

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Konsep *Self Regulated Learning*

2.1.1.1 Pengertian *Self Regulated Learning*

Pencapaian prestasi akademik yang optimal sering kali menjadi aspirasi utama bagi sebagian besar pelajar. Namun, penting untuk memahami bahwa kapasitas individu dalam proses pembelajaran bervariasi secara signifikan. Akibatnya, pada praktiknya, tidak seluruh siswa mampu mencapai hasil belajar yang optimal karena adanya perbedaan kemampuan dan karakteristik belajar. Pada umumnya, peserta didik dalam sistem pendidikan formal cenderung tidak menetapkan orientasi pembelajaran yang spesifik, melainkan sekadar menjalani rutinitas harian dan mematuhi kurikulum yang disampaikan oleh pendidik tanpa adanya tujuan belajar yang jelas. Dalam konteks pendidikan, kemampuan peserta didik dalam mengatur proses belajarnya sendiri menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan akademik. Kemampuan tersebut mencakup pengelolaan motivasi, pengaturan strategi belajar, serta pengendalian perilaku belajar secara mandiri untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Individu yang mengejar tujuan akademis dalam proses pembelajaran biasanya merupakan siswa yang telah mengembangkan kemampuan *self regulated learning*. Kemampuan tersebut mendorong munculnya motivasi intrinsik peserta didik untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Peserta didik juga perlu mengembangkan kemampuan *self regulated learning* dalam proses pembelajaran mereka.

Menurut Omrod dalam Utari (2018:12), ia menegaskan bahwa kemampuan mengatur diri memiliki peran yang sangat penting dalam mencapai kinerja optimal dan hasil belajar yang maksimal, karena penguasaan pengetahuan serta keterampilan pengaturan diri berpengaruh signifikan terhadap keberhasilan belajar. Sejalan dengan itu, *self regulated learning* merujuk pada kapasitas individu untuk mengelola dirinya secara efektif selama menjalani proses belajar. Zimmerman dalam Khoirudin (2022) menjelaskan bahwa *self regulated learning* merupakan kemampuan individu untuk mengaktifkan dan mengarahkan aspek kognitif

(pemikiran), afektif (perasaan), dan behavioral (tindakan) secara terencana dan berkelanjutan dengan tujuan utama mencapai keberhasilan dalam pembelajaran. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, teori *self-regulated learning* yang dikemukakan Zimmerman menjadi landasan utama dalam penelitian ini karena menekankan keterlibatan aktif peserta didik dalam mengelola aspek kognitif, afektif, dan perilaku belajar secara mandiri guna mencapai tujuan akademik. Teori tersebut dinilai relevan dengan karakteristik peserta didik tingkat SMA yang dituntut memiliki kemampuan mengatur proses belajar secara mandiri baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah

Adapun menurut Al-Rawahi dalam (Khoirudin, 2022) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai kondisi di mana individu yang belajar bertindak sebagai pengendali utama atas aktivitas belajarnya secara mandiri. Individu tersebut memantau motivasi dan tujuan akademiknya, mengelola sumber daya baik manusia maupun benda, serta menunjukkan perilaku yang aktif dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksanaan selama proses belajar berlangsung. Dari beragam pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengelola diri agar tetap fokus pada tujuan akademik yang ingin dicapai. Individu tersebut mampu mengelola motivasi, perilaku, serta strategi belajarnya secara mandiri guna mendukung tercapainya tujuan pembelajaran secara optimal dan berperan aktif dalam aspek motivasi belajar serta berbagai perilaku yang mendukung proses pembelajaran tersebut.

2.1.1.2 Indikator *Self Regulated Learning*

Self regulated learning merupakan kemampuan peserta didik dalam mengatur proses belajar secara mandiri melalui pengendalian motivasi, strategi belajar, serta evaluasi terhadap kegiatan belajar yang dilakukan. Kemampuan tersebut dapat diidentifikasi melalui beberapa indikator yang menunjukkan tingkat kemandirian dan pengelolaan diri peserta didik dalam proses pembelajaran.

Selain memiliki indikator tertentu, *self regulated learning* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mendukung terbentuknya kemandirian belajar peserta didik. Adapun pendapat Hamalik, kemandirian belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor utama. Faktor psikologis yang meliputi motivasi, intelegensi, dan minat

belajar yang dimiliki oleh peserta didik sebelumnya sangat berperan dalam membentuk kemandirian tersebut. Selain itu, faktor fisiologis juga berkontribusi, seperti kondisi kesehatan dan adanya cacat fisik yang bisa memengaruhi kemampuan siswa untuk belajar secara mandiri. Faktor lingkungan juga penting, yaitu dukungan yang diperoleh dari keluarga, lingkungan sekitar, serta suasana dan kondisi di sekolah yang turut memengaruhi keinginan siswa untuk belajar secara mandiri. (Pratiwi & Imami, 2022)

Menurut Soemarno dan Utari dalam (Pratiwi & Imami, 2022), terdapat beberapa karakteristik kemandirian belajar, yaitu:

1. Motivasi belajar intrinsik, yaitu dorongan yang muncul dari dalam diri peserta didik untuk belajar tanpa adanya pengaruh atau tekanan dari pihak luar.
2. Kesadaran terhadap kebutuhan belajar, yakni kemampuan peserta didik dalam mengenali apa yang perlu dipelajari dan merumuskan tujuan belajar yang ingin dicapai.
3. Kemampuan mengelola strategi belajar, meliputi penyusunan rencana belajar, pemanfaatan sumber belajar secara efektif, serta pelaksanaan evaluasi terhadap hasil belajar yang diperoleh.
4. Kemampuan berinteraksi sosial, yaitu keterampilan dalam bekerja sama, berkomunikasi, dan berkolaborasi dengan orang lain selama proses pembelajaran berlangsung.
5. Kemampuan pengendalian diri dan pemahaman materi, yaitu kesanggupan peserta didik dalam mengatur perilaku belajar serta membangun pemahaman yang mendalam terhadap pengetahuan yang dipelajari.

Menurut Zimmerman dalam Utari (2018:12), indikator utama *Self Regulated Learning* (SRL) meliputi beberapa aspek penting, antara lain:

1. Evaluasi terhadap kemajuan tugas (*self evaluation*): Peserta didik menilai kemajuan mereka dalam menyelesaikan tugas dan membandingkannya dengan tujuan yang telah ditetapkan. Evaluasi diri ini membantu mereka memahami sejauh mana tujuan belajar telah tercapai.

2. Pengaturan materi pelajaran (*organizing & transforming*): Peserta didik mengatur dan menyesuaikan strategi belajar sesuai kebutuhan, yang merupakan bagian penting dari pengendalian diri dalam proses belajar.
3. Penetapan tujuan dan perencanaan belajar (*goal setting & planning*): Peserta didik menetapkan tujuan yang spesifik dan merancang langkah-langkah untuk mencapainya, sebagai aspek krusial dalam pengaturan belajar yang efektif.
4. Pengawasan dan pengendalian diri selama proses belajar (*self monitoring & self control*): Peserta didik secara aktif memantau dan mengendalikan perilaku belajar mereka agar tetap fokus pada tujuan yang ingin dicapai.

Dalam penelitian ini, indikator *self regulated learning* yang digunakan mengacu pada teori Zimmerman karena dianggap mampu menggambarkan kemampuan peserta didik dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Indikator tersebut juga relevan dengan karakteristik pembelajaran pada siswa SMA yang menuntut adanya tanggung jawab serta kemandirian belajar dalam mencapai hasil belajar yang optimal. Indikator-indikator tersebut mencerminkan aspek-aspek utama dalam proses *self regulated learning* yang esensial bagi keberhasilan pembelajaran mandiri, sehingga keberadaannya menjadi bagian penting dalam pengembangan kemampuan siswa untuk mengelola, mengarahkan, dan mengevaluasi proses belajarnya secara efektif dan berkelanjutan.

2.1.1.3 Fungsi Self Regulated Learning

Fungsi *Self Regulated Learning (SRL)* dalam Judijanto (2025:82) memiliki peranan penting dalam konteks pendidikan masa kini, dengan fungsi sebagai berikut:

1. Mendukung otonomi dan kemandirian belajar siswa *Self Regulated Learning* memungkinkan siswa untuk merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Proses ini mencakup pengelolaan aspek kognitif, metakognitif, motivasional, serta perilaku dalam kegiatan belajar.
2. Menjadi faktor kunci keberhasilan belajar di era digital *Self Regulated Learning* berperan sebagai prasyarat penting bagi keberhasilan akademik, khususnya dalam lingkungan pembelajaran yang semakin kompleks dan berbasis teknologi, seperti pembelajaran daring dan pembelajaran mandiri.

3. Membentuk struktur intelektual dalam proses belajar fungsi *self regulated learning* didasarkan pada landasan psikologis yang kuat, meliputi motivasi belajar, metakognisi, dan efikasi diri, yang berperan dalam membantu siswa mengelola proses berpikir serta kondisi emosional selama belajar.
4. Mempersiapkan siswa sebagai pembelajar sepanjang hayat. Dalam menghadapi tuntutan pendidikan global yang terus berkembang, *self regulated learning* menjadi keterampilan esensial yang memungkinkan siswa untuk terus belajar dan beradaptasi secara mandiri sepanjang hayat.
5. Meningkatkan ketahanan dan kualitas akademik siswa. Melalui kemampuan pengendalian diri dan refleksi belajar, seperti penilaian diri dan pemanfaatan umpan balik, *self regulated learning* membantu siswa mencapai hasil belajar yang lebih optimal dan berkelanjutan.

Meskipun penelitian tersebut dilakukan pada konteks pembelajaran daring di perguruan tinggi, konsep fungsi self-regulated learning tetap relevan digunakan dalam penelitian ini karena pada dasarnya kemampuan mengatur proses belajar secara mandiri juga dibutuhkan oleh siswa SMA dalam mencapai tujuan pembelajaran. Adapun menurut (Thoyibah et al., 2024) *Self Regulated Learning* (SRL) atau regulasi diri dalam pembelajaran memiliki peranan yang sangat penting, khususnya dalam konteks pembelajaran. *Self Regulated Learning* berfungsi sebagai kemampuan yang membantu siswa dalam mengelola proses belajar secara mandiri dan bertanggung jawab, dengan fungsi sebagai berikut:

1. Mengatur strategi belajar mandiri untuk mencapai tujuan pembelajaran *Self Regulated Learning* merupakan kemampuan siswa dalam mengatur dan menerapkan strategi belajar secara mandiri guna mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.
2. Mengoptimalkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku dalam belajar *self regulated learning* merupakan proses pengaturan pembelajaran yang melibatkan pengaktifan aspek kognitif, afektif, dan perilaku siswa sehingga tujuan belajar dapat tercapai secara efektif.
3. Mengembangkan dan mempertahankan keyakinan positif terhadap kemampuan belajar. melalui *self regulated learning*, siswa mampu mengembangkan serta

memelihara keyakinan positif terhadap kemampuan belajarnya, yang berperan penting dalam meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri dalam belajar.

4. Mengarahkan perilaku dan proses berpikir secara sistematis. *self regulated learning* berlangsung ketika siswa secara terencana dan sistematis mengarahkan perilaku serta proses kognitifnya, seperti memperhatikan instruksi tugas, melakukan pengolahan informasi, mengintegrasikan pengetahuan, mengulang materi, serta memahami hasil belajar yang diperoleh.
5. Mendorong keberhasilan belajar di tengah berbagai hambatan. Kemampuan *self regulated learning* sangat dibutuhkan untuk membantu siswa mencapai keberhasilan belajar meskipun menghadapi berbagai hambatan dan kendala, terutama dalam pelaksanaan pembelajaran daring.
6. Mewujudkan rencana belajar yang telah ditetapkan. Siswa dituntut untuk mampu menggunakan kemampuan berpikir, mengelola perasaan, serta mengatur perilaku secara strategis dalam mewujudkan rencana belajar yang diinginkan.
7. Mengendalikan diri dan mengatur berbagai aspek pembelajaran *self regulated learning* memungkinkan siswa untuk secara mandiri menetapkan target belajar, mengatur tujuan dan proses pembelajaran, menyusun jadwal belajar, serta mencari dan memanfaatkan informasi yang dibutuhkan.

Secara keseluruhan, *self regulated learning* merupakan faktor penting yang perlu dimiliki peserta didik karena berpengaruh terhadap keberhasilan belajar. Dalam proses pembelajaran, *self-regulated learning* membantu siswa menyesuaikan diri, mengelola waktu belajar, memiliki tanggung jawab akademik, serta menyelesaikan tugas dan kewajiban belajar secara optimal.

2.1.1.4 Faktor-faktor *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman dalam (Almitha & Sastri, 2025) Faktor-faktor yang memengaruhi *self regulated learning* (pembelajaran yang diatur sendiri) melibatkan berbagai aspek yang saling berkaitan. Faktor-faktor tersebut menunjukkan bahwa *self regulated learning* tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan internal peserta didik, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan pengalaman belajar yang dimiliki. Berdasarkan kajian teori, beberapa faktor utama yang memengaruhi *self regulated learning* mahasiswa antara lain sebagai berikut:

1. Kemampuan mengelola diri

Kemampuan siswa dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri berperan penting dalam *self regulated learning*. siswa yang mampu mengatur waktu, menetapkan tujuan belajar, dan memilih strategi yang sesuai cenderung memiliki tingkat *self regulated learning* yang lebih baik.

2. Lingkungan belajar yang mendukung

Lingkungan belajar yang kondusif, baik dari segi fasilitas maupun dukungan sosial, dapat meningkatkan motivasi dan kemandirian siswa dalam mengelola proses belajar.

3. Motivasi intrinsik

Motivasi yang berasal dari dalam diri, seperti minat dan ketertarikan terhadap materi pembelajaran, mendorong siswa untuk lebih disiplin, tekun, dan mampu mengatur dirinya dalam belajar.

4. Kesadaran diri dan gaya belajar

Pemahaman terhadap gaya belajar, kekuatan, dan kelemahan diri membantu siswa memilih strategi belajar yang efektif serta menyesuaikan metode belajar sesuai kebutuhannya.

5. Disiplin dan tanggung jawab belajar

Disiplin diri dan rasa tanggung jawab terhadap target akademik memungkinkan siswa mengelola waktu dengan baik, menghindari distraksi, dan tetap fokus meskipun tanpa pengawasan langsung.

6. Pengalaman belajar sebelumnya

Pengalaman belajar yang positif dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa serta memperkuat kemampuan mereka dalam belajar secara mandiri.

7. Kondisi emosional dan psikologis

Keadaan emosional yang stabil mendukung kemampuan siswa dalam mengatur proses belajar, sedangkan stres berlebihan dapat menghambat *self regulated learning*.

8. Dukungan sosial

Dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri serta membantu siswa menghadapi hambatan belajar.

9. Penguasaan strategi belajar

Kemampuan menggunakan berbagai strategi belajar secara tepat membantu siswa belajar lebih efektif dan mandiri.

Secara keseluruhan, *self regulated learning* terbentuk melalui interaksi berbagai faktor tersebut. Penguatan faktor-faktor ini dapat membantu siswa meningkatkan kemandirian belajar dan mencapai hasil akademik yang optimal.

Faktor adalah segala elemen internal atau eksternal yang memengaruhi, berkontribusi, atau terkait dengan perkembangan dan kondisi efikasi diri akademik serta pengaturan diri dalam belajar (*self regulated learning*) pada siswa dalam (Nofera & Oktavia, 2025) disebutkan bahwa:

1. Metakognisi

Metakognisi merupakan kemampuan individu untuk menyadari dan merefleksikan proses belajar yang sedang dijalani. Melalui metakognisi, siswa mampu merencanakan strategi belajar, memantau kemajuan, serta mengevaluasi efektivitas cara belajar yang digunakan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai.

2. Motivasi belajar

Motivasi berperan sebagai dorongan internal yang menggerakkan siswa untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Motivasi yang kuat mendorong ketekunan, keinginan untuk mencapai tujuan belajar, serta kemampuan bertahan menghadapi kesulitan akademik.

3. Perilaku belajar

Perilaku belajar tercermin dalam tindakan nyata siswa selama proses pembelajaran, seperti mengerjakan tugas tepat waktu, memanfaatkan waktu belajar secara efektif, dan menerapkan strategi belajar yang sesuai. Perilaku ini menunjukkan sejauh mana siswa mampu mengimplementasikan pengaturan diri dalam belajar.

4. Efikasi diri

Efikasi diri merupakan keyakinan siswa terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas akademik. siswa dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih percaya diri, tidak mudah menyerah, dan mampu mengelola proses belajarnya secara mandiri.

5. Manajemen waktu dan lingkungan belajar

Kemampuan mengatur waktu belajar serta menciptakan lingkungan belajar yang kondusif berpengaruh terhadap *self regulated learning*. Pengelolaan waktu yang baik dan lingkungan yang mendukung membantu siswa menjaga fokus serta konsistensi dalam belajar.

6. Pengelolaan sumber daya dan pencarian bantuan

Self regulated learning juga ditunjukkan melalui kemampuan siswa dalam memanfaatkan sumber daya yang tersedia dan mencari bantuan ketika mengalami kesulitan. Kesadaran untuk meminta dukungan dari guru, teman, atau sumber belajar lain mencerminkan pengaturan diri yang efektif.

7. Pengendalian diri dan peran aktif mahasiswa

Pengendalian diri memungkinkan siswa mengarahkan perilaku, motivasi, dan tujuan akademiknya secara sadar. Dalam hal ini, siswa berperan aktif sebagai pengambil keputusan dan pelaku utama dalam proses pembelajaran.

2.1.2 Konsep *Self Awareness*

2.1.2.1 Pengertian *Self Awareness*

Proses belajar mengajar di sekolah setiap harinya melibatkan berbagai aktivitas seperti mengerjakan tugas, menghafal, menyelesaikan soal, hingga memecahkan berbagai permasalahan. Oleh karena itu, seluruh kegiatan tersebut menuntut pemahaman yang mendalam serta kemampuan berpikir kritis untuk mengevaluasi hasil belajar yang dicapai. Dalam konteks tersebut, *self-awareness* atau kesadaran diri menjadi kemampuan penting yang membantu peserta didik memahami kondisi dirinya dalam proses belajar, termasuk mengenali kekuatan, kelemahan, serta strategi belajar yang sesuai. Dalam hal ini, *self awareness* atau kesadaran diri menjadi aspek penting yang perlu dimiliki oleh setiap siswa. Sebagai contoh, siswa dengan tingkat *self awareness* yang tinggi akan mampu mengenali

gaya belajar yang paling sesuai dengan dirinya, sehingga dapat mencapai hasil belajar yang lebih optimal.

Kesadaran diri tidak hanya memungkinkan siswa untuk mengenali metode belajar yang paling efektif bagi dirinya, tetapi juga mendorong mereka untuk bertanggung jawab atas proses belajar yang dijalani. Dengan demikian, melalui pemahaman yang mendalam terhadap kekuatan dan kelemahannya, siswa dapat memilih strategi belajar yang sesuai serta mampu mengatasi berbagai hambatan yang mungkin timbul selama proses pembelajaran. *Self awareness* merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali perasaan serta pikirannya sendiri, memahami berbagai emosi yang dialami, dan menyadari bagaimana perilakunya dapat memengaruhi orang lain. Oleh sebab itu, kesadaran diri dapat dipahami sebagai konsep yang kompleks karena mencakup pemahaman terhadap diri sendiri sekaligus kemampuan dalam berinteraksi dengan individu lain. (Putri et al., 2024) Dengan demikian, *self awareness* dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam mengenali kondisi internal dirinya secara objektif yang menjadi dasar dalam pengambilan keputusan dan pengelolaan perilaku, termasuk dalam konteks pembelajaran.

Adapun menurut Goleman, *self awareness* adalah kemampuan individu untuk mengenali serta memahami kondisi dan situasi dirinya sendiri saat sedang mengalami suatu perasaan tertentu (Tarwiyyah, 2022). Selanjutnya, *self awareness* menurut Ahmadi (2024:205) merupakan dimensi utama kecerdasan emosional yang mencakup kemampuan mengenali emosi diri, melakukan penilaian diri secara akurat, serta membangun kepercayaan diri sebagai dasar bagi pengelolaan diri dan hubungan sosial. Dengan demikian, hal ini menunjukkan bahwa seseorang perlu memiliki kesadaran atas apa yang sedang terjadi pada dirinya dalam berbagai situasi. Selain itu, menurut Achmanto Mendatu dalam (Putra et al., 2022), *self awareness* atau kesadaran diri merupakan kondisi ketika individu mampu memahami dirinya secara akurat dan mendalam. Oleh karena itu, seseorang dikatakan memiliki kesadaran diri apabila ia mampu mengenali emosi serta suasana hatinya, bersikap kritis terhadap informasi yang berkaitan dengan dirinya, dan memiliki kesadaran penuh terhadap kondisi dirinya yang sebenarnya. Dengan

demikian, dapat dipahami bahwa kesadaran diri mencakup kemampuan mengenali perasaan, pikiran, serta perilaku diri sendiri secara objektif. Hal ini menjadi pondasi penting bagi individu untuk mengembangkan potensi dan mencapai keseimbangan emosional dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam konteks pendidikan. Dalam proses pembelajaran, *self awareness* berperan dalam membantu peserta didik mengontrol motivasi belajar, mengevaluasi diri, serta menyesuaikan strategi belajar agar hasil belajar yang diperoleh lebih optimal.

Berdasarkan berbagai permasalahan yang sering dialami remaja serta pengertian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka pengembangan *self awareness* menjadi hal yang sangat penting. Kesadaran diri berperan sebagai dasar dalam mengendalikan diri, mengambil keputusan, menumbuhkan kreativitas, meningkatkan proses belajar, serta mendukung pertumbuhan dan aktualisasi diri. (Tarwiyyah, 2022) *Self awareness* yang baik, siswa dapat lebih mudah memahami tujuan belajarnya dan termotivasi untuk mencapai hasil yang diharapkan. Selain itu, kesadaran diri juga membantu mereka untuk menilai kembali tindakan yang dilakukan, sehingga proses belajar menjadi lebih reflektif dan bermakna.

2.1.2.2 Indikator *Self Awareness*

Self awareness dapat diukur melalui beberapa indikator yang mencerminkan tingkat kesadaran individu terhadap dirinya sendiri dalam aspek emosi, pemikiran, dan perilaku. Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu hidup berdampingan dan berinteraksi dengan sesama. Oleh karena itu, sebagai individu yang tidak dapat hidup secara terpisah, manusia perlu memiliki kemampuan untuk saling memahami. Namun, sebelum mampu memahami orang lain, seseorang terlebih dahulu harus memiliki pemahaman yang baik terhadap dirinya sendiri. Hal ini dikarenakan diri sendiri merupakan bagian terpenting yang perlu mendapatkan perhatian dan pengertian sebelum memperhatikan orang lain. *Self awareness* tidak dapat diukur secara langsung melalui pengamatan, namun demikian, terdapat beberapa indikator yang dapat dijadikan acuan untuk menilai sejauh mana tingkat kesadaran diri seseorang. Menurut Flurentin dalam Wafa Yolanda et al. (2021), melalui kesadaran diri, seseorang berusaha memahami berbagai aspek

kehidupannya yang berkaitan dengan kelebihan dan kekurangannya. Dengan demikian, pemahaman terhadap kesadaran diri menjadi hal yang penting sebelum seseorang dapat menilai dan memahami orang lain, baik dari segi keyakinan, sikap, pendapat, maupun nilai-nilai yang dimilikinya

Menurut Goleman dalam Salam et al. (2021), kesadaran diri merupakan kemampuan individu dalam memahami secara mendalam berbagai aspek yang ada dalam dirinya, baik yang berkaitan dengan kekuatan maupun kelemahannya. Artinya, seseorang yang memiliki kesadaran diri mampu mengenali dorongan dan nilai pribadi, serta menyadari pengaruh sikap dan tindakannya terhadap orang lain. Selain itu, kesadaran diri juga mencakup kemampuan untuk melakukan refleksi terhadap kondisi batin, menelaah pikiran, serta mengeksplorasi pengalaman dan emosi yang dialami secara berkelanjutan.

Menurut Ahmad dalam Salam et al. (2021), kesadaran diri (*self awareness*) mencakup beberapa aspek penting, yaitu konsep diri (*self concept*) dan harga diri (*self esteem*). Konsep diri menggambarkan cara individu memahami serta menilai siapa dirinya berdasarkan pengalaman dan interaksi sosial yang dialaminya. Sementara itu, harga diri menjadi dasar dalam membangun hubungan sosial yang sehat, mengembangkan kreativitas, serta menumbuhkan tanggung jawab pribadi. Tingkat harga diri juga memengaruhi kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Dalam penelitian ini, kesadaran diri diukur melalui tiga indikator utama, yaitu kesadaran terhadap emosi, pengenalan diri secara akurat, dan kepercayaan diri. Aspek identitas diri beragam (*multiple selves*) yang menunjukkan bahwa individu memiliki berbagai identitas sesuai dengan peran, minat, dan lingkungan sosialnya. Dalam hal ini, seseorang tidak hanya memahami dirinya saat ini, tetapi juga memiliki gambaran tentang diri ideal yang ingin dicapai. Kesadaran terhadap kedua sisi tersebut berperan penting dalam pembentukan identitas dan perkembangan pribadi individu.

Menurut Maslow dalam Salam et al. (2021), *self awareness* atau kesadaran diri dapat dilihat melalui beberapa kemampuan, yaitu:

1. Kemampuan mengenali identitas dan potensi diri sehingga individu memahami karakter serta kekuatan yang dimilikinya.
2. Kemampuan menjadi diri sendiri secara konsisten sesuai dengan nilai, prinsip, dan kepribadian yang diyakini.
3. Kemampuan mengenali gaya pribadi serta langkah-langkah yang diambil dalam menjalani kegiatan maupun pengambilan keputusan.
4. Kemampuan memahami perasaan, nilai, dan keyakinan yang memengaruhi cara berpikir serta bertindak.
5. Kemampuan menentukan arah dan tujuan pengembangan diri untuk memiliki pandangan yang jelas terhadap masa depan.

Selain itu, *self awareness* juga mencakup dimensi lain seperti pemahaman tentang konsep diri, penghargaan terhadap diri sendiri, serta kesadaran akan keberagaman identitas individu. Dimensi-dimensi tersebut tercermin melalui beberapa indikator menurut Ahmadi (2024:212), yaitu:

1. Kemampuan untuk mengenali serta memahami emosi pribadi secara mendalam.
2. Kemampuan mengevaluasi kekuatan dan kelemahan diri dengan tepat.
3. Kemampuan melakukan refleksi diri sehingga dapat mengambil pelajaran dari setiap pengalaman.
4. Kemampuan membangun identitas diri yang lebih terbuka dan memiliki pandangan yang luas.
5. Kemampuan mengembangkan rasa percaya diri yang kuat.

Indikator-indikator tersebut dalam penelitian ini digunakan sebagai dasar dalam mengukur tingkat *self awareness* peserta didik, khususnya yang berkaitan dengan kemampuan mengenali emosi, mengevaluasi diri, serta membangun kepercayaan diri dalam proses pembelajaran.

2.1.2.3 Fungsi *Self Awareness*

Self awareness merupakan kemampuan dasar individu dalam memahami kondisi internal dirinya, yang meliputi pengenalan emosi, motivasi, nilai pribadi, serta pemahaman yang realistis terhadap kelebihan dan keterbatasan yang dimiliki. Pemahaman tersebut juga mencakup kesadaran individu terhadap dampak perilaku

yang ditampilkan terhadap lingkungan sekitarnya dalam berbagai situasi. Menurut Barry J. Zimmerman dalam (Saputri et al., 2025). Fungsi dari *Self Awareness*:

1. Mendukung pembentukan kedisiplinan diri

Self awareness berfungsi sebagai faktor internal yang berperan penting dalam pembentukan kedisiplinan peserta didik. Kesadaran diri menjadi landasan utama bagi kemampuan pengaturan diri (*self regulation*), yang memungkinkan individu mengendalikan perilaku agar selaras dengan norma dan aturan yang berlaku di lingkungan sekolah.

2. Membantu pengambilan keputusan dan pengendalian diri

Melalui kesadaran diri, peserta didik mampu mengenali potensi serta keterbatasan yang dimiliki sehingga dapat mengambil keputusan secara lebih tepat. Fungsi ini mendorong siswa untuk bersikap reflektif, menetapkan tujuan yang realistis, serta meningkatkan kemampuan pengendalian diri dalam menjalankan tanggung jawab akademik.

3. Memperkuat regulasi belajar dan motivasi

4. *Self awareness* berperan sebagai komponen penting dalam *self regulated learning*, karena membantu peserta didik dalam mengatur proses belajar, menetapkan tujuan, dan mengevaluasi kemajuan belajar. Kesadaran diri yang baik juga berkontribusi dalam meningkatkan motivasi otonom dan mengurangi perilaku penundaan dalam belajar.

Dalam konteks pembelajaran, fungsi *self-awareness* juga berkaitan erat dengan kemampuan *self regulated learning* karena keduanya saling mendukung dalam proses pengaturan diri peserta didik. Secara keseluruhan, pengembangan *self awareness* memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran dan kesejahteraan psikologis peserta didik. Kesadaran diri yang terbentuk melalui pembelajaran sosio emosional berkaitan dengan peningkatan pengaturan emosi, kepercayaan diri, serta ketahanan psikologis. Temuan empiris menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self awareness* dan kedisiplinan belajar, yang mengindikasikan bahwa kesadaran diri memiliki kontribusi penting dalam membentuk perilaku disiplin dan mendukung pencapaian akademik siswa.

Menurut Goleman dalam (Retikasari et al., 2025), *self awareness* merupakan komponen utama dalam kecerdasan emosional yang berfungsi sebagai dasar pengelolaan diri dan pembentukan perilaku individu. Fungsi *self awareness* meliputi:

1. Pengenalan emosi dan nilai diri, yaitu kemampuan individu untuk memahami perasaan, kekuatan, dan keterbatasan yang dimilikinya.
2. Pengelolaan diri, yang mencakup kemampuan mengendalikan emosi, mengarahkan motivasi, serta menyesuaikan respons terhadap berbagai situasi.
3. Pembentukan sikap dan perilaku yang konsisten, sehingga individu mampu bertindak selaras dengan nilai dan prinsip yang diyakininya.
4. Pengambilan keputusan yang tepat, berdasarkan pemahaman yang objektif terhadap kondisi dan potensi diri.
5. Pengembangan pribadi secara berkelanjutan, sebagai landasan dalam membangun kematangan emosional dan karakter.

2.1.2.4 Faktor-faktor *Self Awareness*

Self awareness atau kesadaran diri, menurut Goleman dalam (Al-hasib & Islam, 2025), merupakan kemampuan individu untuk mengenali serta memahami kondisi internal dirinya, termasuk emosi, pola pikir, dan perilaku yang ditampilkan secara sadar. Kemampuan ini tidak hanya berkaitan dengan pengenalan aspek emosional dan kognitif, tetapi juga mencakup pemahaman terhadap dampak perilaku individu dalam interaksi sosial. Oleh karena itu, *self awareness* dipandang sebagai landasan utama dalam kecerdasan emosional dan memiliki peran penting dalam proses pengembangan diri maupun pembelajaran. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan yang secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi perkembangan kesadaran diri.

Faktor internal merupakan unsur yang berasal dari dalam diri individu dan berpengaruh langsung terhadap pembentukan *self awareness*. Faktor ini meliputi kesadaran emosi, kemampuan regulasi emosi, kepercayaan diri, refleksi diri, serta pengalaman belajar yang dimiliki. Goleman menegaskan bahwa kemampuan mengenali emosi dan melakukan refleksi diri secara objektif menjadi komponen utama dalam pengembangan kesadaran diri. Faktor internal tersebut membantu

individu memahami kekuatan dan keterbatasan diri serta mengelola emosi secara lebih efektif. Selain itu, pengalaman belajar yang positif turut memperkuat proses refleksi sehingga *self awareness* dapat berkembang secara optimal.

Selain faktor internal, faktor eksternal juga berperan dalam membentuk *self awareness* individu. Faktor eksternal meliputi lingkungan belajar, dukungan sosial dari keluarga dan masyarakat, peran pendidik, serta budaya sekolah. Umpan balik yang diberikan oleh guru serta suasana belajar yang terbuka membantu siswa mengembangkan kesadaran diri secara aktif. Budaya sekolah yang menanamkan nilai introspeksi dan kesadaran diri juga berkontribusi dalam memperkaya pengalaman siswa dalam mengembangkan *self awareness*.

Faktor internal dan eksternal yang memengaruhi *self awareness* memiliki keterkaitan erat dengan proses belajar dan kemampuan *self regulated learning*. Pengembangan *self awareness* yang baik menjadi salah satu kunci penting dalam meningkatkan kemandirian belajar, tanggung jawab akademik, serta pencapaian hasil belajar yang optimal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *self awareness* terbentuk melalui interaksi antara faktor internal dan eksternal yang saling mendukung dalam proses pengembangan diri peserta didik.

Merujuk pada pandangan Goleman (Puswiartika et al., 2025) sebagai rujukan utama dalam jurnal ini, *self awareness* sebagai salah satu kompetensi inti dalam kecerdasan emosional dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berkaitan. Faktor-faktor tersebut berperan penting dalam membentuk kesadaran diri individu, yang selanjutnya memengaruhi kemampuan dalam mengambil keputusan, khususnya terkait dengan perencanaan dan pemilihan karir siswa. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi *self awareness* meliputi:

1. Kemampuan refleksi diri, yaitu kemampuan individu untuk mengenali, menilai, dan memahami minat, bakat, nilai pribadi, serta kondisi emosional yang dialami secara objektif, sehingga potensi dan keterbatasan diri dapat dipahami secara lebih mendalam.
2. Umpan balik dari lingkungan sosial, berupa tanggapan dan penilaian dari orang lain yang membantu individu menyadari aspek-aspek diri yang sebelumnya kurang disadari.

3. Pengalaman emosional, yakni kesadaran individu terhadap emosi yang muncul serta pengaruhnya terhadap perilaku dan pengambilan keputusan.
4. Keterampilan komunikasi, yang memungkinkan individu mengekspresikan diri secara efektif dan memahami interaksi interpersonal sebagai bagian dari proses pengenalan diri.
5. Dukungan sosial, berupa keberadaan lingkungan yang memberikan dorongan, penguatan, dan penerimaan dalam proses pengembangan kesadaran diri.

Secara keseluruhan, faktor-faktor tersebut berkontribusi dalam membentuk tingkat *self awareness* yang optimal, sehingga siswa mampu menyesuaikan pilihan karir dengan potensi dan kekuatan diri secara lebih terarah dan realistis. Oleh karena itu, pengembangan self-awareness menjadi penting dalam mendukung proses pembelajaran dan pencapaian hasil belajar peserta didik secara optimal.

2.1.3 Konsep Hasil Belajar

2.1.3.1 Pengertian Hasil Belajar

Hasil dapat dipahami sebagai konsekuensi atau akibat yang muncul dari suatu tindakan atau aktivitas yang dilakukan. Dalam setiap bentuk kegiatan, setiap individu tentu berharap memperoleh hasil yang optimal. Oleh karena itu, dalam konteks pendidikan, hasil belajar menjadi aspek penting yang diharapkan menunjukkan pencapaian terbaik. Hal ini karena baik siswa, pendidik, lembaga pendidikan, maupun negara memiliki harapan agar generasi mudanya mampu meraih prestasi belajar yang tinggi. Dengan demikian, pencapaian tersebut tidak hanya menjadi sumber kebanggaan dan tolak ukur keberhasilan individu, tetapi juga berperan sebagai indikator keberhasilan sistem pendidikan dan tingkat kesejahteraan suatu bangsa. Dalam konteks pendidikan, hasil belajar menjadi indikator utama untuk mengukur keberhasilan proses pembelajaran yang telah dilaksanakan oleh peserta didik.

Hasil belajar adalah prestasi yang dicapai peserta didik, yang dapat diukur melalui nilai yang diperoleh dari pengerjaan soal atau tugas yang diberikan guru saat evaluasi. Hasil tersebut mencerminkan pencapaian belajar yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, serta terlihat dari perubahan perilaku dan kemampuan peserta didik setelah proses pembelajaran berlangsung. Utari (2018:4)

Hasil belajar pada dasarnya merupakan perubahan perilaku yang terjadi pada individu sebagai akibat dari proses pembelajaran, yang mencakup peningkatan pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan sikap. Perubahan ini biasanya diukur dengan angka atau simbol huruf sesuai kriteria tertentu, serta memberikan informasi mengenai sejauh mana peserta didik memahami materi yang disampaikan guru dalam proses belajar mengajar (Irawati et al., 2021). Dengan demikian, hasil belajar tidak hanya dipahami sebagai nilai akhir yang diperoleh peserta didik, tetapi juga mencerminkan perubahan kemampuan secara menyeluruh dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Menurut Wina Sanjaya dalam (Wibowo et al., 2023), perumusan tujuan pembelajaran merupakan langkah awal yang penting dalam merancang suatu program pembelajaran. Hal tersebut dikarenakan tujuan pembelajaran mencerminkan harapan adanya perubahan yang dialami oleh peserta didik secara bertahap melalui proses belajar yang sistematis. Dengan kata lain, setiap kegiatan pembelajaran dirancang untuk mendorong perkembangan kemampuan dan sikap individu, sehingga terjadi transformasi positif dalam pengetahuan, keterampilan, maupun aspek afektif peserta didik. Oleh karena itu, hasil belajar tidak hanya menjadi tujuan akhir pembelajaran, tetapi juga indikator keberhasilan proses pembelajaran yang dirancang secara sistematis oleh pendidik.

2.1.3.2 Indikator Hasil Belajar

Hasil belajar dapat dipahami sebagai keluaran dari proses pembelajaran, di mana proses itu sendiri berfungsi sebagai masukan atau input. Dengan demikian, hasil belajar ini umumnya dianggap sebagai pencapaian atau prestasi yang diperoleh peserta didik, yang kemudian dinyatakan melalui nilai atau ukuran tertentu untuk menilai tingkat keberhasilan pembelajaran. Indikator hasil belajar digunakan untuk menggambarkan tingkat penguasaan peserta didik terhadap materi pembelajaran yang telah diberikan.

Menurut Robert Gagne dalam (Arifin et al., 2024) menyebutkan bahwa indikator pada hasil belajar meliputi:

1. Informasi Verbal

Kemampuan siswa dalam mengingat serta menyampaikan kembali fakta, konsep, atau prinsip yang telah dipelajari, baik secara lisan maupun tertulis. Kemampuan ini tercermin dalam penguasaan pengetahuan dasar yang dapat dijelaskan kembali oleh siswa secara tepat.

2. Keterampilan Intelektual

Kemampuan siswa dalam menggunakan simbol, konsep, dan aturan berpikir tingkat tinggi untuk memecahkan permasalahan. Aspek ini terlihat dalam kegiatan seperti menganalisis data, mengklasifikasikan objek, dan menarik kesimpulan berdasarkan karakteristik tertentu.

3. Strategi Kognitif

Kemampuan siswa dalam mengelola dan mengendalikan proses berpikirnya secara sadar. Hal ini mencakup perencanaan, pemantauan, serta evaluasi terhadap proses belajar, sehingga siswa mampu belajar secara mandiri dan merefleksikan pemahamannya.

4. Sikap

Kondisi mental dan kecenderungan emosional siswa terhadap proses pembelajaran. Sikap positif, seperti minat belajar, rasa ingin tahu, dan tanggung jawab, berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan dan motivasi siswa dalam kegiatan belajar.

5. Keterampilan Motorik

Kemampuan fisik dan keterampilan praktis yang dilakukan secara terkoordinasi dan terampil. Aspek ini tampak dalam kemampuan siswa melaksanakan prosedur atau kegiatan praktik secara tepat, efektif, dan konsisten. Gagne menekankan bahwa setiap indikator harus mampu menunjukkan perubahan yang nyata dan terukur, sehingga dapat dijadikan dasar evaluasi hasil belajar secara objektif. Kelima indikator tersebut menunjukkan bahwa hasil belajar mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, sikap, serta kemampuan berpikir yang dapat diamati dan diukur secara objektif.

Selain teori Gagne, hasil belajar juga dapat dijelaskan melalui taksonomi Bloom yang menekankan perubahan perilaku dalam tiga ranah utama. Menurut Bloom dalam Wibowo et al. (2023), hasil belajar merupakan bentuk perubahan

perilaku yang dialami oleh individu setelah melalui proses pembelajaran. Perubahan ini mencerminkan perkembangan yang terjadi dalam berbagai aspek kemampuan peserta didik, yang dapat dikategorikan ke dalam tiga ranah utama, yaitu:

1. Ranah Kognitif, mencakup kemampuan yang berhubungan dengan aspek pengetahuan dan berpikir. Indikatornya meliputi:
 - a. Penguasaan terhadap materi atau informasi yang dipelajari.
 - b. Kemampuan memahami konsep dan prinsip yang diajarkan.
 - c. Kemampuan mengaplikasikan pengetahuan dalam situasi yang relevan.
 - d. Kemampuan menganalisis, mengevaluasi, serta menciptakan gagasan baru.
2. Ranah Afektif, berkaitan dengan sikap, minat, serta nilai-nilai yang dimiliki peserta didik. Indikatornya meliputi:
 - a. Perubahan dalam sikap dan perilaku positif terhadap proses belajar.
 - b. Meningkatnya minat dan motivasi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran.
 - c. Penginternalisasian nilai dan tanggung jawab dalam diri siswa.
3. Ranah Psikomotor, berhubungan dengan keterampilan fisik dan kemampuan praktis yang menunjukkan penerapan hasil belajar. Indikatornya meliputi:
 - a. Kemampuan melakukan tugas atau kegiatan secara terampil.
 - b. Penguasaan koordinasi gerak dan ketepatan dalam praktik.
 - c. Penerapan keterampilan sesuai dengan tujuan pembelajaran.

2.1.3.3 Fungsi Hasil Belajar

Dalam pengembangan pendidikan, hasil belajar berfungsi sebagai penanda utama keberhasilan proses pembelajaran dan pencapaian kompetensi peserta didik. Hasil belajar berperan sebagai indikator ketercapaian tujuan pendidikan serta sebagai alat untuk menilai efektivitas metode dan media pembelajaran yang digunakan. Hasil belajar juga menjadi dasar penilaian terhadap penguasaan pengetahuan, keterampilan, dan sikap peserta didik, serta berkontribusi dalam meningkatkan motivasi dan pengakuan atas capaian akademik. Fungsi hasil belajar tidak hanya terbatas pada penilaian akhir, tetapi juga sebagai dasar dalam pengambilan keputusan pembelajaran. Secara ringkas, fungsi hasil belajar meliputi:

1. Indikator ketercapaian kompetensi pembelajaran.

2. Alat evaluasi efektivitas metode, media, dan pendekatan pembelajaran.
3. Dasar pengambilan keputusan dalam pengembangan kurikulum dan strategi pembelajaran.
4. Pendorong motivasi dan minat belajar peserta didik.
5. Sumber data perencanaan tindak lanjut pengembangan kompetensi.
6. Alat diagnostik untuk mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan peserta didik pada ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik.
7. Konfirmasi ketercapaian standar kompetensi pendidikan.

Dengan demikian, hasil belajar memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas pembelajaran karena dapat digunakan sebagai dasar evaluasi, perencanaan, serta perbaikan proses pendidikan.

Menurut Miftahul dalam (Nazimuddin et al., 2025), hasil belajar memiliki peranan strategis dalam penyelenggaraan pendidikan dan pembelajaran. Hasil belajar berfungsi sebagai tolok ukur untuk menilai efektivitas serta efisiensi proses pembelajaran, sekaligus menjadi dasar dalam upaya pengembangan dan penyempurnaan sistem pendidikan secara berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar tidak hanya berfungsi pada level individu, tetapi juga berkontribusi dalam pengembangan sistem pendidikan secara keseluruhan. Adapun fungsi hasil belajar meliputi:

1. Mengetahui perkembangan, kemajuan, dan tingkat keberhasilan peserta didik dalam mencapai tujuan pembelajaran.
2. Menilai keberhasilan program pembelajaran yang telah dilaksanakan.
3. Menjadi dasar dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik.
4. Menjadi acuan dalam pengembangan dan perbaikan kurikulum agar lebih relevan dan efektif.

Dengan demikian, hasil belajar tidak hanya berfungsi sebagai alat penilaian akhir, tetapi juga sebagai umpan balik penting dalam meningkatkan kualitas proses pendidikan secara berkelanjutan.

2.1.3.4 Faktor-faktor Hasil Belajar

Hasil belajar siswa tidak muncul secara spontan, melainkan dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berkaitan. Hurlock menekankan bahwa keberhasilan belajar merupakan hasil interaksi antara faktor yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor yang bersumber dari lingkungan di sekitarnya. Kedua faktor tersebut saling berinteraksi dalam menentukan tingkat pencapaian hasil belajar peserta didik. Faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar tersebut meliputi:

1. Faktor internal, yaitu faktor yang bersumber dari dalam diri siswa, yang mencakup motivasi belajar, minat belajar, tingkat kecerdasan, kesiapan dalam mengikuti pembelajaran, serta kondisi fisik dan psikologis siswa.
2. Faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa, meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, kualitas pendidik, penggunaan metode dan media pembelajaran, serta lingkungan sosial yang memengaruhi proses belajar siswa. Interaksi antara faktor internal dan eksternal tersebut menentukan variasi hasil belajar yang dicapai oleh setiap peserta didik, sehingga keberhasilan belajar tidak hanya ditentukan oleh satu faktor saja.

2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan

Kajian terhadap penelitian terdahulu yang relevan dilakukan untuk memperoleh gambaran umum mengenai topik penelitian serta memperkuat dasar teoritis dari variabel yang dikaji. Pada penelitian ini, variabel bebas yang digunakan meliputi *self regulated learning* dan *self awareness*, sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar. Hasil-hasil penelitian sebelumnya dimanfaatkan sebagai sumber referensi dan bahan pendukung dalam penyusunan kerangka konseptual penelitian. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel berikut.

Tabel 2.1
Hasil Penelitian Yang Relevan

No	Sumber	Judul	Hasil
1.	Diterbitkan oleh "Sanskara Pendidikan dan	Pengaruh <i>Self Regulated Learning</i> terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa di	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengatur diri dalam belajar (<i>self regulated learning</i>) berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan

	Pengajaran" , pada bulan Mei 2025. Penulisnya adalah Apriyanto	Indonesia	berpikir kritis siswa. Artinya, semakin baik siswa mengatur proses belajarnya, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam berpikir kritis.
2.	Ditulis oleh Irma Rahmawati, Fikri Nurhikmah, Hasby Assidqi, Alim Khotami, dan Junaidi pada tahun 2022 di Universitas Islam Negeri Antasari	<i>Self Regulated Learning</i> Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat <i>self regulated learning</i> (SRL) mahasiswa dalam pembelajaran daring berada pada kategori cukup, yaitu sekitar 69% pada aspek kognitif, motivasi, dan perilaku. Meskipun demikian, kemampuan ini belum mencapai tingkat yang ideal. Artinya, walaupun SRL terbukti berpengaruh signifikan terhadap keberhasilan belajar secara daring, mahasiswa masih perlu meningkatkan kemampuan mengatur proses belajarnya agar dapat memperoleh hasil belajar yang lebih optimal.
3.	Penulis adalah Anisha Nurul Fatimah, Muhammad Wildan Shohib, dan Hamdan Chehdimae. ini dibuat di Universitas Muhammad iyah Surakarta, Indonesia, serta di Academy of Islamic Studies, University Malaya, Malaysia,	Pengaruh Kesadaran Diri, Kestabilan Emosi, dan Lingkungan Belajar terhadap Motivasi Belajar Siswa di SMA Muhammadiyah	Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan belajar memberikan pengaruh yang nyata dan positif terhadap motivasi belajar siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian juga terbukti valid dan layak dipakai. Secara keseluruhan, semua variabel yang diteliti terbukti berperan penting dalam meningkatkan motivasi belajar siswa.

	2025.		
4.	Di tulis oleh Ryan Nurdiana, Munirul Abidin, dan Afif Fauzi (2022/2023), di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan Muhammad iyah Boarding School Purwokerto.	Pengaruh <i>Self Awareness</i> Terhadap Prestasi Belajar Bahasa Arab Santri Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah Boarding School Purwokerto Tahun Ajaran 2022/2023	Penelitian ini menunjukkan bahwa <i>self awareness</i> memiliki pengaruh yang positif dan berarti terhadap prestasi belajar bahasa Arab siswa di Muhammadiyah Boarding School Purwokerto. Artinya, semakin baik kesadaran diri siswa, semakin baik pula prestasi belajar mereka. Namun, hasil belajar siswa juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar <i>self awareness</i> .

Tabel 2.2

Persamaan dan Perbedaan Hasil Penelitian Yang Relevan

No	Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Pengaruh <i>Self Regulated Learning</i> terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa di Indonesia	Memiliki persamaan yaitu keduanya meneliti Pengaruh <i>Self Regulated Learning</i> terhadap prestasi akademik siswa dan menemukan pengaruh positif dari SRL.	Perbedaannya, penelitian ini hanya meneliti <i>Self Regulated Learning</i> terhadap kemampuan berpikir kritis secara umum di Indonesia.
2.	Self-Regulated Learning Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring	Memiliki kesamaan meneliti <i>Self Regulated Learning</i> (SRL) dan menunjukkan bahwa SRL berpengaruh terhadap keberhasilan belajar.	Penelitian ini meneliti mahasiswa dalam konteks pembelajaran daring dan hanya membahas tingkat <i>Self Regulated Learning</i> .
3.	Pengaruh Kesadaran Diri, Kestabilan Emosi, dan Lingkungan Belajar terhadap Motivasi Belajar	Memiliki kesamaan meneliti faktor psikologis siswa, memasukkan variabel kesadaran diri, menggunakan analisis	Penelitian ini meneliti kesadaran diri, kestabilan emosi, dan lingkungan belajar terhadap motivasi belajar. Berbeda pada variable <i>self regulated learning</i> dan <i>self</i>

	Siswa di SMA Muhammadiyah	statistik, dan berfokus pada siswa SMA.	<i>awareness</i> terhadap hasil belajar ekonomi; variabel terikatnya berbeda, lokasi penelitian berbeda, serta tujuan penelitian juga berbeda penelitian ini menilai pengaruh faktor-faktor terhadap motivasi belajar, sedangkan skripsi menilai pengaruhnya terhadap hasil belajar.
4.	Pengaruh <i>Self Awareness</i> Terhadap Prestasi Belajar Bahasa Arab Santri Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah Boarding School Purwokerto Tahun Ajaran 2022/2023	Memiliki kesamaan meneliti <i>Self Awareness</i> sebagai faktor psikologis yang memengaruhi pencapaian belajar dan menggunakan analisis statistik pada peserta didik tingkat menengah	Perbedaannya terletak pada variabel penelitian, di mana Penelitian ini hanya meneliti <i>Self Awareness</i> terhadap prestasi belajar bahasa Arab, sedangkan penelitian saya meneliti <i>Self Regulated Learning</i> dan <i>Self Awareness</i> terhadap hasil belajar ekonomi, serta lokasi penelitian yang berbeda antara pesantren dan sekolah negeri.

2.3 Kerangka Berpikir

Kerangka pemikiran merupakan model konseptual yang menggambarkan hubungan antarvariabel utama dalam penelitian (Yuzarion et al., 2024). Setiap siswa menginginkan pencapaian hasil belajar yang maksimal, yang tidak dapat diperoleh secara instan tetapi melalui usaha, kedisiplinan, dan motivasi internal. Siswa dengan motivasi dan etos belajar rendah cenderung menghadapi kesulitan dalam meraih prestasi, sementara siswa yang memiliki semangat belajar tinggi dan mampu mengelola dirinya dengan baik berpeluang lebih besar mencapai hasil belajar yang optimal. Dalam konteks ini, perbedaan hasil belajar antar siswa dapat dipengaruhi oleh kemampuan dalam mengatur proses belajar secara mandiri (*self regulated learning*) serta tingkat kesadaran diri (*self awareness*) yang dimiliki oleh masing-masing siswa.

Pembelajaran mata pelajaran ekonomi menuntut siswa untuk memahami konsep, prinsip, dan fenomena ekonomi secara analitis dan kontekstual. Materi ekonomi menempatkan siswa dalam kondisi belajar yang membutuhkan kemandirian, kemampuan mengelola strategi belajar, serta kesadaran diri terhadap proses yang dijalani. Variasi hasil belajar yang terjadi di kelas menunjukkan bahwa keberhasilan belajar tidak hanya dipengaruhi oleh lingkungan, tetapi juga oleh faktor internal siswa. Oleh karena itu, keberhasilan dalam pembelajaran ekonomi tidak hanya bergantung pada kemampuan kognitif, tetapi juga pada kemampuan regulasi diri dan kesadaran diri peserta didik.

Kesadaran diri (*self awareness*) dan pembelajaran terregulasi diri (*self regulated learning*) berperan penting dalam membantu siswa mengenali, memahami, dan mengelola pikiran, emosi, serta perilaku belajar untuk mencapai tujuan secara efektif. Kedua konsep ini menekankan kemampuan individu dalam mengambil keputusan tepat, mengendalikan diri, serta menyesuaikan strategi berdasarkan pengalaman sebelumnya (Arroya & Indrawati, 2024).

Penelitian ini menggunakan *Social Cognitive Theory* dari Bandura sebagai *grand theory* karena teori tersebut menjelaskan interaksi antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan dalam proses belajar. *Social Cognitive Theory* yang dikembangkan oleh Bandura menjelaskan bahwa proses belajar terbentuk melalui interaksi timbal balik antara faktor internal, perilaku belajar, dan lingkungan, yang disebut reciprocal determinism (Ardiansyah & Putra, 2024). Dalam kerangka teori ini, *self regulated learning* dan *self awareness* dikategorikan sebagai faktor personal yang memengaruhi proses perilaku belajar, yang selanjutnya berdampak pada hasil belajar peserta didik. Faktor internal mencakup aspek kognitif dan afektif siswa, perilaku merepresentasikan aktivitas dan strategi belajar, sedangkan lingkungan berkaitan dengan situasi pembelajaran, tuntutan akademik, dan ketersediaan sumber belajar. Teori ini menjadi landasan untuk memahami bagaimana *self regulated learning* dan *self awareness* sebagai faktor personal memengaruhi perilaku belajar, yang pada akhirnya berdampak pada hasil belajar ekonomi.

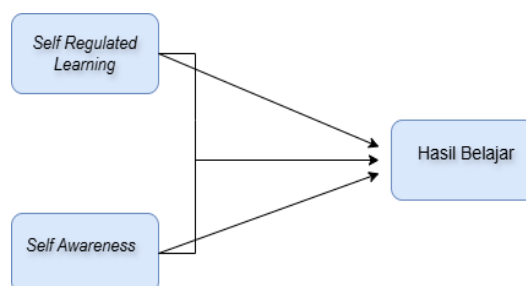
Self regulated learning menurut Zimmerman dalam (Dwi et al., 2025) merupakan kemampuan siswa untuk mengelola proses belajarnya secara aktif melalui perencanaan, pemantauan, dan evaluasi aktivitas belajar. Kemampuan ini memungkinkan siswa bertindak sebagai pembelajar mandiri dan bertanggung jawab. Dalam penelitian ini, *self regulated learning* dipandang sebagai kemampuan utama yang memengaruhi proses belajar siswa dalam mengelola tujuan, strategi, dan evaluasi pembelajaran. Proses ini melibatkan aspek kognitif dan metakognitif, seperti merencanakan strategi belajar dan mengevaluasi pemahaman materi, serta aspek motivasional yang menjaga konsistensi usaha belajar. Dalam kerangka *Social Cognitive Theory*, *self regulated learning* menunjukkan keterkaitan antara faktor personal dan perilaku belajar yang berimplikasi pada hasil belajar ekonomi.

Self awareness didefinisikan sebagai kesadaran individu terhadap kondisi internal, meliputi kemampuan, emosi, motivasi, dan keterbatasan diri selama proses belajar. Menurut Sutton, Williams, dan Allinson dalam (Retikasari et al., 2025) kesadaran ini membantu siswa mengenali respons diri terhadap tuntutan akademik dan situasi belajar, mendukung refleksi diri yang akurat, serta memungkinkan pengendalian dan penyesuaian proses. Kesadaran terhadap kekuatan dan kelemahan diri memungkinkan penyesuaian strategi belajar, pengelolaan emosi, dan motivasi belajar sehingga berdampak positif pada pencapaian hasil belajar.

Keterkaitan antara *self awareness* dan *self regulated learning* menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut saling mendukung dalam proses pembelajaran. *Self awareness* menjadi dasar bagi peserta didik untuk mengenali kemampuan, kelemahan, kebutuhan, serta kondisi emosional yang dimiliki, sedangkan *self regulated learning* berperan dalam mengarahkan kemampuan tersebut ke dalam tindakan belajar yang terencana dan terkontrol. Peserta didik yang memiliki kesadaran diri yang baik cenderung lebih mudah menetapkan tujuan belajar, memilih strategi yang sesuai, memantau perkembangan belajar, serta melakukan evaluasi terhadap hasil yang diperoleh. Oleh karena itu, *self awareness* dapat memperkuat kemampuan *self regulated learning* sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan berdampak pada peningkatan hasil belajar.

Hasil belajar mata pelajaran ekonomi mencerminkan penguasaan siswa terhadap pengetahuan dan keterampilan berpikir ekonomi (Rohenan, 2023). Pencapaian ini dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, perilaku belajar, dan lingkungan pembelajaran. Faktor personal, termasuk motivasi dan *self awareness*, membentuk kesiapan siswa untuk menerima materi, sementara *self regulated learning* memungkinkan pengelolaan proses belajar secara mandiri dan terstruktur. *Social Cognitive Theory* menekankan bahwa hasil belajar muncul dari interaksi timbal balik ketiga faktor tersebut.

Self regulated learning dan *self awareness* saling memperkuat, di mana kesadaran diri meningkatkan efektivitas regulasi diri, dan regulasi diri yang konsisten memperkuat kemampuan refleksi siswa. Interaksi kedua faktor berlangsung dalam lingkungan pembelajaran ekonomi yang menuntut pemahaman konseptual dan kemampuan analitis. *Social Cognitive Theory* menjelaskan bahwa hasil belajar ekonomi muncul dari interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku belajar, dan lingkungan (*reciprocal determinism*). *Self regulated learning* mengatur tujuan, strategi, dan evaluasi belajar, sedangkan *self awareness* membantu siswa memahami dan mengendalikan kondisi internal yang memengaruhi proses belajar. Kesimpulan teoretis ini mendukung hipotesis bahwa kedua faktor personal tersebut berpengaruh terhadap hasil belajar ekonomi, baik secara parsial maupun simultan. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self regulated learning* dan *self awareness* memiliki pengaruh terhadap hasil belajar ekonomi baik secara parsial maupun simultan, sehingga kedua variabel tersebut menjadi fokus utama dalam penelitian ini. Kerangka berpikir penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1 Bagan Kerangka Berfikir

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan sementara yang disusun berdasarkan landasan teori dan hasil pengamatan awal dalam suatu penelitian. Dugaan ini masih bersifat tentatif karena kebenarannya belum terbukti, sehingga perlu dilakukan pengujian secara ilmiah untuk menentukan apakah hipotesis tersebut dapat diterima atau ditolak.

Hipotesis merupakan dugaan atau jawaban sementara terhadap pertanyaan penelitian yang disusun berdasarkan hasil observasi terhadap fakta, yang berfungsi sebagai pedoman dalam menentukan arah penelitian kuantitatif (Berlianti et al., 2024). Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. H_1 : Terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap hasil belajar mata pelajaran ekonomi siswa kelas X, XI, XII SMA Negeri 1 Langkaplancar Tahun Ajaran 2025/2026.
2. H_2 : Terdapat pengaruh *self awareness* terhadap hasil belajar mata pelajaran ekonomi siswa kelas X, XI, XII SMA Negeri 1 Langkaplancar Tahun Ajaran 2025/2026.
3. H_3 : Terdapat pengaruh *self regulated learning* dan *self awareness* secara simultan terhadap hasil belajar mata pelajaran ekonomi siswa kelas X, XI, XII SMA Negeri 1 Langkaplancar Tahun Ajaran 2025/2026.