

BAB II

LANDASAN TEORETIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 *Self management*

a. Definisi *self management*

Peran seseorang mengatur diri dalam pembelajaran sangat penting, bagaimana seseorang mengatur pikiran, perasaan dan perilaku dalam belajar sangat memengaruhi pembelajaran yang berlangsung. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh (Adicondro, 2011) “*Self management* atau pengaturan diri adalah kemampuan dalam diri seseorang untuk memunculkan dan memonitor sendiri pikiran, perasaan dan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu, dalam hal ini ialah tujuan belajar.”. Dengan kata lain, *Self management* sangat berperan penting dalam mencapai tujuan belajar. Peserta didik mempunyai peran penuh dalam menentukan belajarnya sendiri, menentukan tujuan apa yang akan dicapai, menentukan strategi apa yang akan ditempuh dalam upaya meraih tujuan yang telah ditentukan dan aspek lain yang terkait dengan pembelajarannya.

Self management menurut Cornier (1985), “*Self management* adalah suatu proses dimana seseorang mengarahkan perubahan tingkah lakunya sendiri dengan menggunakan satu atau kombinasi beberapa strategi. Strategi *self management* adalah strategi yang memberikan kesempatan pada seseorang untuk mengatur dan memantau perilakunya sendiri”. Perilaku seseorang dapat muncul akibat pikiran dan perasaan seseorang. Dengan kata lain, perilaku seseorang muncul akibat pikiran dan perasaannya. Mengatur dan memantau perilaku berarti memantau dan mengatur pikiran dan perasaan diri sendiri dengan suatu strategi. Seseorang dengan pemantauan perilaku yang baik mencerminkan seseorang yang mampu mengatur pikiran dan perasaan sendiri dan dapat diindikasikan bahwa orang tersebut mempunyai kemampuan *self management* yang baik

Menurut Sukadji sebagaimana dikutip oleh Annisa (2019) bahwa,

“pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektifitas prosedur tersebut”.

Dari pernyataan tersebut dapat kita terapkan dalam pembelajaran yaitu ketika seseorang telah menentukan target belajar maka tidak berhenti sampai disitu tetapi seseorang yang memiliki

self management yang baik akan memonitor perilakunya sendiri apakah benar sedang menuju ke arah yang dituju atau adakah dari perilakunya yang justru malah mengarah ke arah sebaliknya.

Menurut Woolfolk dalam Khairun (2018),

“*self management* adalah manajemen dari perilaku sendiri dan pengambilan tanggung jawab atas tindakan sendiri, serta penggunaan prinsip belajar perilaku untuk mengubah perilaku. Pelajar membuat pilihan berhadapan dengan konsekuensi, menyusun tujuan dan prioritas, manajemen waktu berkolaborasi dalam proses belajar, dan membangun hubungan yang dapat dipercaya oleh guru dan teman sekelas yang dapat dipercaya”

Menurut Kanar (2011), *self management* adalah kualitas personal dari disiplin diri atau kontrol diri, orang-orang yang *self management* dengan baik adalah orang-orang yang dapat memotivasi diri sendiri. Sedangkan menurut Gantina (2011:180) mengemukakan *self management* (pengelolaan diri) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Selain itu, Yayat M. (2001) menyatakan bahwa manajemen adalah suatu proses yang terdiri dari *planning, organizing, actuating* dan *controlling* yang dilakukan untuk mencapai tujuan yang ditentukan dengan menggunakan manusia dan sumber daya lain.

Aspek *self management* yang diterangkan di atas sejalan dengan yang dijabarkan oleh Armstrong, M. and Stephens T. dalam Aris (2013) menjelaskan proses utama manajemen didefinisikan dalam teori klasik manajemen seperti berikut:

- a). Perencanaan: Memutuskan suatu tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan.
- b). Pengorganisasian: Pengaturan dan staf organisasi yang paling sesuai untuk mencapai tujuan.
- c). Memotivasi: Latihan kepemimpinan untuk memotivasi orang untuk bekerja bersama dan untuk yang terbaik dari kemampuan sebagai bagian dari tim.
- d). Mengontrol: Mengukur dan memonitor kemajuan pekerjaan berhubungan dengan rencana dan mengambil tindakan korektif jika diperlukan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa secara sederhana manajemen mencakup perencanaan, pengorganisasian, memotivasi dan mengontrol. Aspek tersebut juga berlaku untuk *self management*. Bagaimana seseorang mengatur dirinya sendiri dari segi perencanaan, pengorganisasian, motivasi dan mengontrol dirinya sendiri.

b. Aspek-aspek *self management* dalam pembelajaran

Menurut Gie dalam Sugiarto (2021), mengemukakan bahwa sekurang-kurangnya terdapat 4 aspek bentuk perbuatan *self management* dalam belajar bagi peserta didik yaitu sebagai berikut:

- 1) pendorongan diri (*self motivation*)

Syarat pertama seorang peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikannya ialah pendorongan diri. Pendorongan diri adalah dorongan batin dari dalam diri seseorang yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan adanya pendorongan diri pada individu itu sendiri tanpa dorongan orang lain, akan menumbuhkan minat dan keinginan keras untuk belajar kemudian akan mudah untuk berkonsentrasi selama belajar, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dapat melakukan kegiatan belajar dalam waktu yang lama serta memperoleh kesenangan batin ketika belajar. Suatu dorongan batin akan kuat jika timbul dalam diri sendiri tanpa paksaan dari luar. Dorongan yang kuat untuk belajar pada peserta didik misalnya kesenangannya dalam membaca, keingintahuan terhadap pengetahuan baru dan hasrat pribadi untuk maju.

2) penyusunan diri (*self organization*)

Penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan seseorang sehingga tercapai efisiensi pribadi. Efisiensi pribadi adalah perbandingan terbaik antara setiap kegiatan hidup pribadi peserta didik dengan hasil yang diinginkan. Misalnya mengatur penyimpanan dokumen pribadi seperti akta kelahiran, ijazah dan lainnya dalam sebuah folder dan disimpan disuatu tempat tertentu.

3) pengendalian diri (*self control*)

Pengendalian diri adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat dan mengarahkan tenaga untuk benar benar mengerjakan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Pengendalian diri yang kuat akan memberikan penguatan diri pada individu agar bisa menghindari dirinya pada hal hal yang tidak penting dan lebih mengutamakan apa yang menjadi prioritasnya sebagai peserta didik.

4) pengembangan diri (*self development*)

Pengembangan diri adalah perbuatan penyempurnaan atau usaha meningkatkan kualitas diri sendiri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumberdaya pribadi dalam diri peserta didik seperti, kecerdasan pikiran, watak kepribadian dan rasa kemasyarakatan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *self management* dalam belajar terbentuk dari adanya sikap pendorongan diri, pengendalian diri, penyusunan diri dan pengembangan diri. Adanya sikap pendorongan diri akan mendorong individu agar memiliki tekad yang besar untuk belajar. Kemudian selain pendorongan diri terdapat pula pengorganisasian diri yang berguna untuk mengatur berbagai sumber daya yang diperlukan dalam kegiatan belajar sehingga prosesnya menjadi lebih efisien.

c. Upaya meningkatkan *self management*

Aribowo Prijosaksono dan Marlan Mardianto (2001) mengemukakan terdapat dua belas yang dapat ditempuh agar mempunyai *self management* yang baik, yaitu:

No	Dimensi	Upaya
1	Mengenali dan menemukan potensi diri	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengubah Sikap. 2. Memperbaiki Pencitraan Diri. 3. Terus Bekerja dan Berkarya.
2	Terus bertumbuh dan berkembang	<ol style="list-style-type: none"> 4. Peliharalah kesehatan fisik. 5. Tingkatkan Daya Pikiran. 6. Kembangkanlah Kehidupan Spiritual. 7. Lakukan saja sekarang. 8. Tetaplah Belajar.
3	Membangun Jaringan kehidupan	<ol style="list-style-type: none"> 9. Kembangkan jaringan Anda. 10. Membangun dan Memelihara hubungan. 11. Membangun sesama. 12. Membangun kelompok tumbuh bersama.

Sumber : Aribowo Prijosaksono dan Marlan Mardianto (2001)

Berdasarkan upaya meningkatkan *self management* yang baik yang dikemukakan oleh Aribowo Prijosaksono dan Marlan Mardianto (2001), dapat dilakukan dengan mengenali dan menemukan potensi diri, terus bertumbuh dan berkembang dan membangun jaringan hidup.

2.1.2 Motivasi belajar

a. Definisi motivasi belajar

Menurut (Mc. Donald, 1959) dalam A.M., Sadirman (2011:73)

“motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya perasaan, didahului oleh tanggapan terhadap adanya tujuan sehingga memiliki tiga elemen penting diantaranya adalah (1) motivasi mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. (2) motivasi ditandai dengan munculnya perasaan, afeksi seseorang (3) motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan”.

A.M., Sadirman (2011:75) “motivasi dapat juga dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang ingin melakukan sesuatu”. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Widoyoko, S.E.P., (2015:233) menyatakan bahwa “motivasi adalah daya penggerak dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas-aktivitas guna mencapai tujuan tertentu”.

Sedangkan menurut Astuti (2010),

“motivasi belajar yaitu hal-hal yang menggerakkan, mendorong serta membimbing peserta didik untuk belajar. Motivasi yakni sebuah kemampuan seseorang yang bisa menyebabkan ketekunan serta semangat saat melakukan aktivitas, dimana berakar dari dalam diri seseorang (motivasi intrinsik) ataupun luar seseorang (motivasi ekstrinsik)”

A.M., Sadirman (2011:85) mengatakan bahwa terdapat tiga fungsi motivasi:

- 1). Mendorong manusia untuk melakukan sesuatu, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- 2). Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- 3). Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar berperan untuk meningkatkan kemampuan belajar peserta didik, sehingga peserta didik memiliki tujuan belajar yang jelas dan menentukan kekuatan dalam belajar.

Uno, Hamzah B (2015: 23) mengatakan bahwa “motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling memengaruhi. Belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari praktik atau penguatan (reinforced practice)”.

Lebih lanjut Uno, Hamzah B (2015: 23) menjelaskan:

“motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik, berupa hasrat dan keinginan untuk berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, harapan akan cita-cita. Sedangkan faktor ekstrinsiknya adalah adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan belajar yang menarik. Kedua faktor tersebut disebabkan oleh rangsangan tertentu, sehingga seseorang berkeinginan untuk melakukan aktivitas belajar yang lebih giat dan semangat”.

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dalam kegiatan pembelajaran, peserta didik diharapkan memiliki sebuah motivasi sebagai sebuah aspek penting karena memberikan kontribusi dalam menstimulasi beragam tujuan yang dikehendaki sehingga akan memberikan hasil yang optimal.

b. Jenis-Jenis Motivasi belajar

Mengacu kepada Sardiman (2011) motivasi berdasarkan sudut pandang dikategorikan atas 2 macam yakni:

1). Motivasi intrinsik

Motivasi intrinsik ialah sejumlah motif agar lebih aktif atau berjalan sesuai fungsinya sebab terdapat rangsangan dari diri individu sendiri. Motivasi intrinsik lahir sebagai akibat keinginannya guna mendapatkan keterampilan, informasi, melakukan pemenuhan kebutuhan belajar dan tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

2). Motivasi ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik ialah sejumlah motif yang aktif dan berjalan sesuai fungsinya sebab ada rangsangan dari luar individu. Biasanya alasan motivasi sebab keinginan untuk menerima hadiah, pujian, prestasi, dan ijazah. Selain itu, persaingan negatif pun bisa berpengaruh pada motivasi siswa, misalnya hukuman atau ejekan.

Selain itu, mengacu Frandsen dalam Sardiman (2011) memberikan tambahan jenis motivasi yakni:

1). Motivasi kognitif (*Cognitive motives*) Menunjukkan gejala yang melekat dan melibatkan kepuasan pribadi. Motivasi kognitif menjadi penting pada proses pembelajaran di sekolah khususnya kegiatan mengenai perkembangan intelektual.

2). Ekspresi diri (*Self-expression*) Penampilan diri termasuk bagian dari perilaku seseorang. Oleh karena itu, dalam situasi ini seseorang menginginkan realisasi diri.

3). Peningkatan diri (*Self-enhancement*) Realisasi diri dan berkembangnya kompetensi akan menjadikan peningkatan diri seseorang agar lebih maju. Dalam pembelajaran, guru bisa menciptakan kondisi kompetensi secara sehat agar kesuksesan dapat tercapai.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis motivasi belajar dapat berupa motivasi intrinsik yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri, motivasi ekstrinsik yang berasal dari rangsangan luar pribadi peserta didik seperti hadiah pujian dan lain-lain. Jenis motivasi lainnya dapat berupa motivasi kognitif yang berkaitan dengan belajar, motivasi ekspresi diri yang berkaitan dengan eksistensi seseorang dalam hidup. Serta motivasi peningkatan diri yang bertujuan agar ada peningkatan kualitas diri.

c. Faktor-faktor yang memengaruhi motivasi belajar

Mengacu penelitian Dimiyati et al. (2009), terdapat berbagai faktor yang menyebabkan motivasi belajar yakni:

- 1). Cita-cita atau keinginan siswa Cita-cita ialah capaian yang yang ingin diwujudkan. Mengidentifikasi tujuan tersebut untuk siswa berbeda-beda. Cita-cita atau keinginan yaitu capaian yang ditentukan pada sebuah aktivitas yang bermakna untuk seseorang. Keinginan ini dapat baik ataupun tidak baik, terdapat ungkapan harapan agar sukses, ataupun kebalikannya. Tentang pencapaian ditetapkan pada peserta didik itu sendiri serta mereka menginginkan bisa mencapai tujuan tersebut.
- 2). Kemampuan belajar siswa Tingkatan berkembangnya pemikiran siswa menjadi tolak ukur kemampuan belajar. Siswa dengan kekuatan belajar yang besar umumnya lebih terdorong untuk belajar.
- 3). Keadaan siswa Keadaan psikologis serta fisik akan menimbulkan dorongan belajar yang berkaitan dengan kondisi siswa. Umumnya keadaan fisik akan muncul lebih cepat sebab memperlihatkan gejala yang lebih jelas daripada kondisi psikologis. Keadaan ini dapat menurunkan dorongan belajar.
- 4). Keadaan lingkungan siswa Kondisi lingkungan siswa bisa seperti kehidupan masyarakat, lingkungan sekolah, lingkungan tempat tinggal, serta kondisi alam. Lingkungan masyarakat, lingkungan rumah, serta lingkungan sekolah termasuk lingkungan tempat tinggal. Lingkungan siswa yang baik serta sehat akan menumbuhkan semangat dan motivasi belajar siswa, namun di sisi lain kondisi lingkungan siswa yang buruk juga akan menghambat keseriusan dan semangat siswa dalam belajar.

- 5). Elemen dinamis dalam pembelajaran Ini adalah elemen yang terkadang hilang, terkadang lemah serta terkadang kuat, serta tidak stabil pada proses pembelajaran, terutama kondisi-kondisi yang bersifat kondisional. Contohnya pengalaman dengan teman sebaya dan lingkungan siswa.
- 6). Upaya guru untuk mengajar siswa Guru dipersiapkan guna mengajar siswa, mulai dari mengendalikan emosi hingga menilai hasil belajar peserta didik. Usaha ini diarahkan untuk keperluan peserta didik dan diinginkan bisa menambah dorongan belajar.

Menurut Duncan et al. (2015) motivasi belajar mendapat pengaruh dari 3 faktor yakni :

- 1). Faktor nilai meliputi tujuan intrinsik peserta didik, tujuan ekstrinsik mahasiswa dan nilai dari penugasan yang dikerjakan oleh peserta didik.
- 2). Faktor harapan seperti pengendalian diri dalam pembelajaran dan keberhasilan diri untuk belajar dan pelaksanaannya.
- 3). Faktor afektif dipengaruhi oleh kecemasan peserta didik yang dapat diukur menggunakan tes kecemasan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang memengaruhi motivasi seseorang dalam belajar. Faktor yang memengaruhi ini dapat timbul dari dalam diri sendiri seperti cita-cita peserta didik. Faktor fisik dan psikis peserta didik sedangkan faktor yang timbul dari luar pribadi peserta didik yaitu keadaan masyarakat sekitar dan upaya guru dalam pembelajaran. Tes kecemasan dapat dilakukan pula untuk mengukur faktor afektif motivasi seseorang.

d. Peranan motivasi dalam belajar dan pembelajaran

Mardianto (2012) menjelaskan bahwa motivasi belajar ada dua jenis berdasarkan penggunaannya dalam pembelajaran, yaitu:

- 1). Motif primer, dikenal juga dengan motif dasar, merujuk motivasi yang tidak dipelajari. Dimana biasanya menggunakan istilah kata "dorongan", termasuk dorongan fisik dan dorongan umum.
- 2). Motivasi sekunder, menunjukkan motivasi untuk berkembang karena pengalaman dan dipelajari dalam diri individu.

Dalam Uno (2016) disebutkan bahwa motivasi memiliki banyak peranan penting pada pembelajaran, meliputi :

- 1). Peran motivasi pada penentuan penguatan belajar Disaat individu tengah belajar dan berhadapan dengan permasalahan yang perlu diselesaikan, motivasi bisa berperan dalam

memperkuat pembelajaran, dan itu hanya dapat diselesaikan dengan bantuan dari apa yang dia alami. Motivasi bisa menjadi penentu suatu hal mana di lingkungan anak yang bisa meningkatkan tindakan belajar.

- 2). Peran motivasi dalam memberi penjelasan tujuan pembelajaran Hal ini sangat erat berkaitan dengan makna pembelajaran. Jika setidaknya apa yang bisa dipelajari baik untuk anak, maka anak akan tertarik untuk belajar. Melalui pengalaman sebelumnya, anak-anak akan lebih memiliki motivasi belajar sebab mereka telah memahami arti belajar.
 - 3). Motivasi menentukan kegigihan belajar Anak dengan motivasi belajar tinggi akan rajin belajar agar mendapat nilai bagus. Dalam hal ini, motivasi belajar tampaknya mengarahkan anak untuk rajin belajar. Begitupun sebaliknya, apabila anak tidak mempunyai motivasi internal maupun eksternal yang cukup atau kurang, siswa akan cenderung tidak serius dalam mempelajari materi. Dalam hal ini motivasi memiliki dampak besar terhadap ketekunan dan ketahanan belajarnya.
- Dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar berperan untuk meningkatkan kemampuan belajar peserta didik, sehingga peserta didik memiliki tujuan belajar yang jelas dan menentukan kekuatan dalam belajar

2.1.3 Metakognitif

a. Definisi metakognitif

Pengertian metakognitif pertama kali dikemukakan oleh Flavell 1976 (dalam Chairani, 2016)

“Metakognitif merupakan pengetahuan tentang proses kognitif, produk atau apapun yang berhubungan dengan proses berpikirnya antara lain, belajar tentang hubungan sifat-sifat dari informasi atau data. Metakognitif menentukan hal-hal lainnya untuk mencapai tujuan kognitif. Definisi ini menekankan peran dan fungsi metakognitif dalam mengawasi dan memantau ketercapaian proses kognitif”

Livingston (Sadati & Simin, 2017) menjelaskan:

metakognitif dapat dipandang sebagai pengetahuan di bidang kognitif termasuk semua aktivitas mental yang terkait dengan berpikir, mengetahui, mengatur, dan mengingat. Hal ini mengacu pada pemikiran yang lebih intensif yang termasuk aktif kontrol atas proses kognitif yang diberikan dalam pembelajaran.

Menurut Jeane dalam Riduwan (2014), metakognitif adalah pengetahuan dan keyakinan mengenai proses kognitif seseorang, serta usaha sadarnya untuk terlibat dalam proses berperilaku dan berpikir sehingga meningkatkan proses belajar dan memori.

Berdasarkan hal di atas dapat disimpulkan bahwa metakognitif adalah kesadaran tentang cara berpikir dan memahami apa yang harus dilakukan dalam pembelajaran. Berpikir untuk

berpikir sehingga terarah tujuan dari belajar, dapat menentukan cara dan strategi untuk mencapainya. Serta dapat melakukan evaluasi untuk mencari formulasi baru yang tepat.

b. Elemen metakognitif

Flavell (1979) pengetahuan metakognitif terdiri dari pengetahuan atau keyakinan tentang faktor atau variabel apa yang bertindak dan berinteraksi dalam mempengaruhi jalannya dan hasil dari kognitif. Ada tiga macam pengetahuan, yaitu: pengetahuan tentang strategi, pengetahuan tentang tugas kognitif, dan pengetahuan diri.

1) Pengetahuan metakognitif

Indikator Pengetahuan metakognitif menurut Schraw et. al 2012 (dalam Asy'ari et al., 2018) :

- a) Pengetahuan deklaratif : pengetahuan siswa terkait dengan pengetahuan yang dimiliki dan faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja siswa tersebut.
- b) Pengetahuan prosedural : pengetahuan strategi dan prosedur-prosedur yang dapat digunakan untuk memecahkan sebuah permasalahan yang dihadapi peserta didik
- c) Pengetahuan kondisional : berfungsi untuk memonitor mengapa dan kapan pengetahuan serta strategi-strategi tertentu digunakan.

2). Keterampilan metakognitif

Gagne (Mustofa, Corebima, et al., 2019) mengatakan “keterampilan metakognitif adalah kemampuan untuk mengasosiasi pesan penting dengan pengetahuan sebelumnya, menarik kesimpulan, dan untuk memantau atau menilai kinerja pribadi”

Kemudian Brown (Mustofa, Corebima, et al., 2019) menjelaskan “keterampilan metakognitif adalah kegiatan regulasi yang terkait dengan pemecahan masalah yang mencakup perencanaan, pemantauan, dan evaluasi metakognitif”

Indikator keterampilan metakognitif Schraw & Dennison (1994) :

- a)Perencanaan : Merencanakan, menentukan tujuan, dan mengalokasikan sumber daya awal untuk pembelajaran
- b) Strategi manajemen informasi : kemampuan dan urutan strategi yang digunakan untuk memproses informasi secara lebih efisien (contoh mengorganisasi, mengelaborasi, meringkas, dan memfokuskan pilihan
- c) Mengamati pemahaman : menilai penggunaan strategi atau pembelajaran seseorang

- d) Strategi *debugging*/penelusuran : strategi yang digunakan untuk memperbaiki pemahaman dan kesalahan kerja
- e) Evaluasi : analisis efektivitas penampilan dan strategi setelah pembelajaran.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa metakognitif terdiri dari dua komponen yaitu pengetahuan metakognitif dan keterampilan metakognitif. Pengetahuan metakognitif sebagai aspek reflektif dari metakognitif meliputi pengetahuan deklaratif, pengetahuan prosedural, dan pengetahuan kondisional. Sedangkan keterampilan metakognitif aspek kontrol pembelajaran meliputi perencanaan, monitoring, dan evaluasi. Tetapi ada pendapat lain yang menambahkan dengan strategi manajemen informasi dan strategi *debugging*.

Adapun penjelasan secara rinci mengenai definisi dari masing-masing komponen keterampilan metakognitif sebagai berikut.

- a) Pintrich, et al., (Ozturk, 2017) menjelaskan “Perencanaan berkaitan dengan penetapan tujuan yang memandu kognisi secara umum dan pemantauan secara khusus” Perencanaan Menurut Schraw & Dennison (1994) “Perencanaan berarti penetapan tujuan dan mengalokasikan sumber daya sebelum belajar.” Lai (2011a) menambahkan “Perencanaan adalah identifikasi dan pemilihan strategi dan alokasi sumber daya yang tepat”. Schraw et al., (2006) memaparkan bahwa “Perencanaan melibatkan pemilihan strategi yang tepat dan alokasi sumber daya. Perencanaan mencakup penetapan tujuan, mengaktifkan pengetahuan latar belakang yang relevan, dan waktu penganggaran.”.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perencanaan merupakan pemilihan dan penetapan tujuan awal yang melibatkan penentuan strategi, penentuan alokasi waktu dan sumber daya yang dibutuhkan.

- b) Pintrich, dkk., (Ozturk, 2017) menyatakan bahwa “Kegiatan monitoring termasuk menilai pembelajaran dan kinerja dalam regulasi sementara yang berkaitan dengan perubahan kognitif dan perilaku untuk mencocokkannya dengan tujuan pribadi dan tuntutan tugas”. Monitoring menurut Schraw & Dennison (1994) “Monitoring adalah penilaian pembelajaran seseorang atau penggunaan strategi”. Selain itu, Schraw et al., (2006) “Monitoring mencakup keterampilan menguji diri yang diperlukan untuk mengendalikan pembelajaran.”

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa monitoring merupakan kegiatan penilaian seseorang terhadap proses belajarnya untuk melihat perubahan kognitifnya dan mencocokkannya kembali dengan tujuan awal belajarnya.

c) Evaluasi Lai (2011a) menjelaskan “Evaluasi adalah menilai proses dan hasil dari pembelajaran seseorang, meninjau ulang dan merevisi tujuan pembelajaran”. Schraw et al., (2006) memaparkan “Evaluasi mengacu pada penilaian produk dan proses pengaturan pembelajaran seseorang”. Schaw (Ozturk, 2017) menambahkan “Evaluasi berkaitan dengan ‘menilai produk dan efisiensi pembelajaran seseorang’ dengan melihat kembali tujuan dan kesimpulan seseorang”.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa evaluasi merupakan kegiatan menilai proses dan hasil dari pembelajaran seseorang, kemudian meninjau ulang atau melihat kembali tujuan awal serta merevisi tujuan pembelajarannya untuk digunakan pada pembelajaran berikutnya.

d) Strategi pengaturan informasi Schraw & Dennison (1994) menjelaskan bahwa “Strategi pengaturan informasi merupakan urutan keterampilan dan strategi yang digunakan untuk memproses informasi secara lebih efisien. Misalnya mengatur, mengelaborasi, meringkas, fokus selektif”. Menurut Koc & Kuvac (2016) “Manajemen informasi mencakup penggunaan rantai strategi dan keterampilan untuk memproses informasi secara efektif. Misalnya, seseorang sedang membuat informasi yang lebih bermakna sehingga dapat diterima sebagai manajemen informasi”.

Dengan demikian, secara sederhana strategi pengaturan informasi merupakan urutan atau rangkaian strategi yang digunakan untuk memproses informasi secara efisien untuk memudahkan seseorang dalam menerima informasi.

e) Strategi *debugging* Menurut Schraw & Dennison (1994) “Strategi *debugging* adalah strategi untuk memperbaiki kesalahan pemahaman dan kinerja”. Senada dengan tersebut, Koc & Kuvac (2016) menjelaskan “Strategi *debugging* berarti strategi yang digunakan untuk memperbaiki kesalahan konsepsi dan kinerja dalam proses pembelajaran. Misalnya seseorang meminta bantuan orang lain ketika dia tidak mengerti suatu subjek yang ditunjukkan sebagai contoh”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa strategi *debugging* adalah strategi untuk memperbaiki kesalahan konsepsi dan pemahaman dalam proses pembelajaran.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Dalam penelitian yang dilakukan oleh muhamad Tohir di UIN sunan Ampel surabaya terdapat hubungan antara motivasi belajar pada mahasiswa prodi psikologi uin sunan ampel surabaya. Hubungan dari tingkat metakognitif dengan motivasi belajar bersifat positif (+), yang berarti kedua variabel memiliki hubungan berbanding lurus. Semakin tinggi tingkat metakognitif yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula kemungkinan terjadinya motivasi belajar, dan begitupun sebaliknya, apabila tingkat metakognitif yang dimiliki oleh mahasiswa berada pada tingkat yang rendah maka akan rendah pula kemungkinan munculnya motivasi belajar pada mahasiswa tersebut. Nilai koefisien korelasi sebesar 0.412 dengan nilai signifikansi 0.000

Strategi yang terdapat dalam *self management* ini dapat menunjang kemampuan metakognitif. Strategi *self management* dirasa efektif untuk digunakan dalam meningkatkan metakognitif peserta didik karena dengan menerapkan strategi *self-management*, seorang peserta didik akan dapat mengelola dirinya dalam menjalankan perilaku-perilaku metakognitif yang bisa jadi selama ini belum mereka jalankan dengan baik.

Strategi *self management* menjadi salah satu upaya yang penting untuk dilakukan karena menurut Jeanne Ellis Ormrod (2008), untuk meningkatkan metakognitif seorang pembelajar perlu diajarkan untuk memperbaiki aktivitas belajarnya dengan jalan menyusun beberapa tujuan belajarnya sendiri dan kemudian memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan tersebut.

Penelitian sebelumnya mengemukakan bahwa ada korelasi yang signifikan antara motivasi belajar dengan metakognitif peserta didik SMA Negeri 10 Pekanbaru. Pada penelitian tersebut terdapat hasil bahwa ada korelasi yang signifikan antara *self management* dengan motivasi belajar. Sedangkan pada penelitian lain terdapat korelasi antara motivasi belajar dengan metakognitif peserta didik, penelitian ini dilakukan oleh mahasiswa universitas pendidikan Indonesia pada tahun 2014.

Namun, sampai saat ini sedikit sekali yang membahas korelasi dari ketiga variabel tersebut yakni *self management*, motivasi belajar dan metakognitif. Jika diantara dua variabel diantaranya terdapat korelasi maka diasumsikan terdapat korelasi diantara ketiganya.

2.3 Kerangka Konseptual

Self management adalah bagaimana seorang peserta didik dapat mengatur dirinya sendiri dan dapat bertanggung jawab atas tidakannya tersebut serta menentukan pilihan berhadapan dengan konsekuensinya. Peserta didik dengan *self management* yang baik akan dengan mudah menentukan tindakan diri sendiri agar tercapai hasil belajar yang optimal. Peserta didik yang memiliki *self management* yang baik juga akan dengan mudah mengatur emosi saat pembelajaran berlangsung.

Self management yang baik akan mengarahkan peserta didik untuk menentukan tujuan dan tindakan supaya tercapai tujuan yang diharapkan. Seorang yang mempunyai *self management* yang baik tidak akan kesulitan dalam memotivasi diri.

Motivasi merupakan aspek psikis yang menjadi penggerak fisik agar dapat melakukan sesuatu. Motivasi yang dimaksud adalah khusus pada motivasi belajar. Peserta didik harus memiliki motivasi belajar yang kuat sehingga dapat menentukan target belajar yang jelas serta penguat belajar yang jelas. Banyak penelitian yang mengungkapkan bahwa seseorang dengan *self management* yang baik akan memiliki motivasi yang baik pula. *Self management* peserta didik saja tidak cukup untuk mencapai hasil belajar yang optimal diperlukan adanya motivasi belajar yang kuat dan kemampuan metakognitif juga didalamnya.

Namun dari penelitian yang telah banyak dilakukan oleh peneliti lain tidak ada yang secara spesifik menjelaskan keterkaitan hubungan antara *self management* dan motivasi belajar terhadap metakognitif peserta didik. Sehingga perlu dilakukan penelitian yang melihat bagaimana hubungan antar variabel tersebut.

Dari uraian tersebut diatas dapat kita asumsikan bahwa ada keterkaitan hubungan antara *self management* dan motivasi belajar terhadap metakognitif peserta didik. Terdapat beberapa penelitian yang menemukan bahwa ada korelasi antara *self management* dengan motivasi belajar, penelitian lain menemukan ada korelasi antara motivasi dengan metakognitif. Penelitian penelitian inilah yang mengindikasikan adanya korelasi antara *self management*, motivasi belajar dengan metakognitif peserta didik

3 Hipotesis Penelitian

Dalam mengarahkan penelitian agar sesuai dengan tujuan yang telah ditentukan, peneliti merumuskan hipotesis atau jawaban sementara sebagai berikut:

H₀ : Tidak ada hubungan antara *self-management* dan motivasi belajar terhadap metakognitif peserta didik pada pembelajaran biologi di kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Bojonggede.

H_a : Ada hubungan antara *self-management* dan motivasi belajar terhadap metakognitif peserta didik pada pembelajaran biologi di kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Bojonggede.