

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hasil belajar

Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya (Sudjana, 1995: 22). Dimiyati (2002), memberikan pendapat bahwa hasil belajar merupakan hasil dari suatu interaksi tindak belajar dan tindak mengajar. Bagi guru, hasil belajar adalah suatu pencapaian tujuan pengajaran. Bagi siswa, hasil belajar adalah peningkatan kemampuan mental siswa. Seorang ahli pendidikan, Gagne (dalam Dimiyati, 2002: 3), berpendapat bahwa hasil belajar terdiri dari informasi verbal, keterampilan intelek, keterampilan motorik, sikap, dan siasat kognitif.

Menurut pendapat Bloom (dalam Sudjana, 1995: 22), hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku yang meliputi tiga aspek, yaitu ranah kognitif (hasil belajar intelektual), ranah afektif (sikap), dan ranah psikomotorik (keterampilan dan kemampuan). Dari beberapa batasan mengenai hasil belajar di atas, dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah perubahan tingkah laku siswa secara menyeluruh baik dari segi kognitif, afektif, maupun psikomotorik setelah dilakukannya proses belajar.

2. Pengertian fisika

Fisika merupakan ilmu pengetahuan tentang kejadian maupun unsur-unsur alam yang didasarkan atas penelitian dan penalaran logis. Fisika dapat menganalisa dan menerangkan stuktur dan peristiwa alam yang kemudian dirumuskan menjadi pengertian-pengertian (konsep-konsep), hipotesis, hukum, teori, dan persamaan-persamaan matematika sebagai terjemahan dari hukum fisika.

Dalam KTSP disebutkan bahwa tujuan fisika yakni mengamati, memahami, dan memanfaatkan gejala-gejala alam yang melibatkan zat (materi) dan energi sehingga fisika sebagai sains berkaitan dengan cara mencari tahu tentang alam

secara sistematis, dan bukan hanya kumpulan pengetahuan berupa fakta-fakta, konsep-konsep, prinsip-prinsip saja tetapi juga merupakan penemuan.

Fisika merupakan mata pelajaran yang dianggap sulit oleh sebagian siswa, untuk itu diperlukan kesiapan dalam belajar agar ilmu yang dipelajari bisa diterima secara optimal. Persiapan siswa dalam belajar merupakan kebutuhan pokok yang harus dipenuhi oleh siswa dalam mencapai hasil belajar. Djamarah (2002:35), menyatakan bahwa “kesiapan untuk belajar jangan hanya diterjemahkan siap dalam arti fisik, tetapi juga diartikan dalam arti psikis dan materil”. Kesiapan fisik misalnya kondisi badan yang sehat dan bugar. Kesiapan psikis misalnya ada hasrat untuk belajar, dapat berkonsentrasi, dan ada motivasi intrinsik. Kesiapan materil misalnya ada bahan yang dipelajari atau dikerjakan berupa buku bacaan, catatan pelajaran, modul dan *job sheet* untuk pembelajaran praktek. Kesiapan siswa dalam belajar merupakan kondisi diri siswa yang telah dipersiapkan untuk melakukan suatu kegiatan belajar. Kesiapan diri siswa akan melahirkan perjuangan untuk mencapai apa yang dicita-citakan.

3. *Self-Regulated Learning*

Dalam mengembangkan diri saat proses pembelajaran, seorang siswa hendaknya memiliki kemampuan untuk dapat mengelola aktivitas atau kegiatan belajarnya secara optimal guna tercapainya tujuan belajar yang diharapkan. Untuk itu, mereka membutuhkan suatu strategi yang mampu mengatur proses belajarnya sehingga dapat menunjang keberhasilan dalam belajar. Strategi tersebut adalah *Self-Regulated Learning (SRL)*.

Pemahaman mengenai *SRL* menurut Johnson (2002: 83), sebenarnya dapat dimulai dengan melakukan pemahaman tentang frase “*self regulated*” yang memiliki pengertian bahwa siswa itu aktif dan bertanggung jawab terhadap kebutuhan belajarnya sendiri, seperti disampaikan berikut:

“Such learners are “self-regulated- self-governing. They make their own decision and accept responsibility for them. Their learning is also “regulated”- that is, it is adjusted to, done in relation to, something else. They regulate, they adjust, their action in relation to a significant purpose”.

Penjelasan tersebut menunjukkan adanya kesadaran diri siswa untuk mengatur diri sendiri. Kesadaran ditunjukkan dengan penekanan pada kata “self” yang mengatur segala aktivitas belajarnya. Mereka membuat keputusan dan menerima segala resiko yang harus ditanggung. Untuk itu, belajar mereka pun “diatur” yaitu mereka menyesuaikan materi dengan strategi belajar tertentu, atau melakukan sesuatu dalam rangka memperdalam pemahaman materi, dan sebagainya.

Selain itu Schunk (2008), menyatakan bahwa *Self-Regulated Learning* terjadi ketika siswa secara sistematis mengatur tingkah laku dan kognitif mereka sendiri, seperti dijelaskan berikut:

“Self-regulated learning occurs when students systematically govern their behavior and cognition by attending to instruction, processing and integrating knowledge, rehearsing information to be remembered, and developing and maintaining positive beliefs about learning capabilities and anticipated outcomes of their action”.

Sehubungan dengan hal tersebut Pintrich (dalam Wangid, 2004), mendefinisikan *SRL* sebagai berikut:

“Active, constructive process where by learners set goals for their learning and then attempt to monitor, regulated, and control their cognition, motivation, and behavior, guided and constrained by their goals and contextual features of the environment. These self-regulatory activities can mediate the relationship between individuals and the context, and their overall achievement”.

Berdasarkan perspektif di atas, dapat dipahami bahwa penerapan *SRL* dalam proses belajar siswa akan memberikan wahana untuk mengatur segala pemikiran ataupun perilaku dalam menghadapi lingkungan dan dalam memperoleh prestasi yang maksimal.

Zimmerman dan Schunk (2008), menjelaskan ada beberapa aktifitas siswa yang memiliki *Self-Regulated Learning* tinggi yaitu sebagai berikut:

1) *Finishing homework assignments by deadlines.* 2) *Studying when there are other interesting things to do.* 3) *Concentrating on school subject.* 4) *Taking useful class notes of class instruction.* 5) *Using the library for information for class assignments.* 6) *Effectively planning schoolwork.* 7) *Effectively organizing schoolwork.* 8) *Remembering information presented in class and textbooks.* 9) *Arranging a place to study at home without distraction.* 10) *Motivating oneself to do schoolwork.* 11) *Participating in class discussions.*

Dengan kemampuan mengatur kegiatan belajarnya sendiri seperti yang dipaparkan di atas, siswa memiliki kesiapan untuk menerima ilmu yang akan dipelajari sehingga memperoleh hasil belajar yang maksimal.

Komponen *Self-Regulation Learning*

Di dalam situs <http://www.utexas.edu/courses/svinicki/ald320/srlohs.html> disebutkan ada tiga komponen dalam *Self-Regulation*, yaitu:

1. Kemampuan mengatur kognisi (*Self-Regulation of Cognition*)

Kemampuan kognitif yang berupa kegiatan dan kemampuan memonitor dan menggunakan strategi belajar dan mengingat. Kegiatannya berupa menganalisis tugas-tugas, menetapkan tujuan belajar, menetapkan strategi belajar, memonitor dan menyesuaikan strategi belajar. Sehingga bagi siswa yang memiliki strategi kognitif positif akan menunjukkan memproses bahan pelajaran mendalam, melakukan pengulangan (*rehearsal*), melakukan perluasan (*elaboration*), dan mengorganisasikan bahan pelajaran dengan baik. Sedangkan siswa yang negatif strateginya akan bertindak secara serampangan dalam memahami materi atau dengan kata lain memproses bahan pelajaran secara dangkal (*shallow processing*), hanya melakukan hapalan.

2. Kemampuan mengatur motivasi dan emosi (*Self-Regulation of Motivation and Emotion*)

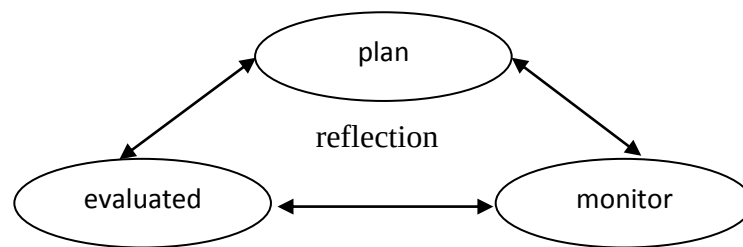
Melakukan monitoring dan modifikasi kondisi motivasi dan reaksi-reaksi emosi sehingga mendukung usaha dan belajarnya. Siswa yang memiliki strategi positif akan menunjukkan penguasaan tujuan, memonitor dengan “*self talk*”, melengkapi secara realistis, merasa mampu untuk belajar, sedangkan yang negatif strateginya adalah tujuannya hanya sementara (nilai), bersifat pesimis, merasa tidak mampu (*self handicapping*), belajar dengan tidak berpengharapan dan tidak bergairah.

3. Kemampuan mengatur perilaku (*Self-Regulation of Behavior*)

Memonitor, menyusun dan mengalokasikan sumber-sumber yang meliputi waktu, tenaga, dan materi untuk memaksimalkan kenyamanan belajar dan

efisiensi. Sehingga mereka yang positif strateginya akan menyadari perlunya perencanaan waktu, mengelola penggunaan waktu secara tertib, bekerja pada tempatnya dan memperhatikan istirahat, makan, dan relaksasi. Sedangkan yang negatif strateginya tidak mengorganisasi waktu, melakukan pemaksaan dalam belajar (*cramming*), tidak memperhatikan istirahat, tidak memperhatikan soal makan.

Seperti yang dikutip oleh Wangid menjelaskan ada tiga tipe fase utama dalam *SRL* yang dikonseptualisasikan dalam gambar berikut:



Gambar 2.1

Cycle of Self-Regulated Learning

Sumber: Wangid (2004:10)

Lebih lanjut Wangid (2004), menjelaskan terdapat tiga fase utama dalam penerapan lingkaran *SRL*, yaitu:

1. Fase perencanaan

Fase perencanaan dari *SRL* menetapkan tahap untuk belajar. Selama fase ini siswa melakukan:

- a. Menganalisis tugas belajar
- b. Menetapkan tujuan (yakinkan bahwa tujuan belajar sudah dipahami secara jelas)
- c. Menetapkan strategi belajar (pertimbangkan suatu variasi tentang cara mendekati tugas belajar)

Maka siswa harus dibiasakan untuk bertanya tentang:

- a. Apa tujuan dari tugas itu?
- b. Strategi lain apa yang efektif dengan jenis tugas itu?

2. Fase monitoring

Selama fase monitoring siswa harus menerapkan rencana dari fase pertama, sambil monitoring dilakukan maka kemajuan belajar juga harus diperhatikan untuk mencapai tujuan. Oleh karena itu, siswa harus dibantu untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan ini:

- a. Apakah strategi yang direncanakan sudah digunakan
- b. Apakah tidak terpeleset kembali lagi kepada kebiasaan yang lama?
- c. Apakah perhatian tetap terfokus?
- d. Apakah strategi yang ditetapkan berjalan dengan baik ataukah memerlukan penyesuaian?

3. Fase evaluasi

Selama fase evaluasi siswa dibantu untuk menentukan tingkat kebaikan strategi yang dipilih, melalui pemahaman mengenai:

- a. Penggunaan strategi sudah sesuai/semestinya?
- b. Bagaimana strategi itu telah berjalan?
- c. Cocokkah strategi dengan jenis tugas belajar?

4. Refleksi

Refleksi bukanlah langkah keempat yang terpisah dengan lingkaran SRL, melainkan dilakukan selama proses lingkaran SRL. Selanjutnya, disarankan juga bahwa siswa agar meletakkan refleksi sebagai suatu strategi atau keterampilan yang berjalan pada strategi-strategi yang lain. Bertanya pada diri sendiri (*self-questioning*) akan mempermudah proses refleksi.

Schunk dan Zimmerman (Wangid, 2004), mengatakan bahwa *SRL* dapat diajarkan melalui berbagai cara pengajaran. Selanjutnya, Zimmerman memberikan bentuk penerapan *SRL* yang mirip dengan yang dikemukakan di atas, yaitu suatu model yang disebut dengan Model Siklis berikut ini.

1. Tahap pertama, memonitor dan mengevaluasi diri.

Terjadi ketika siswa menentukan keefektifan metode belajarnya.

Penerapan guru dengan:

- a. Memonitor aspek-aspek khusus belajar, seperti tugas-tugas membaca, catatan, persiapan ujian, dan sebagainya.
 - b. Memberikan tugas harian untuk mengembangkan keterampilan dan ulangan mingguan untuk menilai keefektifan metode belajar siswa
 - c. Mengganti fokus dari menilai ketepatan semata kepada proses belajarnya. Setelah diskusi tentang strategi belajar dan hasilnya, siswa kemudian mengevaluasi dan memonitor apa yang telah dilakukan, kemudian membuat saran untuk perbaikan belajarnya.
2. Tahap kedua, menetapkan tujuan dan strategi perencanaan
Setelah siswa mengetahui perencanaan belajarnya, guru:
 - a. Guru menekankan hubungan metode belajar dengan hasilnya dan siswa di dorong untuk mencapai/memenuhi sarannya sendiri.
 - b. Guru menyarankan strategi khusus yang mungkin berguna bagi siswa untuk meningkatkan cara belajarnya, namun siswa bisa juga mengembangkan sendiri strateginya.
3. Tahap ketiga, penerapan strategi dan monitoring
Penerapan guru dengan:
 - a. Meminta siswa untuk memonitor sampai seberapa jauh strategi yang baru diterapkan.
 - b. Memfasilitasi kesempatan bagi siswa untuk mengukur penerapan strategi yang baru.
4. Tahap keempat, memonitor hasil strategi
Suatu ketika siswa akan sampai pada tahap telah terasimilasi dengan strategi belajar yang baru, maka diperlukan monitoring hasil strategi, perlakuan guru:
 - a. Meminta masing-masing siswa untuk memonitor keefektifan strategi yang digunakan dan mendorong mereka untuk mengoptimalkan prestasi dengan berbagai strategi belajar dan kombinasinya.
 - b. Memfasilitasi kesempatan bagi siswa untuk mengukur penerapan strategi yang baru dan membenahinya bila ada yang kurang tepat.

Dengan demikian, *SRL* adalah kemampuan siswa untuk mengatur cara belajarnya sendiri. Proses *SRL* meliputi tiga tahap: tahap pertama perencanaan yaitu menentukan tujuan, merencanakan waktu belajar, dan merencanakan strategi belajar; tahap kedua monitoring, pada tahap ini, siswa mengawasi sendiri pelaksanaan rencana-rencana yang telah dibuat; tahap ketiga evaluasi, yaitu menilai kesesuaian strategi yang telah dilaksanakan. Sebagai tambahan, tahap refleksi yang membuat siswa dapat menghubungkan antara hal yang diketahui dan yang dikerjakan.

B. Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian teori di atas, fisika merupakan mata pelajaran yang dianggap sulit oleh sebagian siswa. Oleh karena itu, diperlukan kesiapan diri siswa sebelum memulai pelajaran. Siswa yang sudah dalam kondisi siap ketika pelajaran berlangsung akan menerima ilmu lebih optimal, dan pastinya hasil belajar menjadi lebih baik. Pendekatan *Self-Regulated Learning* merupakan pendekatan yang memacu bagaimana siswa mengatur cara belajarnya sendiri. *Self-Regulated Learning* meningkatkan motivasi dan kesiapan siswa ketika belajar di kelas. Jadi, pendekatan *Self-Regulated Learning* adalah salah satu pendekatan yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

C. Hipotesis Tindakan

Hipotesis dalam penelitian tindakan kali ini adalah sebagai berikut: *Self-Regulated Learning* dapat meningkatkan hasil belajar fisika siswa di kelas X MAN 3 Jakarta.

Operasionalisasi Tindakan

Penelitian ini direncanakan dalam 3 siklus, masing-masing siklus terdiri dari 3 pertemuan tatap muka. Setiap pertemuan guru menerapkan strategi *Self-Regulated Learning*, langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

- Setiap pertemuan setelah kegiatan apersepsi, siswa diberi kesempatan kurang lebih 5 menit untuk mengisi tabel *Self-Regulated Learning* bagian

“Perencanaan”, yang terdiri dari materi yang akan dipelajari, tujuan belajar, dan strategi belajar yang akan digunakan.

- Selama kegiatan berlangsung siswa memonitoring proses belajarnya dengan mengisi tabel *Self-Regulated Learning* bagian “Monitoring”, dalam hal ini guru ikut mengawasi kegiatan monitoring siswa.
- Setelah kegiatan evaluasi materi pelajaran pada bagian penutup, guru dan siswa melakukan evaluasi terhadap proses belajar dengan mengisi tabel bagian “Evaluasi”. Kegiatan ini berlangsung sekitar 5 menit.
- Setelah evaluasi proses belajar, siswa diberi waktu 5 menit untuk melakukan refleksi yaitu dengan mencatat rencana perbaikan yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya pada tabel bagian “Refleksi”.
- Selama kegiatan belajar berlangsung, peneliti memonitor aspek-aspek khusus belajar, seperti tugas-tugas membaca, catatan, persiapan ujian, dan sebagainya.

Peneliti memberikan tugas harian untuk mengembangkan keterampilan siswa dan ulangan mingguan untuk menilai keefektifan metode belajar siswa.