

LAMPIRAN

**Lampiran 2 Angket Pengembangan *VideoScribe* mengenai Regulasi
dalam Belajar**

**ANGKET VIDEOSCRIBE MENGENAI REGULASI DIRI DALAM
BELAJAR DAN PROKRASTINASI AKADEMIK**

Saya Ahmad Gabriel, mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta sedang melakukan penelitian untuk keperluan studi pendahuluan pada skripsi saya mengenai pengembangan media pembelajaran. Saya mengharapkan kesediaan anda untuk dapat mengisi angket ini dengan sejujur – jujurnya dan diharapkan agar tidak ada satu nomor pun yang tidak diisi karena akan berpengaruh pada pengelolaan data. Jawaban yang anda berikan bersifat rahasia dan tidak akan disebarluaskan. Atas kerjasamanya, saya mengucapkan terima kasih.

Petunjuk Pengisian:

1. Tulis identitas diri anda dengan lengkap sebelum menjawab pertanyaan
2. Bacaseluruh pertanyaan dengan teliti, apabila terdapat pertanyaan yang kurang dimengerti bertanyalah pada peneliti
3. Jawablah dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu jawaban yang tersedia
4. Pilihan jawaban yang tersedia
 - Ya
 - Tidak

Contoh pengisian:

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Guru BK menggunakan media dalam menyampaikan materi	X	

IDENTITAS

Nama :
Kelas :
Jenis Kelamin :

BAGIAN I

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	<p>Berilah tanda (√) pada pilihan berikut, diperbolehkan memilih lebih dari satu jawaban sesuai dengan yang Anda ketahui.</p> <p>Media yang pernah digunakan oleh guru BK dalam menyampaikan materi di kelas, diantaranya :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Power point • Ensiklopedia • Poster • Pamflet • Prezi • Video Scribe • Video Tutorial • Video Dokumenter • Flip Chart • Film Fiktif • Film Animasi • Komik • Buku Cerita • Modul Bantuan Diri 		
2	Guru BK lebih banyak ceramah ketika menyampaikan materi (tidak menggunakan media apapun)		
3	Media pembelajaran yang diberikan guru BK menarik		
4	Saya dapat dengan mudah memahami materi melalui		

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
	media yang diberikan oleh guru BK		
5	Guru BK pernah menjelaskan materi mengenai regulasi diri dalam belajar		
6	Guru BK pernah menjelaskan materi mengenai prokrastinasi akademik		
7	<p>Berilah tanda (√) pada pilihan berikut, diperbolehkan memilih lebih dari satu jawaban sesuai dengan yang Anda ketahui.</p> <p>Jika guru BK menyampaikan materi mengenai regulasi diri dalam belajar dan prokrastinasi akademik, maka media yang ingin digunakan adalah :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Power point • Ensiklopedia • Poster • Pamflet • Prezi • Video Scribe • Video Tutorial • Video Dokumenter • Flip Chart • Film Fiktif • Film Animasi • Komik • Buku Cerita • Modul Bantuan Diri 		
8	Guru BK lebih sering ceramah ketika menyampaikan materi mengenai regulasi diri dalam belajar dan prokrastinasi akademik (tidak menggunakan media apapun)		
9	Saya mengetahui video scribe		

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
10	Saya tertarik dengan media video scribe		
11	Dengan media video scribe, saya merasa lebih bersemangat dan lebih mengerti dalam mempelajari materi regulasi diri dalam belajar untuk mengatasi prokrestinasi akademik		
12	Video Scribe yang menarik berisi : <ul style="list-style-type: none"> • Penjelasan materi • Gambar-gambar animasi • Pertanyaan-pertanyaan sesuai materi • Tips dan trik • Tujuan dari video tersebut • Musik latar yang menarik • Pengisi suara yang menjelaskan materi • Contoh kasus mengenai topik bahasan video 		

BAGIAN II

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Saya dapat membagi waktu antara belajar dan bermain		
2	Belajar menjadi prioritas utama dibandingkan kegiatan lainnya		
3	Saya mampu menentukan waktu belajar yang cocok dengan saya (misal: pagi, siang, atau malam)		
4	Saya membuat catatan hal yang harus dipelajari setiap harinya		
5	Saya optimis menjadi orang yang sukses karena saya memiliki kemampuan yang mendukung		

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
6	Saya terdorong untuk belajar agar mendapat juara		
7	Saya menepati jadwal belajar yang sudah dibuat		
8	Saya belajar di tempat yang membuat saya merasa nyaman		
9	Saya mempersiapkan tempat belajar menjadi senyaman mungkin		

BAGIAN III

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Saya sering terlambat dalam mengumpulkan tugas		
2	Saya segera melakukan tugas yang diberikan oleh guru		
3	Saya dapat memenuhi target penyelesaian tugas yang saya tentukan		
4	Saya merasa memiliki banyak waktu untuk mengerjakan tugas, sehingga saya tidak terburu-buru dalam mengerjakannya		
5	Saya membutuhkan banyak waktu untuk mengerjakan tugas yang sulit		
6	Saya tetap mengerjakan tugas meski merasa kesulitan		
7	Saya mengumpulkan tugas jauh hari sebelum waktu pengumpulan		
8	Saya lebih suka membaca buku mata pelajaran dari pada membaca Koran		
9	Saya sering melanggar target belajar yang telah saya tentukan		
10	Saya selalu menyelesaikan tugas dengan segera		
11	Saya merasa bersalah saat target penyelesaian tugas tidak tercapai		
12	Ketika mendapat tugas, saya langsung mengerjakannya dengan segera		
13	Saya lebih suka menonton tv dari pada belajar		
14	Saya tidak menunda menyelesaikan tugas meski		

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
	merasa kesulitan		
15	Saya menyerah saat merasa kesulitan		
16	Saya bermain <i>game</i> saat sedang belajar		
17	Saya sering gagal memenuhi rencana penyelesaian tugas		
18	Saya langsung mengerjakan tugas tanpa membuang-buang waktu		
19	Saya merasa bosan mengerjakan tugas dan melakukan hal lain yang lebih menyenangkan		
20	Saya mengumpulkan tugas setelah batas waktu pengumpulan		
21	Saya tidak mampu mengalokasikan waktu agar tidak terlambat menyelesaikan tugas		
22	Saya mempunyai jadwal belajar yang teratur		
23	Saya asyik bermain dengan teman sehingga terlambat mengumpulkan tugas		
24	Saya lebih suka bermain dari pada mengerjakan tugas		
25	Saya mengerjakan tugas tepat waktu		
26	Saya kurang memanfaatkan waktu sebaik-baiknya untuk menyelesaikan tugas		
27	Saya menolak ajakan teman untuk bermain saat sedang belajar		
28	Saya sering mengerjakan tugas di akhir waktu pengumpulan		
29	Saya memulai mengerjakan tugas sebelum batas waktu yang ditentukan		
30	Saya mengerjakan tugas tanpa menunda-nunda terlebih dahulu		
31	Saya lebih memilih mengerjakan tugas dari pada menonton film		
32	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu		

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
33	Saya terbiasa membuat perencanaan saat akan mengerjakan tugas		

Lampiran 3 Pedoman Wawancara Guru BK

Pedoman Wawancara Guru BK

NO	PERTANYAAN
1.	Kegiatan/layanan apa saja yang guru BK berikan kepada siswa terkait bidang akademik/belajar?
2.	Media apa saja yang digunakan guru BK dalam memberikan layanan klasikal kepada siswa?
3.	Apakah guru BK merasa puas dan cukup dengan media yang selama ini biasa diberikan kepada siswa?
4.	Apakah menurut Bapak/Ibu, siswa merasa terbantu dan mengerti materi melalui media yang diberikan?
5.	Apakah guru BK selalu mengupdate media – media yang digunakan kepada siswa sesuai dengan perkembangan zaman?
6.	Fasilitas apa saja yang tersedia di sekolah untuk mendukung dalam memberikan layanan?
7.	Apakah fasilitas di sekolah dirasa sudah cukup menunjang guru BK dalam memberikan layanan melalui media tertentu kepada siswa?
8.	Apakah dalam menentukan penggunaan media, dilakukan sebuah asesmen kepada siswa, khususnya asesmen dalam bidang belajar?
9.	Apakah guru BK pernah memberikan materi mengenai regulasi diri

	dalam belajar dan prokrastinasi akademik kepada siswa untuk membantu siswa dalam bidang akademik/belajar? Jika iya, media apa yang digunakan?
10.	Sejauh ini, bagaimana kemampuan regulasi diri siswa dalam belajar?
11.	Apakah materi mengenai regulasi diri dan prokrastinasi akademik perlu diberikan kepada siswa?

Lampiran 4 Instrumen Uji Coba

LEMBAR EVALUASI AHLI MEDIA

Materi Layanan : *Self-Regulated Learning*

Sasaran Layanan : Peserta didik Kelas XI di SMA N 45 Jakarta

Judul Penelitian : Pengembangan Videoscribe mengenai *Self-Regulated Learning* untuk Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 45 Jakarta

Peneliti : Ahmad Gabriel

Petunjuk Pengisian

1. Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mendapatkan informasi dari Bapak/Ibu sebagai Ahli Media tentang *VideoScribe* mengenai *Self-Regulated Learning* yang digunakan dalam penelitian ini.
2. Pendapat, saran, penilaian, serta kritik yang Bapak/Ibu berikan sangat bermanfaat untuk perbaikan dan peningkatan kualitas media *VideoScribe* ini.
3. Sehubungan dengan hal tersebut, mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan, sebagaimana contoh berikut:

NO.	PERNYATAAN	SKOR (S)			
		1	2	3	4
1.	<i>Teaser/opening</i> video menarik				√

Skala Penilaian:

Skor =1 jika media *VideoScribe* tidak sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 2 jika sebagian kecil *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 3 jika sebagian besar media *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 4 jika media *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

4. Mohon untuk memberikan kesimpulan umum dari hasil penelitian terhadap media *VideoScribe* ini.
5. Atas bantuan dan kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

LEMBAR EVALUASI AHLI MEDIA

No.	Pernyataan	Skor (S)			
		1	2	3	4
1	<i>Teaser/opening</i> video menarik				
2	Video memiliki ketajaman gambar yang baik				
3	Gambar dan animasi sesuai dengan materi				
4	Tulisan, ukuran huruf, warna huruf dapat terbaca dengan baik				
5	Terdapat animasi (gambar bergerak) yang mendukung				
6	<i>Background</i> video sesuai				
7	Video memiliki daya tarik				
8.	Musik dalam video mendukung				
9.	Penggunaan Bahasa sudah sesuai dan baik				
10.	Durasi video sesuai dengan materi yang disampaikan				
11.	Transisi dalam video sudah baik				
TOTAL SKOR					

Keunggulan:	Kelemahan:
KESIMPULAN:	
Berdasarkan penilaian: <input type="checkbox"/> Layak <input type="checkbox"/> Tidak Layak	
Digunakan sebagai <i>VideoScribe</i> untuk jenjang Sekolah Menengah Kejuruan	
Nama Validator	:
Instansi	:

LEMBAR EVALUASI AHLI KONTEN

Materi Layanan : *Self-Regulated Learning*

Sasaran Layanan : Peserta didik Kelas XI di SMA N 45 Jakarta

Judul Penelitian : Pengembangan Videoscribe mengenai *Self-Regulated Learning* untuk Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 45 Jakarta

Peneliti : Ahmad Gabriel

Petunjuk Pengisian

1. Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mendapatkan informasi dari Bapak/Ibu sebagai Ahli Konten tentang *VideoScribe* mengenai *Self-Regulated Learning* yang digunakan dalam penelitian ini.
2. Pendapat, saran, penilaian, serta kritik yang Bapak/Ibu berikan sangat bermanfaat untuk perbaikan dan peningkatan kualitas media *VideoScribe* ini.
3. Sehubungan dengan hal tersebut, mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan, seperti contoh berikut:

NO.	PERNYATAAN	SKOR (S)			
		1	2	3	4
1.	Materi sesuai dengan tugas perkembangan				√

Skala Penilaian:

Skor =1 jika media *VideoScribe* tidak sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 2 jika sebagian kecil *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 3 jika sebagian besar media *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 4 jika media *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

4. Mohon untuk memberikan kesimpulan umum dari hasil penelitian terhadap media *VideoScribe* ini.
5. Atas bantuan dan kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

LEMBAR EVALUASI AHLI KONTEN

No.	Pernyataan	Skor (S)			
		1	2	3	4
1	Penyajian gambar dalam media pembelajaran sesuai dengan materi				
2	Sistematika penyajian materi tersusun dengan baik mulai dari hal yang umum hingga hal yang spesifik				
3	Media pembelajaran yang disajikan sesuai dengan tujuan pembelajaran				
4	Definisi <i>Self-Regulated Learning</i> sesuai dan mudah dipahami oleh siswa SMA				
5	Hal-hal mengenai aspek dan cara meningkatkan kemampuan <i>Self-Regulated Learning</i> sudah dijelaskan dengan baik sesuai dengan karakteristik peserta didik.				
6	Hal-hal mengenai aspek dan cara meningkatkan kemampuan <i>Self-Regulated Learning</i> sudah dijelaskan dengan baik dengan contoh-contoh yang sesuai.				
7	Menggunakan Bahasa Indonesia yang baik dan benar.				
8	Artikulasi bahasa jelas dan dapat dipahami.				
9	Tema yang digunakan sesuai dengan karakteristik siswa SMA.				
10	Materi yang disajikan sesuai dengan tujuan pembelajaran.				

11	Materi yang disajikan dalam media pembelajaran lengkap				
12	Penjelasan terkait karakteristik peserta didik yang memiliki kemampuan <i>Self-Regulated Learning</i> mudah dipahami				
13	Kesimpulan yang dibuat sudah menyeluruh				
TOTAL SKOR					
Keunggulan:			Kelemahan:		
KESIMPULAN:					
Berdasarkan penilaian:					
<input type="checkbox"/> Layak <input type="checkbox"/> Tidak Layak					

Digunakan sebagai <i>VideoScribe</i> untuk jenjang Sekolah Menengah Kejuruan	
Nama Validator	:
Instansi	:

LEMBAR EVALUASI PESERTA DIDIK

Materi Layanan : *Self-Regulated Learning*
 Sasaran Layanan : Peserta didik Kelas XI di SMA N 45 Jakarta
 Judul Penelitian : Pengembangan Videoscribe mengenai *Self-Regulated Learning* untuk Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 45 Jakarta
 Peneliti : Ahmad Gabriel

Petunjuk Pengisian

1. Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mendapatkan informasi Peserta Didik tentang *VideoScribe* mengenai *Self-Regulated Learning* yang digunakan dalam penelitian ini.
2. Pendapat, saran, penilaian, serta kritik yang saudara/i berikan sangat bermanfaat untuk perbaikan dan peningkatan kualitas media *VideoScribe* ini.
3. Sehubungan dengan hal tersebut, mohon kiranya saudara/i dapat memberikan tanda (√) pada kolom yang telah disediakan, sebagaimana contoh berikut:

NO.	PERNYATAAN	SKOR (S)			
		1	2	3	4
1.	<i>Teaser/opening</i> video menarik				√

Skala Penilaian:

Skor =1 jika media *VideoScribe* tidak sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 2 jika sebagian kecil *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 3 jika sebagian besar media *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

Skor = 4 jika media *VideoScribe* sesuai dengan pernyataan instrumen

4. Mohon untuk memberikan kesimpulan umum dari hasil penelitian terhadap media *VideoScribe* ini.
5. Atas bantuan dan kesediaan saudara/i untuk mengisi lembar evaluasi ini, saya ucapkan terimakasih.

LEMBAR EVALUASI PESERTA DIDIK

No.	Pernyataan	Skor (S)			
		1	2	3	4
1	Saya merasa bersemangat mempelajari Regulasi Diri dalam Belajar melalui media VideoScribe				
2	Media VideoScribe mengenai Regulasi Diri dalam Belajar meningkatkan minat belajar saya				
3	VideoScribe mengenai Regulasi Diri dalam Belajar berisikan animasi gambar, tulisan, serta musik latar yang menarik untuk tetap berkonsentrasi menyaksikan video				
4	Contoh-contoh yang ada dalam videoscribe sesuai dengan materi yang dijelaskan				
5	Materi mengenai Regulasi Diri dalam Belajar sangat saya butuhkan				
6	Materi Regulasi Diri dalam Belajar dalam VideoScribe dijelaskan dengan baik dan mudah dimengerti				
7	Setelah menyaksikan videoscribe mengenai Regulasi Diri dalam Belajar, saya memiliki keingintahuan untuk mempelajari lebih lanjut agar bisa menerapkan dalam kegiatan belajar sehari-hari				
8	Kegiatan pembelajaran BK mengenai Regulasi Diri dalam Belajar dengan menggunakan media VideoScribe sangat				

	menyenangkan				
TOTAL SKOR					

Lampiran 5 Data Hasil Uji Coba Peserta Didik

Hasil Uji Coba Peserta Didik

No	Nama	Jurusan	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	AF	XI IPS 1	3	4	4	4	4	3	4	3	
2	RA	XI IPS 1	4	3	3	4	4	4	3	4	
3	PS	XI MIPA 1	3	4	4	3	4	4	4	4	
4	DH	XI IPA 1	4	4	3	4	4	3	4	4	
5	AN	XI IPA 4	3	3	4	4	4	4	3	4	
6	SM	XI MIPA 4	3	4	4	4	4	4	4	4	
7	RH	XI IPS 2	4	4	4	3	4	3	3	4	
8	SP	XI IPS 2	4	4	3	4	3	4	4	4	
9	GK	XI MIPA 3	4	4	3	4	3	4	4	4	
10	IDN	XI MIPA 3	4	3	4	3	4	3	4	4	
11	NW	XI MIPA 3	4	4	3	3	4	4	3	4	
12	MC	XI MIPA 4	4	4	4	3	3	4	4	3	
SKOR TOTAL			44	45	43	43	45	44	44	46	
PERSENTASE (%)			91	93	89	89	93	91	91	95	
RERATA PERSENTASE (%)			91.5								

Lampiran 6 Kisi-Kisi Regulasi Diri dalam Belajar

KISI-KISI *SELF-REGULATED LEARNING*

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	NOMOR ITEM
<i>Self-Regulated Learning</i>	Metakognisi :		
	Metakognisi yang dimaksud adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.	<ul style="list-style-type: none"> • Merencanakan aktivitas belajar • Mengorganisasikan atau mengatur aktivitas belajar • Memonitor dan mengevaluasi aktivitas belajar 	<ul style="list-style-type: none"> • 1 • 2 • 3, 4
	Motivasi : Motivasi yang dimaksud merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu	<ul style="list-style-type: none"> • Kebutuhan dasar yang mengontrol kompetensi yang dimiliki 	<ul style="list-style-type: none"> • 5, 6
Perilaku : Perilaku yang dimaksud adalah upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar.	<ul style="list-style-type: none"> • Mengatur diri sendiri untuk mendukung aktivitas belajar • Memanfaatkan lingkungan untuk mendukung aktivitas belajar. • Menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar 	<ul style="list-style-type: none"> • 7 • 8 • 9 	

Kisi-Kisi Evaluasi Formatif

Variabel	<u>Indikator</u>	<u>Item</u>
Aspek Isi/ Materi	<u>Kejelasan Uraian</u>	<p>Sistematika penyajian materi tersusun dengan baik mulai dari hal yang umum hingga hal yang spesifik</p> <p>Sistematika penyajian materi tersusun dengan baik mulai dari hal yang umum hingga hal yang spesifik</p> <p>Definisi <i>Self-Regulated Learning</i> sesuai dan mudah dipahami oleh siswa SMA</p> <p>Hal-hal mengenai aspek dan cara meningkatkan kemampuan <i>Self-Regulated Learning</i> sudah dijelaskan dengan baik sesuai dengan karakteristik peserta didik.</p> <p>Tema yang digunakan sesuai dengan karakteristik siswa SMA.</p> <p>Materi yang disajikan sesuai dengan tujuan pembelajaran.</p>

		Penjelasan terkait karakteristik peserta didik yang memiliki kemampuan <i>Self-Regulated Learning</i> mudah dipahami
		Kesimpulan yang dibuat sudah menyeluruh
	<u>Kejelasan Contoh</u>	Hal-hal mengenai aspek dan cara meningkatkan kemampuan <i>Self-Regulated Learning</i> sudah dijelaskan dengan baik dengan contoh-contoh yang sesuai.
Aspek Media	<u>Ketajaman Gambar</u>	Video memiliki ketajaman gambar yang baik
	<u>Kesesuaian Gambar dan Animasi dengan Materi</u>	Gambar dan animasi sesuai dengan materi
	<u>Keterbacaan, tulisan, ukuran huruf, warna huruf</u>	Tulisan, ukuran huruf, warna huruf dapat terbaca dengan baik

Lampiran 7 Kisi-Kisi Regulasi Diri dalam Belajar Setelah Uji Coba

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	PERNYATAAN
Regulasi Diri dalam Belajar	Metakognisi : Metakognisi yang dimaksud adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar.	<ul style="list-style-type: none"> • Merencanakan aktivitas belajar • Mengorganisasikan atau mengatur aktivitas belajar • Memonitor dan mengevaluasi aktivitas belajar 	<ul style="list-style-type: none"> • Saya membuat jadwal belajar setiap hari • Belajar menjadi prioritas utama dibandingkan kegiatan lainnya • Saya merubah jadwal belajar karena dirasa tidak efektif
	Motivasi : Motivasi yang dimaksud merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu	<ul style="list-style-type: none"> • Kebutuhan dasar yang mengontrol kompetensi yang dimiliki 	<ul style="list-style-type: none"> • Mendapat juara memberi saya semangat untuk belajar • Saya ingin menjadi orang yang sukses karena saya memiliki kemampuan yang mendukung
	Perilaku : Perilaku yang dimaksud adalah upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang	<ul style="list-style-type: none"> • Mengatur diri sendiri untuk mendukung aktivitas belajar • Memanfaatkan lingkungan untuk mendukung aktivitas belajar. • Menciptakan lingkungan yang mendukung 	<ul style="list-style-type: none"> • Saya menepati jadwal belajar yang sudah dibuat • Saya belajar di malam hari karena suasananya mendukung • Saya

mendukung aktivitas belajar.	aktivitas belajar	membersihkan tempat saya belajar sebelum mulai belajar
---------------------------------	-------------------	--

Lampiran 8 Naskah *VideoScribe*

NASKAH *VIDEOSCRIBE* MENGENAI REGULASI DIRI DALAM BELAJAR

JUDUL : Regulasi Diri dalam Belajar

Sasaran : Kelas XI SMA N 45 Jakarta

Tujuan Umum :

Peserta didik dapat menjelaskan mengenai pengertian dan komponen dari regulasi diri dalam belajar dengan benar.

Tujuan Khusus :

- Peserta didik dapat menjelaskan pengertian dari regulasi diri dalam belajar dengan benar.
- Peserta didik dapat menjelaskan komponen dari regulasi diri dalam belajar dengan benar.
- Peserta didik dapat mengidentifikasi karakteristik peserta didik yang memiliki regulasi diri dalam belajar dengan benar

Apakah diantara kalian ada yang sudah mengetahui apa itu “Regulasi Diri dalam Belajar”?

Pengertian dari Regulasi Diri dalam Belajar adalah

Regulasi diri dalam belajar atau Regulasi Diri dalam Belajar merupakan kemampuan seorang peserta didik sebagai pembelajar untuk bisa aktif secara metakognitif (kesadaran dalam berpikir), motivasi, dan perilaku dalam proses belajar mereka.

(Barry J. Zimmerman)

Nah, apa saja sih bagian dari Regulasi Diri dalam Belajar itu? Yuk kita pelajari.

1. Metakognitif (kesadaran dalam berpikir)

Yang dimaksud dari metakognitif adalah kemampuan seorang individu dalam membuat rencana, mengatur, memberikan instruksi untuk dirinya sendiri, memantau dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajarnya.

Contoh :

Adit akan ada ulangan mata pelajaran matematika 2 minggu yang akan datang. Nah, Adit berpikir mengenai rencana belajarnya selama 2 minggu kedepan.

Rencana yang Adit buat adalah :

1. Mengurangi *chatting*, membuka media sosial, bermain *game*, ataupun menonton film.
2. Setiap 3 hari, target belajarnya adalah 1 bab.
3. Setiap hari meluangkan waktu sebanyak 3 jam untuk belajar. 2 jam mengerjakan PR dan belajar mata pelajaran lainnya, 1 jam lagi khusus belajar materi Matematika.
4. Membuat daftar ceklis setiap hari untuk mengetahui apakah ia melakukan sesuai rencana atau tidak.

Kemudian dia mengatur berbagai kegiatannya agar bisa fokus sesuai rencana. Dia juga bisa memberikan instruksi mengenai apa saja yang harus dilakukan sesuai rencananya. Nah selama itu pula adit memantau dan menilai proses belajarnya. Apakah sudah baik sesuai rencana? Atau masih ada yang perlu diperbaiki.

2. Motivasi

Nah, yang dimaksud motivasi di sini artinya peserta didik tersebut merasa bahwa dirinya mampu, memiliki keyakinan (*self-efficacy*), serta mandiri selama proses belajarnya.

Contoh :

“Adit sudah berhasil membuat rencana belajar nya selama seminggu kedepan untuk menghadapi ulangan Matematika. Maka ia harus percaya diri bahwa ia bisa melakukan semuanya secara mandiri dan bisa berjalan dengan baik sesuai rencana dan target yang dibuat.

3. Perilaku

Perilaku yang dimaksud adalah apa saja upaya yang dilakukan peserta didik untuk mengatur dirinya sendiri supaya mendukung kegiatan belajar, bisa memanfaatkan keadaan lingkungannya dalam proses belajar, serta bisa membuat lingkungan yang mendukung aktivitas belajar. Dalam bagian ini, peserta didik juga bisa mencari informasi dan penguatan dalam aktivitas belajarnya.

Contoh :

Adit melakukan beberapa hal untuk menambah semangat belajarnya sesuai dengan rencana yang ia buat. Ia tidak lupa untuk makan malam, melakukan ibadah, dan mendengarkan musik untuk menambah semangat belajarnya.

Nah, itu yang dilakukan Adit untuk menambah semangat belajarnya, karena setiap orang berbeda. Ada yang harus membersihkan kamar terlebih dahulu, mencari tempat yang sangat sunyi, dan lain-lain. Lalu apa cara menambah semangat belajar versi kalian?

Nah, apa sih pentingnya *Regulasi diri dalam belajar* itu?

Regulasi diri dalam belajar itu bisa membuat :

- Belajar jadi lebih efektif dan menyenangkan
- Mencegah prokrastinasi (kebiasaan menunda-nunda pekerjaan)
- Hasil belajar jadi lebih maksimal

Wah, terus gimana ya ciri-ciri peserta didik yang memiliki *Regulasi diri dalam belajar* itu?

- Memiliki semangat menambah pengetahuan
- Memiliki motivasi belajar yang stabil
- Memiliki pengetahuan untuk mengatur emosi dan *mood*
- Bisa memantau kemajuan belajarnya
- Bisa melaksanakan rencana dan memperbaiki rencana belajarnya jika diperlukan
- Bisa tahu dan mengatasi apa saja halangan dalam kegiatan belajarnya.

Apakah kalian sudah masuk ke dalam kriteria tersebut?

Cara memiliki Regulasi Diri dalam Belajar :

- Sadar bahwa mengatur diri dalam belajar adalah hal yang penting
- Mampu membuat rencana dalam belajar yang baik
- Percaya diri bahwa mampu melaksanakan rencana belajar yang telah dibuat dengan baik
- Melakukan rencana belajar yang telah dibuat dengan mempersiapkan hal-hal pendukungnya.

Nah, berikut ini kesimpulan mengenai *Regulasi diri dalam belajar* :

Regulasi diri dalam belajar atau regulasi diri dalam belajar merupakan kemampuan seorang peserta didik sebagai pembelajar untuk bisa aktif secara metakognitif (kesadaran dalam berpikir), motivasi, dan perilaku dalam proses belajar mereka, sehingga kegiatan belajar bisa lebih efektif dan hasilnya maksimal.

Sekian, dan terima kasih.

Lampiran 9 Cover CD dan Buku Petunjuk

COVER CD



UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
BIMBINGAN KONSELING

AHMAD GABRIEL
1715140202

METAKOGNITIF
KEGADARAN KALAH BERPIKIR

MENGUAT BENCANA, MEMBUAT, MEMBERI PROTRUKSI
PENGANTAL GADRENSEYALALASI
DIRINYA TENDON DALAM AKTIVITI BELAJARNYA

VIDEOSCRIBE
REGULASI DIRI
DALAM BELAJAR
SELF-REGULATED LEARNING
UNTUK KELAS XI SMAN 45

APAPA PONTONNYA?

MENELAKUKEKORAT MENEMBAH
PONTON BAKU

MENELAKUKEKORAT BELAJAR (MELAKUKEKORAT)
MENDALAM BELAJAR

TUJUAN BIMBINGAN KLASIKAL

TUJUAN UMUM:
PESERTA DIDIK DAPAT MENJELASKAN
PENGERTIAN, KOMPONEN SERTA
MANFAAT DARI REGULASI DIRI DALAM
BELAJAR DENGAN BENAR.

TUJUAN KHUSUS:
PESERTA DIDIK DAPAT MENJELASKAN:
• PENGERTIAN
• KOMPONEN
• MANFAAT
• KARAKTERISTIK
REGULASI DIRI DALAM BELAJAR

VIDEOSCRIBE REGULASI DIRI DALAM BELAJAR
DILENGKAPI DENGAN PENGERTIAN,
KOMPONEN, MANFAAT, DAN KARAKTERISTIK
REGULASI DIRI DALAM BELAJAR.
VIDEOSCRIBE INI DAPAT MEMBANTU PESERTA
DIDIK MENOPTIMALKAN REGULASI DIRI
DALAM BELAJARNYA

AHMAD GABRIEL
1715140202

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

REGULASI DIRI DALAM BELAJAR

AHMAD GABRIEL | 1715140202

COVER BUKU PETUNJUK



Universitas Negeri Jakarta
Bimbingan dan Konseling

Ahmad Gabriel
1715140202

BUKU PANDUAN PETUNJUK PENGGUNAAN CD VIDEOSCRIBE REGULASI DIRI DALAM BELAJAR



Lampiran 10 Rencana Pelaksanaan Layanan

Rencana Pelaksanaan Layanan

Bimbingan Kelas Besar/Lintas Kelas

Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2018-2019

A	Komponen Layanan	Layanan dasar
B	Bidang Layanan	Belajar
C	Topik Layanan	Regulasi Diri dalam Belajar
D	Fungsi Layanan	Pemahaman
E	Tujuan Umum	Peserta didik dapat menjelaskan mengenai pengertian dan komponen dari regulasi diri dalam belajar dengan benar.
F	Tujuan Khusus	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dapat menjelaskan pengertian dari regulasi diri dalam belajar dengan benar. • Peserta didik dapat menjelaskan komponen dari regulasi diri dalam belajar dengan benar. • Peserta didik dapat mengidentifikasi karakteristik peserta didik yang memiliki regulasi diri dalam belajar dengan benar
G	Sasaran Layanan	Kelas XI/Ganjil

H	Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian regulasi diri dalam belajar 2. Komponen regulasi diri dalam belajar 3. Manfaat regulasi diri dalam belajar
I	Waktu	1 x 45 menit
J	Sumber	<ul style="list-style-type: none"> • Zimmerman, B. J. (1989). A Sosial Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. <i>Journal of Educational Psychology</i>, 81(3), 329-339. • Zimmerman, B. J. (1990). Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview. <i>Educational Psychologist</i>, 29, 3-17. • Sari, D. N. (2013). Hubungan Antara Stres Terhadap Guru Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta. <i>Empathy</i>, 02, 863-879.
K	Metode/Teknik	<ul style="list-style-type: none"> • Metode <i>two stay two stray</i>
L	Media/Alat	Laptop, LCD <i>Projector</i> , PPT, <i>Speaker</i>
M	Pelaksanaan	
	1. Tahap Awal/Pendahuluan	
	a. Pernyataan tujuan	Menjelaskan tujuan pemberian layanan, yaitu supaya peserta didik bisa paham

		mengenai regulasi diri dalam belajar
	b. Penjelasan tentang kegiatan	Menjelaskan bahwa dalam kegiatan kali ini kita akan membahas mengenai regulasi diri dalam belajar
	c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Memberikan arahan tiap awal kegiatan akan dilakukan
	d. Tahap peralihan (transisi)	Menanyakan kesiapan peserta didik, kemudian masuk ke tahap inti
	2. Tahap Inti	
	e. Kegiatan peserta didik dan guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru BK menayangkan <i>VideoScribe</i> mengenai regulasi diri dalam belajar. 2. Guru BK meminta tanggapan mengenai video yang ditayangkan 3. Guru BK menjelaskan regulasi diri dalam belajar dengan media PPT 4. Guru BK membagi kelompok dengan masing-masing beranggotakan 4 orang 5. Guru BK membagikan lembar kerja peserta didik yang harus diisi secara kelompok 6. Guru BK meminta dua orang dari setiap kelompok pindah ke kelompok lain dan yang dua lainnya tetap berada di posisi untuk menjelaskan jawaban kelompok mereka kepada kelompok

		<p>tamu</p> <p>7. Guru BK meminta peserta didik kembali ke kelompok masing-masing</p>
	3. Tahap Penutup	
		<p>1. Guru BK mengajak peserta didik membuat kesimpulan yang terkait dengan materi pentingnya regulasi diri dalam belajar</p> <p>2. Guru BK menyampaikan materi layanan yang akan datang</p> <p>3. Guru BK mengakhiri kegiatan dengan salam</p>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <p>1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</p> <p>2. Sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan</p> <p>3. Cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya</p> <p>4. Cara peserta didik memberikan</p>

		penjelasan dari pertanyaan guru BK
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi setelah mengikuti kegiatan klasikal, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Merasakan suasana pertemuan : menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan. 2. Topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting 3. Cara Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor menyampaikan : mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami 4. Kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti
	Lampiran	Terlampir
	1. Uraian Materi	

Lampiran 1. Uraian Materi

Pengertian dari Regulasi Diri dalam Belajar adalah :

Regulasi diri dalam belajar atau Regulasi Diri dalam Belajar merupakan kemampuan seorang peserta didik sebagai pembelajar untuk bisa aktif secara metakognitif (kesadaran dalam berpikir), motivasi, dan perilaku dalam proses belajar mereka (Barry J. Zimmerman).

Komponen Regulasi Diri dalam Belajar :

1) Metakognisi

Metakognisi adalah kesadaran dan pengetahuan tentang pemikiran seseorang. Kelemahan peserta didik dalam pembelajaran dikaitkan dengan kurangnya kesadaran metakognitif tentang keterbatasan pribadi dan ketidakmampuan untuk memberi kompensasi (Zimmerman, 2002). Metakognisi yang dimaksud adalah kemampuan individu dalam merencanakan, mengorganisasikan atau mengatur, menginstruksikan diri, memonitor dan melakukan evaluasi dalam aktivitas belajar (Adicondro & Purnamasari, 2011). Proses metakognisi memungkinkan seseorang untuk menyadari, mengetahui, dan menentukan pendekatan yang sesuai dengan dirinya dalam proses pembelajaran (Zimmerman, 1990). Misalnya, seorang peserta didik yang memiliki pengetahuan untuk dapat memutuskan strategi yang harus digunakan dalam menghadapi tugas-tugas tertentu (Alfina, 2014).

2) Motivasi

Motivasi yang dimaksud merupakan fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan perasaan kompetensi yang dimiliki setiap individu. Menurut Zimmerman secara motivasional, individu yang belajar merasa bahwa dirinya kompeten, memiliki keyakinan diri (*self-efficacy*) dan memiliki kemandirian (Fasikhah & Fatimah, 2013).

3) Perilaku

Perilaku yang dimaksud adalah upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan lingkungan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas belajar (Adicondro & Purnamasari, 2011). Individu mencari informasi, saran dan tempat untuk belajar. Individu juga memberi instruksi serta penguatan diri selama pembelajaran berlangsung (Zimmerman, 1990).

Karakteristik Peserta Didik yang Memiliki Regulasi Diri dalam Belajar :

- Memiliki semangat menambah pengetahuan
- Memiliki motivasi belajar yang stabil
- Memiliki pengetahuan untuk mengatur emosi dan *mood*
- Bisa memantau kemajuan belajarnya
- Bisa melaksanakan rencana dan memperbaiki rencana belajarnya jika diperlukan
- Bisa tahu dan mengatasi apa saja halangan dalam kegiatan belajarnya.

Manfaat Memiliki Regulasi Diri dalam Belajar :

- Belajar jadi lebih efektif dan menyenangkan
- Mencegah prokrastinasi (kebiasaan menunda-nunda pekerjaan)
- Hasil belajar jadi lebih maksimal

Lampiran 11 Lembar Saran atau Komentar Sidang Skripsi

Lembar Saran dan Komentar Dosen Penguji Sidang Skripsi