diskusi bersama agar memudahkan proses belajar. Usaha yang dapat dilakukan siswa dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai yakni dengan proses merencanakan, memantau, melaksanakan, dan mengevaluasi hasil belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self-regulated learning* berdasarkan jenis kelamin pada siswa sekolah menengah atas *boarding school*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek siswa SMA yang menempuh sekolah *boarding school* dengan rentang usia 15-18 tahun di Kabupaten Bireuen. Sampel penelitian ini adalah 150 siswa yang terdiri atas 75 siswa laki-laki dan 75 siswa perempuan berdasarkan teknik *stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner alat ukur *Self-Regulated Learning Phase* yang terdiri dari 53 item. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji rata-rata dan uji *t* menggunakan SPSS versi 26. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa perempuan memiliki *self-regulated learning* lebih efektif dibandingkan siswa laki-laki.

Kata kunci: *boarding school*, jenis kelamin, *self-regulated learning*, siswa

The Description of Self-Regulated Learning Based on Gender in Boarding School Senior High School Students

Abstract

At boarding schools, students can learn optimally when they have all activities that are controlled, have good time management, have a directed planning process so that they are used to managing their time between doing assignments at school and carrying out other additional activities. Yes in the dormitory, as well as having discussions together to facilitate the learning process. Efforts that students can make in achieving the goals they want to achieve are through the process of planning, monitoring, implementing, and evaluating learning outcomes. The purpose of this study is to find out the picture of self-regulated learning based on gender in boarding high school students. This study uses a descriptive quantitative method with high school students who attend boarding schools with an age range of 15-18 years in Bireuen Regency. The sample of this study is 150 students consisting of 75 male students and 75 female students based on the stratified random sampling technique. Data was collected using the Self-Regulated Learning Phase measurement tool questionnaire consisting of 53 items. The data analysis techniques used are the average test and the *t*-test using SPSS version 26. The results of this study show that female students have self-regulated learning more effectively than male students.

Keywords: *boarding school*, gender, *self-regulated learning*, students

Pendahuluan

Sekolah *boarding school* merupakan sistem pendidikan yang mewajibkan siswa menetap di asrama dengan mengikuti pola pendidikan selama 24 jam di bawah bimbingan para pengasuh di asrama dan guru di sekolah dengan penerapan pendidikan yang komprehensif (Suntara al., 2019). Di sekolah *boarding school*, siswa dapat belajar dengan maksimal karena memiliki seluruh kegiatan dan aktivitas yang terkontrol, memiliki manajemen waktu yang baik, memiliki proses perencanaan yang terarah sehingga terbiasa dalam mengatur waktu antara mengerjakan tugas di sekolah dengan menjalankan kegiatan tambahan lainnya di asrama, serta melakukan diskusi bersama teman-teman di asrama agar memudahkan dalam proses belajar (Khasanah, 2019). Siswa yang menempuh pendidikan *boarding school* dapat membuat keputusan sendiri serta memiliki tanggung jawab secara sistematis dalam membentuk karakter dan mengembangkan ilmu pengetahuan. Siswa juga dapat mengatur perilaku dan kognisinya dalam merencanakan, mengontrol proses belajar, dan mengevaluasi hasil belajar yang telah diperoleh dengan cara meningkatkan pengetahuan serta melatih mengingat informasi demi mempertahankan pencapaian hasil belajar untuk meraih tujuan yang ingin dicapai (Faozi, 2019).

Untuk membantu siswa agar mampu mengontrol dan mengelola proses pembelajaran yang efektif demi mencapai tujuan yang ingin dicapai, siswa harus memiliki strategi yang tepat dalam merencanakan analisis tugas dimulai dengan proses perencanaan dengan memilih dan menentukan strategi belajar supaya tujuan pembelajaran tepat sesuai yang diinginkan. Jika siswa telah memiliki proses perencanaan yang baik, strategi selanjutnya yang akan dilakukan adalah bagaimana siswa tersebut dapat memonitor dirinya supaya lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan memperoleh informasi serta memiliki motivasi yang tinggi dalam proses belajar (Siswanto, 2021). Usaha yang dapat dilakukan siswa dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai yakni dengan merencanakan, memantau, melaksanakan, dan mengevaluasi hasil belajar. Artinya, siswa yang sudah mandiri dalam proses belajar secara maksimal akan mampu merencanakan proses belajar selanjutnya, serta dapat melaksanakan dan merefleksikan dirinya dengan kemampuan kognisi, motivasi, dan perilaku demi mencapai tujuan yang ingin dicapai atau yang disebut dengan *self-regulated learning* (Pamungkas et al., 2020).

Siswa yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* juga harus memiliki metode dan strategi yang tepat dalam mengembangkan pemahaman, mengintegrasikan informasi dan pengetahuan yang diterima dalam proses pembelajaran, memiliki cara untuk meminimalisasi hambatan dalam proses belajar dengan mencari bantuan pada orang lain dan melakukan pengulangan materi, mengatur manajemen waktu yang efektif, serta membentuk lingkungan belajar yang kondusif (Hannani & Ajisuksmo, 2021). *Self-regulated learning* dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal diri siswa (Jandrić et al., 2018). Pada faktor internal, perempuan memiliki motivasi dan rasa ingin tahu yang lebih tinggi dalam proses belajar serta strategi pembelajaran yang efektif dibandingkan siswa laki-laki.

Salah satu faktor penentu dalam proses belajar yakni adanya perbedaan jenis kelamin berdasarkan cara individu memperoleh pengetahuan dan pemahaman dengan cara merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi hasil proses belajar serta cara bertindak yang sesuai dengan kebutuhannya (Anwar et al., 2019). Siswa laki-laki dan siswa perempuan memiliki kemampuan dan perilaku yang berbeda dalam hal pembentukan sikap dan motivasi untuk belajar di mana lingkungan belajar yang berbeda pun dapat mempengaruhi usaha dalam proses belajarnya (Malini & Pridari, 2018). Kemampuan siswa dalam meregulasi usaha untuk proses belajar sangatlah penting. Ketika siswa tidak memiliki regulasi usaha, target yang diinginkan tidak tercapai sehingga timbul permasalahan seperti kegagalan dalam mencapai hasil belajar dan frustrasi dengan tugas-tugas bahkan sampai memilih mengundurkan diri dari *boarding school* (Oktia, 2022). Alasan lain siswa memilih mengundurkan diri dari *boarding school* adalah siswa merasa tidak sanggup dalam menjalankan program yang diterapkan di asrama sehingga timbul perasaan lelah karena banyaknya tuntutan akademis dan kegiatan lainnya yang membuat mereka merasa tidak kompeten menjadi seorang siswa (Oktia, 2022). Perasaan

Tabel 1. Data Siswa *Boarding School* dan *Full Day School*

Nama sekolah	Tahun ajaran	Jumlah siswa <i>boarding school</i>	Jumlah siswa yang <i>full day school</i>	Total
SMA IT AIBS	2019/2020	52	2	54
	2020/2021	67	2	69
	2021/2022	69	1	70
	2022/2023	68	0	68
SMA IT MBBS	2019/2020	0	0	0
	2020/2021	10	2	12
	2021/2022	9	1	10
	2022/2023	12	0	12

Sumber: Data Adm Sekolah SMA IT AIBS dan SMA IT MBBS (2023)

lelah timbul karena ketidakcocokan antara suatu pelajaran tertentu dengan sikap, proses penyampaian belajar, ataupun cara belajar siswanya (Yang & Ma, 2012). Banyaknya kegiatan yang dilakukan dan tuntutan yang dimiliki siswa menyebabkan rendahnya motivasi dalam menyelesaikan pendidikan sehingga siswa tersebut lebih memilih untuk mengundurkan diri dari sekolah *boarding school* (Duru et al., 2014).

Berdasarkan data yang diperoleh dalam kurun waktu empat tahun terakhir dari pihak sekolah SMA Islam Terpadu *Boarding School*, terdapat delapan siswa yang terdiri atas enam siswa laki-laki dan dua siswa perempuan yang memilih mengundurkan diri dari sekolah sistem *boarding school* serta memilih bersekolah dengan sistem *full day* karena banyaknya kegiatan yang dilakukan oleh siswa di sekolah sistem *boarding school*, mulai dari banyaknya tugas sekolah dan hafalan yang harus disetor setiap harinya serta waktu belajar yang hampir 24 jam dan dengan aturan-aturan yang wajib dipenuhi oleh seluruh siswanya sehingga menimbulkan kelelahan secara fisik ataupun psikologis (Oktia, 2022). Alasan lainnya adalah ketika siswa yang menempuh pendidikan *boarding school* dengan jadwal belajar yang padat, tidak menutup kemungkinan adanya pelajaran di sekolah dan kegiatan di asrama yang terbengkalai. Kegiatan tersebut di antaranya melakukan kegiatan *entrepreneur market day* yang wajib dilakukan setiap hari Sabtu, *adventure tour* yang dilakukan minimal sebulan sekali, menghafal Al-Qur'an yang harus disetor setiap hari minimal lima ayat dan sepuluh juz per tahun, mempelajari bahasa asing, menghafal hadist dan kitab kuning khusus hari Jumat, dan meningkatkan prestasi akademik disetiap semesternya. Dengan adanya target yang telah ditetapkan pihak sekolah *boarding school* kepada siswanya, siswa dituntut untuk mencapai keberhasilan dalam meraih target demi mencapai hasil pembelajaran yang maksimal, tetapi tidak sedikit dari siswa tersebut yang belum mencapai target khususnya dari segi hafalan Al-Qur'an sehingga target atau prestasi belajar yang diharapkan tidak tercapai atau siswa gagal dalam meraih prestasi belajar (Robi'ah et al., 2020).

Untuk meraih target atau prestasi belajar serta hasil pembelajaran yang maksimal, siswa atau guru harus memilih strategi yang tepat dalam menentukan tujuan belajar agar hasilnya lebih efektif, terarah, dan tepat sasaran. Berdasarkan survei awal yang dilakukan kepada tiga puluh siswa yang diambil secara acak menggunakan undian kertas yang bertuliskan angka satu sampai tiga puluh, diperoleh responden yang terdiri atas lima belas siswa laki-laki dan lima belas siswa perempuan pada kelas X, XI dan XII, sehingga masing-masing kelas terdiri atas lima siswa laki-laki dan lima siswa perempuan. Dari hasil survei awal tersebut yang dilandasi oleh *forethought phase*, *performance phase*, dan *reflection phase*, diketahui bahwa siswa laki-laki memiliki permasalahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa perempuan pada setiap fase *self-regulated learning*. Makin tinggi permasalahan yang dialami oleh siswa laki-laki, makin rendah tingkat *self-regulated learning*-nya. Sebaliknya, pada siswa perempuan, makin rendah permasalahan yang dialami, makin tinggi tingkat *self-regulated learning*-nya.

Saputra et al. (2018) mengatakan bahwa tingkat *self-regulated learning* pada siswa perempuan lebih efektif dalam proses merencanakan, mengatur, dan menetapkan strategi belajar yang tepat untuk meningkatkan pencapaian prestasi akademik yang baik dibandingkan siswa laki-laki. Pada penelitian Wijaya et al. (2020), dijelaskan pula bahwa siswa perempuan lebih tinggi tingkat *self-regulated learning* dibandingkan siswa laki-laki dalam hal menentukan tujuan pembelajaran, menentukan strategi belajar dan mengevaluasi hasil belajar. Berdasarkan tinjauan tersebut, peneliti tertarik untuk melihat gambaran *self-regulated learning* berdasarkan jenis kelamin pada siswa sekolah menengah atas *boarding school*. Peneliti juga mengeksplorasi gambaran *self-regulated learning* pada siswa sekolah menengah atas *boarding school* berdasarkan beberapa kelompok kegiatan di sekolah ataupun di asrama, yakni kegiatan tahfiz Al-Quran, menghafal hadist, belajar kitab, bahasa asing, *entrepreneur*, *adventure tour* dan jenis kegiatan nonakademik lainnya. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan atau pengetahuan baru secara luas tentang *self-regulated learning* yang diterapkan di sekolah menengah atas (SMA) dengan sistem *boarding school* Islam terpadu serta dapat menambah kajian ilmu atau teori di bidang psikologi, khususnya di ruang lingkup psikologi pendidikan. Penelitian ini juga mampu menerapkan kegiatan penjurusan sesuai dengan kemampuan dan minat siswanya berdasarkan strategi belajar berdasarkan perbedaan *self-regulated learning* pada siswa *boarding school* ditinjau dari jenis kelamin. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan para guru dalam kajian bimbingan dan konseling dalam menerapkan *self-regulated learning* yang baik guna meningkatkan prestasi akademik ataupun nonakademik.

Metode

Pada penelitian ini, digunakan metode deskriptif untuk menggambarkan *self-regulated learning* berdasarkan jenis kelamin pada siswa sekolah menengah atas *boarding school*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa yang menempuh pendidikan *boarding school* Islam terpadu yang berusia 15–18 tahun. Menurut Soetjiningsih (2004), usia 15–18 tahun tergolong ke dalam kategori remaja. Masa remaja merupakan suatu periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2007). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah menengah atas *boarding school* di Kabupaten Bireuen sejumlah 246 siswa. Jumlah sampel penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*error*) sebesar .05 sehingga diperoleh sebanyak 150 siswa. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *stratified random sampling*, yakni populasi yang bersifat heterogen yang terbagi ke dalam strata-strata dan dilakukan pengambilan sampel secara acak dari setiap strata menggunakan undian sederhana. Langkah pertama yang dilakukan yakni menentukan jumlah sampel, selanjutnya untuk mengetahui sampel masing-masing kelas, maka ditentukan dengan jumlah populasi setiap kelas X, XI, dan XII dibagi dengan total populasi keseluruhan kemudian dikalikan dengan total sampel. Diperoleh sampel untuk kelas X, XI, dan XII dengan masing-masing terdiri atas 50 siswa.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti memodifikasi alat ukur dengan *expert judgment* yang sesuai dengan bidangnya. Peneliti juga melakukan uji coba (*try out*) alat ukur untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur tersebut. Pengumpulan data penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner dengan skala Likert dengan pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yang terdiri dari empat pilihan jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Kuesioner terdiri dari lembaran *informed consent*, data demografis, dan informasi lainnya terkait petunjuk pengisian alat ukur, yang dibagikan secara langsung kepada subjek penelitian. Pengukuran *self-regulated learning* dilakukan menggunakan *self-regulated learning phase* milik Shunck dan Greene (2018) yang sebelumnya telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Liantanty (2023). Skala *self-regulated learning* terdiri dari tiga fase, yaitu *forethought phase*, *performant phase* dan *reflection phase* yang terdiri dari 26 *item favorable* dan 27 *item unfavorable*. *Forethought phase* terdiri dari indikator *task analysis* (analisis tugas) yang terdiri atas *planning*, *goal setting*, dan

visualization, serta indikator *motivation and belief* (motivasi dan kepercayaan) yang terdiri atas *self-efficacy*, *outcome*, *implicit theory of ability*, dan *stereotype awareness*. *Performance phase*, terdiri dari indikator *monitoring* (mengontrol diri) yang terdiri atas *cognitive/emotion*, *taks of environmental*, dan *one effort's*, serta indikator *strategy use* (strategi yang digunakan) yang terdiri atas *note taking*, *help seeking*, dan *self-talk*. Selanjutnya, *reflection phase* terdiri dari indikator *assessment* (penilaian awal) yang terdiri atas *causal attribute* dan *strategic review* serta indikator *self-reaction* (refleksi diri) yang terdiri atas *reward/saction*, *emotional response*, dan *revision of goals*.

Analisis statistik dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics 26 dengan menggunakan uji rata-rata untuk mendeskripsikan suatu variabel berdasarkan nilai rata-rata antara siswa laki-laki dan siswa perempuan berdasarkan ketiga fase *self-regulated learning*. Selanjutnya, uji t atau *independent sample t-test* dilakukan untuk melihat perbedaan antara dua sampel yang berbeda (siswa laki-laki dan siswa perempuan) dalam *self-regulated learning*. Uji validitas yang digunakan adalah *corrected item-total correlation* (Priyatno, 2011). Validitas alat ukur dalam penelitian ini berkisar antara .31–.74. Uji reliabilitas yang digunakan adalah *Cronbach's alpha* dan diperoleh α sebesar .95. Di samping analisis statistik, dilakukan pula analisis *profiling* menggunakan Microsoft Excel 2019 untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan berdasarkan karakteristik tertentu secara beruntun berdasarkan subindikator, indikator, dan fase-fase *self-regulated learning* untuk menghasilkan data yang akurat yang berorientasi pada setiap fase dalam *self-regulated learning*. Deskripsi data untuk analisis *profiling* dalam penelitian ini dilakukan menggunakan nilai interval untuk melihat perbandingan kategori efektif atau tidak efektif. Kategori tersebut diperoleh berdasarkan data interval yang berbeda-beda terdiri dari subindikator, indikator, serta fase-fase *self-regulated learning* yang diukur dengan rumus Rianto (2016).

$$\begin{aligned} \text{Rumus Interval} &= \frac{\text{Data terbesar} - \text{data terkecil}}{\text{Jumlah kelompok}} \\ \text{Interval}_k &= \frac{212 - 53}{2} \\ \text{Interval}_k &= 79.5 \end{aligned}$$

Hasil

Diperoleh hasil analisis menggunakan skala *self-regulated learning* berdasarkan fase-fase *self-regulated learning* yang terdiri dari *forethought phase*, *performance phase*, dan *reflection phase*. Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat bahwa berdasarkan indikator *talk analysis* (analisis tugas) pada *forethought phase*, 3 siswa laki-laki (2%) dan 19 siswa perempuan (4.7%) memiliki kemampuan efektif, sedangkan 72 siswa laki-laki (48%) dan 56 siswa perempuan (45.3%) memiliki kemampuan tidak efektif. Selanjutnya, pada indikator *motivation and belief* (motivasi dan kepercayaan), terdapat 8 siswa laki-laki (5.3%) dan 19 siswa perempuan (12.7%) yang memiliki motivasi dan kepercayaan yang efektif, sedangkan 67 siswa laki-laki (44.7%) dan 56 siswa perempuan (37.3%) yang tidak memiliki motivasi dan kepercayaan yang efektif.

Tabel 2. Hasil Analisis SRL pada Siswa Laki-laki dan Perempuan berdasarkan *Forethought Phase*

Jenis kelamin	Keterangan	Forethought phase			
		Talk analysis	%	Motivation and belief	%
Laki-laki	Efektif	3	2	8	5.3
	Tidak efektif	72	48	67	44.7
Perempuan	Efektif	7	4.7	19	12.7
	Tidak efektif	68	45.3	56	37.3
Total		150	100	150	100

Tabel 3. Hasil Analisis SRL pada Siswa Laki-laki dan Perempuan berdasarkan *Performance Phase*

Jenis kelamin	Keterangan	<i>Performance Phase</i>			
		<i>Monitoring</i>	%	<i>Strategy use</i>	%
Laki-laki	Efektif	15	10	19	12.7
	Tidak efektif	60	40	56	37.3
Perempuan	Efektif	27	18	32	21.3
	Tidak efektif	48	32	43	28.7
Total		150	100	150	100

Pada *performance phase*, terdapat dua indikator, yakni *monitoring* (mengontrol diri) dan *strategy use* (strategi yang digunakan). Berdasarkan Tabel 3, terdapat 15 siswa laki-laki (10%) dan 27 siswa perempuan (18%) yang efektif dalam proses *monitoring* (mengontrol diri), sedangkan 60 siswa laki-laki (40%) dan 48 siswa perempuan (32%) tidak efektif dalam proses *monitoring* (mengontrol diri). Pada indikator *strategy use* (strategi yang digunakan), terdapat 19 siswa laki-laki (12.7%) dan 32 siswa perempuan (21.3%) yang memiliki *strategy use* (strategi yang digunakan) yang efektif, sedangkan sebanyak 56 siswa laki-laki (37.3%) dan 43 siswa perempuan (28.7%) memiliki *strategy use* (strategi yang digunakan) yang tidak efektif.

Pada *self-reflection phase* (refleksi diri), terdapat dua indikator, yaitu *assessment* (penilaian awal) dan *self-reaction* (reaksi diri). Berdasarkan Tabel 4, pada indikator *assessment*, terdapat 13 siswa laki-laki (8.7%) dan 29 siswa perempuan (19.3%) yang memiliki *assessment* (penilaian awal) yang efektif, sedangkan sebanyak 62 siswa laki-laki (41.3%) dan 46 siswa perempuan (30.7%) tidak efektif dalam proses *assessment* (penilaian awal). Pada indikator *self-reaction* (reaksi diri), sebanyak 12 siswa laki-laki (8%) dan 26 siswa perempuan (17.3%) memiliki *self-reaction* (reaksi diri) yang efektif, sedangkan sebanyak 63 siswa laki-laki (42%) dan 49 siswa perempuan (32.7%) tidak efektif dalam *self-reaction* (reaksi diri).

Berdasarkan Tabel 5, fase-fase *self-regulated learning* terdiri atas *forethought phase* (fase perencanaan), *performance phase* (fase tindakan) dan *self-reflection phase* (fase refleksi) termasuk dalam kategori tinggi (efektif). *Self-regulated learning* efektif apabila ketiga fase tersebut semua efektif maka diperoleh sebanyak 3 siswa perempuan (2%) yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi (efektif) di setiap fase-fase *self-regulated learning*, sedangkan tidak seorang pun siswa laki-laki yang memiliki *self-regulated learning* yang tinggi (efektif).

Berdasarkan Tabel 6, dapat dilihat bahwa baris pertama *forethought phase* (perencanaan) dan *performance phase* (tindakan) tergolong kategori efektif, sedangkan *self-reflection phase* (refleksi diri) tergolong tidak efektif. Dengan demikian, hasil analisis menunjukkan bahwa hanya terdapat 1 siswa perempuan (0.7%) yang tergolong kategori R1 dan tidak seorang pun siswa laki-laki dapat digolongkan pada kategori ini. Pada baris kedua *forethought phase* (perencanaan), tergolong kategori efektif, kemudian *performance phase* (tindakan) tergolong kategori tidak efektif, sedangkan *self-*

Tabel 4. Hasil Analisis SRL pada Siswa Laki-laki dan Perempuan berdasarkan *Self-Reflection Phase*

Jenis kelamin	Keterangan	<i>Performance phase</i>			
		<i>Monitoring</i>	%	<i>Strategy use</i>	%
Laki-laki	Efektif	13	8.7	12	8
	Tidak efektif	62	41.3	63	42
Perempuan	Efektif	29	19.3	26	17.3
	Tidak efektif	46	30.7	49	32.7
Total		150	100	150	100

Tabel 5. Hasil *Profiling* Siswa Laki-laki dan Perempuan Berdasarkan Fase-fase SRL yang Efektif

Profiling tinggi (T1)	Self-regulated learning phase			n	%
	Forethought phase	Performance phase	Self-reflection phase		
Siswa laki-laki	Efektif	Efektif	Efektif	0	0
Siswa perempuan	Efektif	Efektif	Efektif	3	2
Total				3	2

reflection phase (refleksi diri) tergolong kategori efektif sebanyak 1 siswa laki-laki (.7%) yang tergolong kategori R2 dan tidak seorang pun siswa perempuan dapat digolongkan pada kategori tersebut. Baris ketiga pada *forethought phase* (perencanaan) tergolong tidak efektif, sedangkan *performance phase* (tindakan) dan *self-reflection phase* (refleksi diri) tergolong efektif. Hasil analisis menunjukkan sebanyak 2 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan (6%), ini tergolong kategori R3.

Selanjutnya baris keempat *forethought phase* (perencanaan), *performance phase* (tindakan) dan *self-reflection phase* (refleksi diri) tergolong tidak efektif. Hasil analisis menunjukkan sebanyak 63 siswa laki-laki dan 47 siswa perempuan (73.3%), dengan demikian kategori ini tergolong kategori R4. Baris kelima *forethought phase* (perencanaan) tergolong kategori efektif, sedangkan *performance phase* (tindakan) dan *self-reflection phase* (refleksi diri) tergolong tidak efektif. Hasil analisis menunjukkan bahwa hanya terdapat 1 siswa perempuan (.7%) yang tergolong kategori R5 dan tidak seorang pun siswa laki-laki dapat digolongkan pada kategori ini. Baris keenam *forethought phase* (perencanaan) tergolong pada tidak efektif, selanjutnya *performance phase* (tindakan) tergolong efektif, sedangkan pada *self-reflection phase* (refleksi diri) tergolong tidak efektif. Hasil analisis menunjukkan sebanyak 5 siswa laki-laki dan 11 siswa perempuan, kategori ini digolongkan pada kategori R6. Selanjutnya, baris ketujuh *forethought phase* (perencanaan) dan *performance phase* (tindakan) tergolong tidak efektif, sedangkan *self-reflection phase* (refleksi diri) tergolong efektif. Hasil analisis menunjukkan sebanyak 4 siswa laki-laki dan 5 siswa perempuan (6%) yang tergolong pada R7.

Berdasarkan uji *independent sample t-test* yang digunakan untuk melihat perbedaan berdasarkan jenis kelamin antara siswa laki-laki dengan siswa perempuan, diperoleh nilai $p < .05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara siswa laki-laki dengan siswa perempuan dalam menerapkan *self-regulated learning* yang berbeda dalam proses perencanaan meliputi analisis tugas dan motivasi dan kepercayaan, melakukan tindakan yakni menggunakan strategi khusus dalam belajar agar memudahkan dalam mencapai target yang diinginkan seperti membuat catatan, mencari bantuan ketika merasa kesulitan dalam proses belajar dan elaborasi, serta proses refleksi diri ketika target yang diinginkan tidak tercapai, maka strategi selanjutnya yang akan dilakukan menyusun perencanaan yang baru agar target tersebut bisa tercapai.

Tabel 6. Hasil *Profiling* Siswa Laki-laki dan Perempuan Berdasarkan Fase-fase SRL yang Tidak Efektif

Profiling rendah	Self-Regulated Learning Phase			Laki-laki	Perempuan	n	%
	Forethought phase	Performance phase	Self-reflection phase				
R1	Efektif	Efektif	Tidak efektif	0	1	1	.7
R2	Efektif	Tidak efektif	Efektif	1	0	1	.7
R3	Tidak efektif	Efektif	Efektif	2	7	9	6
R4	Tidak efektif	Tidak efektif	Tidak efektif	63	47	110	73.3
R5	Efektif	Tidak efektif	Tidak efektif	0	1	1	.7
R6	Tidak efektif	Efektif	Tidak efektif	5	11	16	10.7
R7	Tidak efektif	Tidak efektif	Efektif	4	5	9	6
Total				75	72	147	98

Pembahasan

Pada penelitian ini, diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan *self-regulated learning* antara siswa laki-laki dengan siswa perempuan yang menempuh pendidikan sekolah menengah atas (SMA) *boarding school*. Dengan adanya perbedaan siswa dalam menerapkan *self-regulated learning* disebabkan kurangnya proses perencanaan dan strategi belajar yang kurang tepat, siswa tidak bisa mengontrol diri dengan lingkungan di sekolah dan di asrama. Perbedaan siswa laki-laki dan siswa perempuan terlihat pada *fase-fase self-regulated learning* yang terdiri atas *forethought phase*, *performance phase*, dan *self-reflection phase*. Hasil analisis pada setiap fase *self-regulated learning* tersebut dapat dilihat bahwa siswa perempuan lebih efektif dibandingkan siswa laki-laki, walaupun hanya tiga siswa perempuan (2%) yang efektif pada setiap fase *self-regulated learning*. Sementara itu, tidak ada siswa laki-laki yang efektif pada setiap fase *self-regulated learning*.

Berdasarkan hasil analisis *self-regulated learning* pada *forethought phase*, dapat dilihat bahwa siswa perempuan lebih efektif dibandingkan siswa laki-laki dalam hal analisis tugas motivasi dan kepercayaan diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa perempuan lebih efektif dalam *self-regulation* (regulasi diri) seperti perencanaan, mengontrol diri, dan refleksi diri yang tinggi, memiliki penetapan tujuan yang efektif sehingga semakin erat tujuan yang ingin dicapai kedepannya. Siswa perempuan juga mempunyai strategi pembelajaran meliputi metakognisi, manajemen waktu, elaborasi, dan usaha yang lebih baik (Bidjerano, 2006). Menurut Kesuma et al. (2021), siswa perempuan mempunyai kepercayaan diri terhadap proses pembelajaran yang dipilih di sekolah ataupun di asrama untuk mencapai tujuan yang ingin diraih. Sementara itu, siswa laki-laki tidak efektif dalam proses perencanaan dan manajemen waktu antara kegiatan di sekolah dengan di asrama sehingga memiliki motivasi yang kurang untuk meraih tujuan yang ingin dicapai (Anthonysamy, 2021). Banyaknya siswa yang tidak efektif pada *forethought phase* juga dipengaruhi oleh banyaknya kegiatan disekolah *boarding school* dan tuntutan akademik sehingga memicu perasaan lelah dan motivasi yang rendah untuk belajar (Oktia, 2022). Selain itu, siswa mengalami kesulitan dalam memulai mengerjakan tugas ataupun menghafal Al-Quran sehingga mengalami kesulitan dan tidak konsentrasi saat proses belajar di sekolah ataupun di asrama (Faozi, 2019).

Pada *performance phase*, siswa perempuan lebih efektif dibandingkan siswa laki-laki dalam hal mengontrol diri dan strategi yang digunakan dari segi kognitif dan emosi, tuntutan belajar, menghafal Al-Quran, serta usaha yang dilakukan untuk mencapai target belajar. Siswa perempuan juga membuat tujuan yang spesifik dalam belajar dan menggunakan strategi pembelajaran yang baik guna mengoptimalkan proses belajar demi mencapai tujuan (Japeri & Hijrianti, 2022). Siswa yang memiliki strategi khusus dalam belajar akan mampu dalam merencanakan, mengorganisasikan, mengontrol diri, dan mengevaluasi dirinya dalam proses belajar (Nifmaskossu et al., 2022). Sementara itu, siswa laki-laki tidak efektif dalam *performance* karena kurangnya strategi yang digunakan dalam proses belajar dan mengontrol dirinya sehingga tidak fokus pada proses belajar dan banyaknya tuntutan sekolah *boarding school*, diantaranya menyeter hafalan setiap hari, belajar kitab kuning, tugas di sekolah, dan kegiatan ekstrakurikuler lainnya sehingga strategi belajarnya tidak efektif tanpa adanya usaha untuk mencapai target belajar (Saputra et al., 2018).

Pada *self-reflection phase*, dapat dilihat bahwa siswa perempuan lebih efektif dibandingkan siswa laki-laki. Siswa perempuan memiliki kemampuan *assessment* dan refleksi diri yang lebih baik dalam mengapresiasi dirinya ketika berhasil mencapai target yang diinginkan serta adanya dukungan dari orang terdekat, tetapi ketika gagal maka siap untuk bangkit kembali dengan meningkatkan strategi dalam belajar serta membuat manajemen waktu yang baik. Siswa perempuan efektif dalam mengevaluasi performa belajar demi menunjang hasil yang diinginkan baik dengan cara membandingkan dirinya dengan orang yang lain ataupun kelompok serta membandingkan performa saat ini dengan performa sebelumnya (Japeri & Hijrianti, 2022). Siswa yang menerapkan penilaian dalam proses belajar dapat

membantu dirinya untuk memantau selama proses belajar dan juga lebih percaya diri untuk mengatur proses dan pencapaian tujuan pembelajaran serta dapat meningkatkan hasil belajar (Rachmawati et al., 2021). Tidak efektifnya *self-reflection* pada siswa laki-laki karena ketika mengalami kegagalan dalam proses belajar karena proses evaluasi diri yang rendah tanpa adanya usaha untuk memperbaiki ataupun mencapai target belajar yang tinggi. Dengan demikian, siswa laki-laki dapat membandingkan antara hasil yang diperoleh oleh teman-teman lainnya dalam mencapai target belajar sesuai tuntutan sekolah (Zimmerman, 2013).

Berdasarkan hasil analisis fase-fase *self-regulated learning* dapat disimpulkan bahwa siswa perempuan memiliki *self-regulated learning* yang lebih efektif dibandingkan siswa laki-laki dalam menempuh pendidikan *boarding school*. Jenis kelamin menjadi salah satu faktor penentu keefektifan *self-regulated learning* karena siswa laki-laki dan siswa perempuan memiliki kemampuan yang berbeda dalam hal perencanaan, menyusun strategi belajar, motivasi, kepercayaan, mengontrol diri dalam belajar dengan membuat catatan, membuat kelompok belajar serta evaluasi diri yang tinggi dalam belajar demi menunjang keberhasilan (Zimmerman & Martinez-Pons, 1990). Hasil penelitian Alhadi et al. (2018) menunjukkan bahwa siswa laki-laki memiliki kemampuan yang tidak efektif dalam menganalisis tugas, motivasi dan kepercayaan diri yang tinggi, serta strategi belajar yang kurang tepat dan proses mengontrol diri yang rendah sehingga merasa kesulitan dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai. Hasil penelitian Istiqomah et al. (2021) menunjukkan bahwa siswa perempuan memiliki *self-regulated learning* yang efektif dalam penetapan strategi belajar, perencanaan, mengontrol diri, serta menetapkan tujuan belajar dan refleksi diri (Zimmerman, 2002). Siswa perempuan juga mempunyai motivasi untuk mencapai tujuan yang lebih tinggi melalui metakognitif dan juga refleksi diri yang tinggi. Ketika mendapat hasil yang rendah, siswa perempuan akan lebih semangat lagi dalam proses belajar, baik dalam proses mengatur waktu, membuat catatan, maupun melakukan *pretest* dan *posttest*. Siswa perempuan juga mempunyai strategi pembelajaran meliputi metakognisi, motivasi, dan perilaku (Bidjerano, 2006).

Selain jenis kelamin, lingkungan juga menjadi faktor pendukung keefektifan *self-regulated learning* pada siswa di sekolah *boarding school* dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan baru, aturan yang berlaku, banyaknya kegiatan di sekolah dan di asrama, semua aktivitas selama 24 jam yang terkontrol oleh pengasuh dan guru, waktu yang terstruktur, dan mampu mengatur waktu dengan baik (Khasanah, 2019). Lingkungan belajar yang kondusif, baik lingkungan fisik, sosial, maupun psikologis, dapat mengembangkan proses belajar dengan baik dan optimal dan menjadi salah satu cara yang efektif dalam mencapai prestasi akademik ataupun tujuan yang ingin dicapai dengan adanya dukungan dari orang tua, teman, dan orang terdekat (Siswanto, 2021). Lingkungan juga dapat memberikan dampak yang tidak efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa dikarenakan adanya ikatan yang kuat terhadap teman sebaya yang dapat memberi dampak buruk dalam proses belajar maka terjadinya prokrastinasi dalam belajar, cabut dari sekolah, kelalaian dalam mengerjakan tugas dan menyeter hafalan Al-Quran, dan manajemen waktu yang buruk, sehingga menyebabkan kegagalan pada siswa dalam menepati target yang ingin dicapai (Saputra, 2018).

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa laki-laki dengan siswa perempuan dalam *self-regulated learning* berdasarkan *forethought phase*, *performance phase*, dan *reflection phase*. Penelitian ini juga menemukan bahwa siswa perempuan memiliki *self-regulated learning* yang efektif dibandingkan siswa laki-laki berdasarkan *forethought phase*, *performance phase*, dan *reflection phase*. *Forethought phase* merupakan proses perencanaan yang akan dilakukan oleh siswa *boarding school* dalam menjalankan kegiatan di sekolah ataupun di asrama. Maka dari itu, dengan adanya proses perencanaan, kedepannya siswa dapat mengatur strategi apa yang tepat digunakan untuk mencapai target belajar yang maksimal. Tidak efektifnya *forethought phase* ini juga dapat berpengaruh pada siswa

dalam mengontrol dirinya dalam belajar dan proses refleksi diri serta evaluasi diri terhadap hasil belajar yang telah dicapai. Dengan demikian, *forethought phase* banyak yang tidak efektif dibandingkan *performance phase* dan *reflection phase*. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk siswa agar dapat meningkatkan dan menetapkan tujuan dengan baik, dimulai dari proses perencanaan dengan menyusun kegiatan yang akan dilakukan setiap harinya, tindakan dan strategi yang tepat dilakukan untuk mencapai target seperti membuat *mind mapping*, sampai dengan evaluasi hasil belajar dengan baik kedepannya agar semua target yang telah ditetapkan *boarding school* dapat tercapai dan diterapkan di kehidupan sehari-hari guna memperoleh hasil yang efektif.

Penelitian ini terbatas pada siswa yang menempuh sekolah sistem *boarding school* Islam terpadu sehingga tidak dapat digeneralisasikan ke sekolah menengah umum lainnya. Fenomena ini terjadi karena banyaknya siswa sistem *boarding school* memilih untuk sekolah sistem *full day*. Selain itu, penelitian ini juga tidak melihat berdasarkan status ekonomi dan keluarga ataupun lingkungan. Oleh karena itu, disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk membedakan antarkelas dengan menerapkan metode penelitian kuantitatif komparatif.

Daftar Pustaka

- Alhadi, S., Saputra, W. N. E., Supriyanto, A., Rohmadheny, P. S., & Wahyudi, A. (2018). Self-Regulated learning of Javanese junior high school students in Indonesia. *Proceedings of the Annual Conference on Social Sciences and Humanities*, 186–190. <https://doi.org/10.5220/0007417601860190>
- Anwar, S., Salsabila, I., Sofyan, R., & Amna, Z. (2019). Laki-laki atau perempuan, siapa yang lebih cerdas dalam proses belajar? Sebuah bukti dari pendekatan analisis survival. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 281–296. <https://doi.org/10.14710/jp.18.2.281-296>
- Anthony, L., Choo, K. A., & Hin, H. S. (2021). Investigating self-regulated learning strategies for learning relevancy. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 18(1), 29–64. <https://doi.org/10.32890/mjli2021.18.1.2>
- Bidjerano, T. (2006). Gender differences in self-regulated learning. *Gender and Self-Regulation*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED490777.pdf>
- Duru, E., Duru, S., & Balkis, M. (2014). Analysis of relationships among burnout, academic achievement, and self-regulation. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(4), 12–22. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.4.2050>
- Faozi, A. (2019). Perbedaan self-regulated learning antara siswa MTS Nur Iman Mlangi (asrama) dengan siswa SMP Ma'arif Gamping (regular). [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta]. Institutional Repository UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. <http://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/37289>
- Hannani, U., & Ajisuksmo, C. (2021). The relationship of self regulated learning with academic adjustment of seventh grade santri of pondok pesantren. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 9(2), 107–121. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v9i2.17196>
- Irianto, A. (2016). *Statistika Konsep Dasar: Aplikasi dan Pengembangannya*. Kencana Prenada Media Group.
- Istiqomah, I. W., Faruq, F., Sabani, N., & Rahmawati, S. (2021). Perbedaan tingkat self regulated learning siswa sekolah menengah pertama di masa pandemi ditinjau dari jenis kelamin. *Proceeding of the 14th University Research Colloquium 2021: Bidang Pendidikan*, 421–429. <https://www.researchgate.net/publication/358901106>
- Jandrić, D., Boras, C., & Simic, Z. (2018). Gender and age differences in motivation and self-regulated learning. *Psihologijske Teme*, 27(2), 177–193. <https://www.researchgate.net/publication/326840547>
- Japeri, A. Z., & Hijrianti, U. R. (2022). Regulasi diri dalam belajar dan academic burnout pada siswa SMA Global Islamic Boarding School. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 4(2), 140–155. <https://doi.org/10.36269/psyche.v4i2.861>

- Kesuma, A. T., Retnawati, H., & Putranta, H. (2021). Analysis of self-regulated learning skills in senior high school students: A phenomenological study. *TEM Journal*, 10(3), 1285–1293. <https://doi.org/10.18421/tem103-35>
- Khasanah, U. (2019). Perbedaan self-regulated learning antara siswa boarding school dan siswa non boarding school di MAN 1 Surakarta. [Thesis dissertation, Universitas Setia Budi]. Repository USB. <http://repo.setiabudi.ac.id/id/eprint/3675>
- Liantanty. (2023). *Gambaran Self-Regulated Learning Pada Siswa yang Bekerja di SMA/MA Kecamatan Dewantara*. [Skripsi, Universitas Malikussaleh, Aceh Utara]
- Malini, G. A. N. D., & Fridari, I. G. A. D. (2019). Perbedaan motivasi belajar siswa ditinjau dari jenis kelamin dan urutan kelahiran di SMAN 1 Tabanan dengan sistem full day school. *Jurnal Psikologi Udayana*, 32(1), 145–155. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/52513/31041>
- Nifmaskossu, B., Tarumaselly, Y., & Pelupessy, F. W. (2022). Penerapan strategi self-regulated learning pada pembelajaran daring. *Tongkoleh Putai*, 19(1), 54–69. <https://doi.org/10.37196/tp.v19i1.102>
- Oktia, V. (2022). Pengaruh academic burnout dan academic engagement terhadap school well-being santri pesantren. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Science*, 1(3), 89–94. <https://doi.org/10.47679/202213>
- Pamungkas, B., Ismail, F., & Anggara, B. (2020). Studi komparatif self-regulated learning siswa asrama dan non-asrama di SMA IT Izzuddin Palembang. *Jurnal PAI Raden Fatah*, 2(4), 439–454. <https://doi.org/10.19109/pairf.v2i4.4197>
- Priyatno, D. (2011). *Buku saku analisis statistik data SPSS*. Media Pressindo.
- Rachmawati, V.Y., Budiyanto, M., & Susiyawati, E. (2021). Penerapan self-assessment dalam pembelajaran daring untuk meningkatkan kemampuan self-regulation siswa SMPN 1 Gresik. *Pensa E-Jurnal: Pendidikan Sains*, 9(3), 414–421. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/pensa/article/view/40979/36819>
- Robi'ah, R., Sumarno, S., Diana, M., & Musa, F. (2020). Pengaruh progam boarding school terhadap prestasi belajar santri SMP IT Ihsan Boarding School Riau. *Jurnal PTK & Pendidikan*, 6(1), 32–39. <https://doi.org/10.18592/ptk.v6i1.3805>
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan anak*, Edisi ketujuh. Erlangga
- Saputra, W. N. E., Alhadi, S., Supriyanto, A., Wiretna, C. D., & Baqiyatussolihat, B. (2018). Perbedaan self-regulated learning siswa sekolah menengah kejuruan berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(3), 131–138. <https://doi.org/10.17977/um001v3i32018p131>
- Schunk, D. H., & Greene, J. A. (Eds.). (2018). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Siswanto, A. N. P. (2021). Perbedaan self-regulated learning siswa antara pondok pesantren dengan sekolah konvensional. *Jurnal Islamika Granada*, 2(1), 1–13. <https://doi.org/10.51849/ig.v2i1.80>
- Soetjningsih, S. (2004). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Sagung Seto
- Suntara, A. R., Budimansyah, D., & Komalasari, K. (2019). Penerapan sistem boarding school dalam mewujudkan pendidikan karakter kepemimpinan di sekolah. *Jurnal Civicus*, 19(1), 9–17. <https://doi.org/10.17509/civicus.v19i1.25929>
- Wijaya, T. T., Ying, Z., & Suan, L., (2020). Gender and self-regulated learning during COVID-19 pandemic in Indonesia. *Jurnal Basicedu*, 4(3), 725–732. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.422>
- Yang, Y., & Ma, M. (2012). *Proceedings of the 2nd international conference on green communications and networks*. Springer.

- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *TheoryInto Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2
- Zimmerman, B. J. (2013). From cognitive modeling to self-regulation: a social cognitive career path. *Educational Psychologist*, 48(3), 135–147. <https://doi.org/10.1080/00461520.2013.794676>
- Zimmerman, B. J. (2015). Self-regulated learning: theories, measures and outcome. *International Encyclopedia of The Sosial & Behavioral Sciences*, 21, 541–546. <http://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.26060-1>
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. (1990). Student differences in self-regulated learning: Relating grade, sex, and giftedness to self-efficacy and strategy use. *Journal of Educational Psychology*, 82(1), 51–59. <https://doi/10.1037/0022-0663.82.1.51>