

Penguatan *Self-Regulation Learning* sebagai Strategi Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMP AVISENA

Oleh:

Yafiar Salim Yudhoyono

Dwi Nastiti

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

januari 2026



Pendahuluan

Motivasi belajar merupakan faktor penting yang memengaruhi keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Hasil survei awal di SMP Avisena menunjukkan masih terdapat siswa dengan motivasi belajar rendah, ditandai kurangnya ketekunan, inisiatif, dan partisipasi aktif. Salah satu strategi yang dinilai relevan untuk meningkatkan motivasi belajar adalah penguatan *Self-Regulated Learning* (SRL), yaitu kemampuan siswa mengatur, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Apakah penguatan *Self-Regulated Learning* melalui psikoedukasi dapat meningkatkan motivasi belajar siswa SMP Avisena
- Apakah terdapat perbedaan motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi penguatan SRL

Metode

- **Pendekatan:** Kuantitatif
- **Desain:** Pre-eksperimen (One Group Pretest–Posttest)
- **Subjek:** 32 siswa kelas VIII (motivasi rendah & sangat rendah)
- **Teknik Sampling:** Purposive sampling

Hasil

Hasil analisis menunjukkan rata-rata skor motivasi belajar siswa meningkat dari 76,53 pada pretest menjadi 83,59 pada posttest. Uji *paired sample t-test* menghasilkan nilai $t = -5,147$ dengan signifikansi $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara motivasi belajar sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi penguatan SRL.

- Rata-rata **pretest**: 76,53
- Rata-rata **posttest**: 83,59
- Terjadi peningkatan motivasi belajar siswa

Pembahasan

Peningkatan motivasi belajar siswa menunjukkan bahwa psikoedukasi penguatan SRL efektif membantu siswa mengelola tujuan belajar, fokus, dan refleksi diri. Siswa menjadi lebih terlibat aktif dalam proses pembelajaran karena memiliki kontrol terhadap strategi dan perilaku belajarnya. Temuan ini mendukung teori SRL yang menyatakan bahwa kemampuan regulasi diri berperan penting dalam meningkatkan motivasi intrinsik siswa.

Temuan Penting Penelitian

Temuan utama penelitian ini adalah bahwa penguatan *Self-Regulated Learning* secara signifikan meningkatkan motivasi belajar siswa SMP. Program psikoedukasi berbasis permainan dan refleksi diri terbukti membantu siswa meningkatkan ketekunan, fokus belajar, serta kepercayaan diri dalam menghadapi tugas akademik.

Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan manfaat praktis bagi guru dan sekolah sebagai dasar pengembangan strategi pembelajaran yang menekankan kemandirian belajar siswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi layanan bimbingan dan konseling dalam merancang program psikoedukasi untuk meningkatkan motivasi belajar siswa secara berkelanjutan.

Referensi

Yudhoyono, Y. S., & Nastiti, D. (2025). *Penguatan Self-Regulated Learning sebagai Strategi Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMP Avisena*.

Henry & Liu (2024); Nuryana & Wahyuni (2025); Salzabillah & Wicaksono (2024).

