

[The Effect of Self Regulated Learning on Academic Boredom of Student at SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin]

[Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Academic Boredom Peserta Didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin]

Widiyanti¹⁾, Ghozali Rusyid Affandi ^{*,2}

¹⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi : ghozali@umsida.ac.id

Abstract. *The purpose of this study is to determine the influence of Self Regulated Learning on Academic Boredom in students at SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin.. This study uses a simple linear regression analysis method. The measurement tool used is a questionnaire consisting of two scales, namely, the self-regulated learning scale using the adaptation scale Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ) by Carey, Neal and Collins (2004) totaling 22 items which refers to the theory developed from the self-regulation questionnaire by Miller and Brown (1991). Meanwhile, academic Boredom uses a scale adapted from The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI) developed by Sharp et.al. [23]. This scale has 31 items. The subjects in this study amounted to 105 people (N=105) who were a mix of male and female students of boarding schools at SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. The results of this study show that the influence of variable X, namely self-regulated learning, on variable Y, namely academic boredom is relatively high, where the R Square value is 0.164. So R Square = $0.164 \times 100\% = 16.4\%$. Self-regulated learning can affect academic boredom in students of SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Meanwhile, 83.6%, academic boredom is influenced by other factors.*

Keywords - Self Regulated Learning; Academic Boredom; Student Bording School

Abstrak. *Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Self Regulated Learning terhadap Academic Boredom pada peserta didik di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin.. Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linier sederhana. Adapun alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari dua skala, yaitu, skala self-regulated learning menggunakan skala adaptasi Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ) oleh Carey, Neal dan Collins (2004) berjumlah 22 item yang mengacu teori yang dikembangkan dari self-regulation questionnaire oleh Miller dan Brown (1991). Sementara academic Boredom menggunakan skala yang diadaptasi dari The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI) yang dikembangkan oleh Sharp et.al. [23]. Skala ini memiliki 31 item. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 105 orang (N=105) yang merupakan campuran siswa putra dan siswi putri sekolah berasrama di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Hasil dari penelitian ini menunjukkan pengaruh variabel X yaitu self-regulated learning terhadap variabel Y, yakni academic boredom adalah tergolong tinggi, dimana nilai R Square sebesar 0,164. Jadi R Square = $0,164 \times 100\% = 16.4\%$. Self-regulated learning dapat mempengaruhi academic boredom pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Sedangkan, 83,6%, academic boredom dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.*

Kata Kunci - Self Regulated Learning; Academic Boredom; Siswa SMP Bording School

I. PENDAHULUAN

Dunia pendidikan merupakan dunia untuk menuntut ilmu dimana selalu berhubungan dengan keseharian peserta didik. Setiap harinya peserta didik melakukan kegiatan belajar mengajar seperti memperhatikan guru menjelaskan di depan kelas dan kemudian mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru selain itu juga mengikuti ulangan atau ujian. Dalam kegiatan belajar mengajar, pengerjaan tugas hingga mempersiapkan diri untuk ujian yang memerlukan kesiapan secara penuh baik bersifat motorik, kognitif serta afektif. Peserta didik memulai hari untuk melakukan kegiatan belajar mengajar secara akademis sehari penuh yaitu dari pagi hingga sore hari bahkan sampai pagi lagi. Kemudian ditambah oleh bimbingan belajar maupun kegiatan yang lainnya yang bersifat akademis. Rutinitas itu yang mengakibatkan siswa menjadi bosan, capek, tidak nyaman dan lainnya. Dengan begitu, siswa harus bisa mengatur kondisi dirinya dengan baik agar bisa melakukan setiap kegiatan yang bersifat akademis dengan efektif (Wati & Firman, 2017).

Menyadari kondisi ini, pemerintah berupaya untuk menyelenggarakan pendidikan yang lebih berkualitas dengan mengutamakan penanaman nilai-nilai karakter melalui penerapan full day school sebagai upaya membantu para orang tua yang minim waktu untuk mendidik anak-anaknya di rumah (Danil, 2018) bahkan sekolah berasrama atau boarding school. Menurut Arsy (dalam Ulfiani, 2012) sekolah berasrama adalah sekolah dimana para siswa, guru,

serta pengelola sekolah tinggal pada satu lingkungan yang sama yaitu di asrama dalam kurun waktu tertentu biasanya satu semester diselingi dengan berlibur dan akan terus tinggal bersama sampai menamatkan sekolahnya.

Salah satu sekolah berasrama di Sidoarjo Jawa Timur pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin Sidoarjo. Sekolah tersebut mengintegrasikan kurikulum dinas, Muhammadiyah dan pesantren untuk mendampingi semua peserta didik dalam 24 jam. Sekolah ini mewajibkan seluruh peserta didiknya untuk berasrama tidak ada yg reguler meskipun tempat tinggal dekat dan saat ini dengan jumlah peserta didik tahun ajaran 2024/2025 sebanyak 147 putra dan putri.

Peserta didik diharapkan bisa mengikuti pembelajaran baik yang diadakan di sekolah maupun asrama dengan peraturan yang sudah ditetapkan dengan mandiri dari bangun tidur sampai tidur lagi tentunya peserta didik harus beradaptasi dengan baik pada segala bentuk peraturan sekolah yang berlaku dan juga harus dapat beradaptasi dengan budaya yang berlaku di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Hal ini lah yang akhirnya menimbulkan masalah pada peserta didik khususnya adalah masalah pribadi pada peserta didik.

Sebagaimana disampaikan Astuti (2020) jika otak digunakan terus menerus serta mendapat tekanan-tekanan baik dalam diri ataupun luar diri mereka (lingkungan) untuk mencapai prestasi belajar maksimal terkadang membawa peserta didik pada batas kemampuan jasmaninya. Tentunya dari kelelahan pada peserta didik tidak dapat dibiarkan begitu saja. Sebab persentase kejenuhan belajar pada peserta didik cenderung meningkat seiring dengan lamanya proses belajar mengajar. Artinya, semakin lama peserta didik sekolah, maka akan semakin berat derajat kejenuhan belajar yang akan mereka alami. Pada akhirnya siswa mengalami kelelahan fisik dan emosi (mental), meningkatnya sikap depersonalisasi dan menurunnya keyakinan akademis. Selain itu adanya pola berfikir negatif terhadap kegiatan dan peristiwa belajar yang selalu sama dikerjakan oleh para peserta didik juga akan dapat memicu timbulnya kejenuhan belajar dalam diri peserta didik yang bisa berdampak pada perkembangan pendidikannya. Kejenuhan belajar adalah suatu kondisi mental seseorang saat mengalami rasa bosan dan lelah yang amat sangat sehingga mengakibatkan timbulnya rasa enggan, lesu, tidak bersemangat melakukan aktifitas belajar, hakim (Ahmad 2017).

Kondisi kelelahan yang terjadi pada siswa konsep boarding school akibat waktu belajar yang lebih panjang, lambat laun membuat kebosanan dalam belajar atau academic boredom (Goetz, dkk., 2022). Secara umum boredom adalah emosi yang paling sering dirasakan tetapi mendapat perhatian yang jauh lebih sedikit oleh para peneliti dari pada emosi lain seperti kecemasan, kemarahan, kegembiraan, atau minat (Pekrun, dkk., 2010). Pekrun, dkk (2010) menyebutkan hal tersebut terjadi karena boredom adalah emosi diam yang tidak mencolok, sehingga tidak mengganggu situasi. Perspektif klinis, menyatakan bahwa kondisi tersebut tidak memiliki relevansi psikopatologis, berbeda dengan kecemasan (Pekrun, dkk., 2010).

Kejenuhan belajar ini pun terjadi pada peserta didik di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Berdasarkan informasi yang di dapat bahwa ada beberapa yang menunjukkan ciri-ciri yang mengarah pada kejenuhan belajar, yaitu membolos, sibuk sendiri di kelas, mengganggu teman yang serius belajar, sering meninggalkan pelajaran, berpura pura sakit dan tidak mendengarkan nasihat guru. Bagi pihak sekolah hal ini bukan masalah biasa karena pengaruh dan akibatnya akan sangat besar jika tidak diselesaikan dengan baik.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebosanan dalam belajar diantaranya yaitu self regulated learning. Self regulated learning adalah perpaduan antara kemampuan dan keinginan, Astuti (2020). Sedangkan menurut Wolters dkk dalam Astuti (2020) self regulated learning adalah proses yang konstruktif dimana peserta didik menetapkan tujuan untuk pembelajaran mereka dan kemudian berusaha untuk memantau, mengatur, dan mengendalikan kognisi, motivasi, dan perilaku mereka, dibimbing dan dibatasi oleh tujuan mereka dan fitur kontekstual di lingkungan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Hilmy dkk (2019) dengan judul "Self regulated learning untuk mereduksi kejenuhan belajar siswa SMA" menunjukkan bahwa adanya skor signifikansi dari data posttest setelah diolah menggunakan uji mann whitney yang artinya self regulated learning mampu mereduksi kejenuhan belajar siswa. Penelitian lain oleh Muna (2013) dengan judul "Efektifitas self regulation learning dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar siswa di SMA insan cendekia". Namun penelitian yang konteksnya adalah peserta didik boarding school yang memiliki perbedaan dengan peserta didik reguler belum banyak diteliti sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self regulated learning terhadap Academic Boredom di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Peneliti mengidentifikasi variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari variabel Academic Boredom sebagai variabel dependent, kemudian self regulated learning sebagai variabel independent.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 147 peserta didik dari kelas tujuh, delapan dan sembilan di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Pengambilan sampel digunakan rumus Slovin (Sevilla et. Al. 1960).

$$N = \frac{n}{1 + Ne^2} \quad (1)$$

Dimana :

N : Jumlah sampel

n : Jumlah Populasi

e : Batas toleransi kesalahan (error tolerance)

Sehingga dapat di hitung :

$$N = \frac{147}{(1 + (147 \times 0.05^2))} = \frac{147}{1 + (147 \times 0.0025)} = \frac{147}{1 + 0.4} = \frac{147}{1.4} = 105 \text{ peserta}$$

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan skala psikologis, yang meliputi 2 jenis, yaitu skala Self Regulated Learning serta skala Academic Boredom.

skala self-regulated learning menggunakan skala adaptasi Short Self Regulation Questionnaire (SSRQ) oleh Carey, Neal dan Collins (2004) berjumlah 22 item yang mengacu teori yang dikembangkan dari self-regulation questionnaire oleh Miller dan Brown (1991). Pada teori nya Carey menyatakan, bahwa self-regulated learning terdiri dari 5 aspek yakni goal attainment (contoh: Saya menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri dan memantau kemajuan saya), mindfulness (contoh: Saya cepat menyerah), adjustment (contoh: Saya belajar dari kesalahan saya), proactiveness (contoh: Saya biasanya dapat menemukan beberapa alternative pemecahan masalah ketika saya ingin mengubah sesuatu). Skala ini memiliki rentang pilihan 1 hingga 4 poin dengan 1 = tidak setuju 2 = agak setuju 3 = setuju 4 = sangat setuju. Hasil analisis item menunjukkan 16 item valid dengan cronbach alpha (α) = 0,725 menjadi 0,815.

Academic boredom dapat didefinisi operasional sebagai kegelisahan atau frustrasi yang terkait dengan kurangnya keterlibatan bermakna, kesulitan menggunakan waktu secara produktif dan monoton terkait pengulangan yang cukup tinggi, kurangnya keinginan atau motivasi belajar dan sulitnya memusatkan perhatian. Untuk mengukur academic boredom, aitem yang mengacu pada indikator-indikator yang dikemukakan oleh Sharp, dkk (2020) yang antara lain terdiri dari kebosanan terkait dengan sifat, kebosanan terkait kelas, dan kebosanan terkait dengan studi. Berdasarkan hasil uji diskriminasi aitem skala yang diadaptasi dari The Academic Boredom Survey Instrument (ABSI) yang dikembangkan oleh Sharp et.al. [23]. Skala ini memiliki 31 item yang terdiri dari 3 aspek academic boredom, antara lain: (1) Boredom proneness (trait) (10 item) contoh item: Saya sering merasa terkurung di situasi dimana saya melakukan hal-hal yang tidak penting, (2) Class-related (state) (10 item) contoh item: Karena waktu terasa sangat lambat, saya sering melihat jam berkali-kali, dan (3) Study-related (state) (11 item) contoh item: Ketika saya merasa jemu, saya tidak punya keinginan atau dorongan untuk benar-benar belajar. Respon terdiri dari 1 hingga 5 poin, dengan 1 (tidak pernah sama sekali), 2 (jarang), 3 (sesekali terjadi), 4 (sering), dan 5 (selalu).

Sebelum membagikan kuisioner peneliti terlebih dahulu meminta izin kepada Waka Kurikulum untuk melakukan penelitian di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Setelah itu peneliti membagikan kuisionernya kepada 105 peserta didik, Sebelum mereka mengisi kuisioner peneliti terlebih dahulu menjelaskan bagaimana cara pengisiannya. Setelah itu, para santri mengerjakan kuisioner tersebut secara bersamaan. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan regresi linier dengan bantuan SPSS 26.0. Tujuan dari analisis ini yaitu untuk menguji adanya pengaruh self-regulated learning terhadap academic boredom di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin.

Judul artikel, nama penulis (tanpa gelar akademis), afiliasi dan alamat afiliasi penulis ditulis rata tengah pada halaman pertama di bawah judul artikel. Jarak antar baris antara judul dan nama penulis adalah 2 spasi, sedangkan jarak antara alamat afiliasi penulis dan judul abstrak adalah 1 spasi. Kata kunci harus dituliskan di bawah teks abstrak untuk masing-masing bahasa, disusun urut abjad dan dipisahkan oleh tanda titik koma dengan jumlah kata 3-5 kata. Untuk artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia, terjemahan judul dalam bahasa Inggris dituliskan di bagian awal teks abstrak berbahasa Inggris (lihat contoh di atas).

Penulis penanggung jawab atau penulis korespondensi atau *corresponding author* harus ditandai dengan tanda *asterisk* diikuti tanda koma “*”). Di bagian kiri bawah halaman pertama harus dituliskan tanda Penulis Korespondensi atau *Corresponding Author* dan dituliskan pula alamat emailnya (lihat contoh). Komunikasi tentang revisi artikel dan keputusan akhir hanya akan disampaikan melalui email penulis korespondensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan berisi hasil-hasil temuan penelitian dan pembahasannya. Tuliskan temuan-temuan yang diperoleh dari hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan dan harus ditunjang oleh data-data yang memadai. Hasil-hasil penelitian dan temuan harus bisa menjawab pertanyaan atau hipotesis penelitian di bagian pendahuluan. Umumnya data-data hasil penelitian dapat dipaparkan menggunakan tabel. Contoh penggunaannya ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		195
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	14.89192913
Most Extreme Differences	Absolute	.074
	Positive	.074
	Negative	-.035
Kolmogorov-Smirnov Z		.971
Asymp. Sig. (2-tailed)		.302

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan pada tabel 1. Uji Normalitas Kolmogorof-smirnov di atas dapat diketahui nilai signifikansi yaitu 0,302 berarti nilai tersebut lebih dari 0,05 ($0,200 > 0,05$) dan dapat dikatakan bahwa data distribusi tersebut normal. Berdasarkan dari data pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki distribusi normal yaitu variabel self-regulated learning dan academic boredom.

Tabel 2. Uji Linieritas
ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
* Boredom Self-Regulated Learning	Between Groups	(Combinational)	12996.820	49	265.241	1.247	.167
		Linearity	1038.837	1	1038.837	4.883	.029
		Deviation from Linearity	11957.983	48	249.125	1.171	.244
	Within Groups		25742.841	121	212.751		
Total			38739.661	170			

Dalam tabel 2. diketahui bahwa nilai signifikansi linearity self-regulated learning dan academic boredom adalah 0,029 yang dapat diartikan nilai linearity lebih kecil daripada 0,05 ($0,029 < 0,05$) dan nilai signifikansi deviation from linearity sebesar 0,244 yang dapat diartikan bahwa nilai deviation from linearity lebih besar dari 0,05 ($0,244 > 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa kedua data tersebut linier.

Tabel 3. Uji Korelasi

Correlations		Boredom	SRL
Boredom	Pearson Correlation	1.000	-.146
	Sig. (2-tailed)	.	.026
	N	195	195
SRL	Pearson Correlation	-.146	1.000
	Sig. (2-tailed)	.026	.
	N	195	195

Hasil analisis berdasarkan tabel 3. Diketahui bahwa nilai koefisien korelasi $r_{xy} = -0.146$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,026. Maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self-regulated learning dengan academic boredom pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Jadi semakin tinggi self-regulated learning yang dimiliki oleh peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin maka semakin rendah academic boredom yang dirasakan. Sebaliknya semakin rendah self-regulated learning maka semakin tinggi academic boredom yang dirasakan oleh peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin.

Tabel 4. Uji Regresi ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	203.642	1	203.642	84.032	.026a
	Residual	31501.023	192	164.068		
	Total	31704.665	193			

a. Predictors: (Constant), Self Regulated Learning

b. Dependent Variable: Boredom

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada tabel 4. Diperoleh nilai signifikansi yaitu sebesar 0.026 dan nilai F = 84.032 yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara self-regulated learning terhadap academic boredom pada Peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin.

Tabel 5. R Square

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.164a	.027	.021	14.9359

a. Predictors: (Constant), Self Regulated Learning

b. Dependent Variable: Boredom

Berdasarkan pada tabel 5. telah diketahui bahwa hasil dari besaran pengaruh variabel X yaitu self-regulated learning terhadap variabel Y, yakni academic boredom adalah tergolong tinggi, dimana nilai R Square sebesar 0,164. Jadi R Square = $0,164 \times 100\% = 16.4\%$. Self-regulated learning dapat mempengaruhi academic boredom pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Sedangkan, 83,6%, academic boredom dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Tabel 6. Kategori Skor Subjek

Kategori	Skor Subjek SLR		Boredom	
	$\sum$ Siswa	%	$\sum$ Siswa	%
Rendah	36	18%	33	17%
Sedang	125	65%	130	67%
Tinggi	34	17%	32	16%
Jumlah	195	100 %	195	100 %

Berdasarkan tabel 8. Kategori skor subjek tersebut, dari 195 Peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin dan terdapat 36 peserta didik yang memiliki self-regulated learning dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 18%, sebanyak 125 peserta didik yang memiliki kategori sedang pada self-regulated learning dengan persentase sebesar 65% dan terdapat sebanyak 34 peserta didik yang memiliki self-regulated learning dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 17%.

Kategorisasi untuk skor subjek pada skala academic boredom bisa disimpulkan terdapat 33 peserta didik yang memiliki academic boredom dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 17%, terdapat 130 peserta didik yang memiliki kategori sedang dalam academic boredom dengan persentase sebesar 67%, dan terdapat sebanyak 32 peserta didik) yang berada dalam kategori tinggi dalam academic boredom dengan persentase sebesar 14%.

Berdasarkan perolehan hasil diketahui jika terdapat kaitan positif antara self-regulated learning dengan academic boredom. Kaitan antara self-regulated learning dan academic boredom terletak pada kemampuan peserta didik untuk mengatasi tantangan akademik dan beradaptasi dengan baik di lingkungan sekolah. Peserta didik yang memiliki academic self-regulated learning yang tinggi cenderung lebih baik dalam mengatasi kejenuhan atau

kebosanan belajar di lingkungan sekolah. Dengan self-regulated learning yang kuat, peserta didik akan cenderung memiliki sikap positif terhadap tantangan akademik dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dan kebosanan dalam belajar. Hal ini dapat membantu mereka mengatasi stres dan tekanan belajar, sehingga mereka dapat lebih fokus pada proses pembelajaran dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan sekolah.

Penelitian telah menemukan bahwa ketika pelajar menganggap suatu tugas membosankan, kinerja mereka dalam tugas tersebut akan terpengaruh secara negatif (Haager, Kuhbandner, & Pekrun, 2016; Pekrun dkk., 2010). Kebosanan menghambat kemampuan pelajar untuk menyalurkan sumber daya kognitifnya secara efektif dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dianggap membosankan. Dengan cara ini, perhatian, keterlibatan, motivasi, pengaturan diri dan penggunaan strategi pembelajaran mereka terganggu sehingga mempengaruhi prestasi (Pekrun, 2006; Pekrun dkk., 2010). Selain itu, Rahmawati, E., & Alaydrus, F. M. (2021) juga menunjukkan dalam penelitiannya Pengaruh self regulated learning terhadap kemampuan berpikir kritis dalam pembelajaran blended learning. Begitu juga, penelitian yang dilakukan oleh (Yu, 2019) menyimpulkan bahwa academic buoyancy berhubungan positif dan signifikan dengan penyesuaian siswa berdasarkan keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik. Pernyataan selanjutnya yang diperoleh yaitu hubungan self-regulated learning berkaitan tidak signifikan dengan school adjustment. Hubungan positif antara self-regulated learning dengan academic boredom.

Berarti bahwa korelasi antara self-regulated learning dan academic boredom tidak cukup kuat secara statistik untuk menyatakan hubungannya secara pasti, tetapi masih ada kecenderungan bahwa peserta didik yang memiliki tingkat self-regulated learning yang lebih tinggi cenderung bisa mengatasi kebosanan dan kejenuhan yang lebih baik di sekolah. Peserta didik di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin yang dinilai telah memiliki kemandirian dalam mengkondisikan dirinya untuk siap belajar terlebih yang memiliki motivasi belajar tinggi akan dengan mudah menyesuaikan diri dengan kondisi kebosanan dan kejenuhan belajar di lingkungan sekolah.

Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Jacobson, 2010) menemukan bahwa upaya dalam mengatur waktu dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif akan mempermudah siswa untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik, yang pada akhirnya akan berdampak pada prestasi akademik di sekolah. Selain itu penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Jacobson, 2010) juga menunjukkan hal serupa, yaitu bahwa siswa yang berusaha memahami pelajaran dengan cara menghafal, mengatur, dan mentransformasikan materi di kelas dengan melakukan pengulangan, elaborasi, dan organisasi akan menunjukkan performa akademik yang baik.

Berdasarkan hasil uji Anova diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan artinya ada hubungan signifikan antara self-regulated learning dan academic boredom pada peserta didik di SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Hubungan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat self-regulated learning yang dimiliki peserta didik, semakin baik pula mereka bisa mengurangi kebosanan dan kejenuhan di lingkungan sekolah.

self-regulated learning mengacu pada kemampuan siswa untuk mengatur dan mengontrol proses belajar mereka sendiri. Peserta didik yang memiliki tingkat self-regulated learning tinggi cenderung aktif dalam mengatur waktu belajar, mengatur lingkungan belajar yang kondusif, dan menggunakan berbagai strategi belajar yang efektif. Kemampuan ini membantu santri mengelola waktu dan belajar secara efisien, sehingga mereka dapat mencapai hasil belajar yang lebih baik. Tingkat self-regulated learning yang tinggi juga berkontribusi pada penyesuaian sekolah yang baik karena santri merasa lebih bisa mengatasi kebosanan dan kejenuhan lebih baik. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa peserta didik yang memiliki tingkat self-regulated learning yang tinggi cenderung memiliki academic boredom yang lebih baik. Artinya, mereka mampu mengatasi dan kejenuhan belajar dengan baik di sekolah, Mampu mengatur dan mengontrol proses belajar mereka sendiri dengan efisien. Hal ini menyebabkan mereka mencapai prestasi akademik yang lebih baik dan merasa lebih nyaman dan sukses dalam lingkungan Pondok Pesantren. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian oleh (Roosj, 2017) dalam penelitiannya terhadap mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan dalam mengatur pikiran, perasaan, dan perilakunya dalam belajar (self-regulated learning) cenderung memiliki penyesuaian akademik yang baik di sekolah, dan akibatnya mereka mencapai prestasi akademik yang baik.

16.4%. Self-regulated learning dapat mempengaruhi academic boredom pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Sedangkan, 83,6%, academic boredom dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap academic boredom misalnya materi pelajaran tidak sesuai dengan minat peserta didik selain itu kecerdasan yang tidak sesuai dengan tingkat kesulitan materi pelajaran juga dapat menyebabkan kebosanan.

Kelemahan penelitian ini yaitu keterbatasan sampel yang mungkin tidak representatif untuk seluruh populasi di sekolah dan dilakukan di siang hari. Pengukuran self-regulated learning dan academic boredom bisa subjektif dan bergantung pada kejujuran responden. Variabel pengganggu seperti motivasi belajar intrinsik atau gaya mengajar guru tidak sepenuhnya terkontrol

V. SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat kaitan yang tidak signifikan antara Self-regulated learning dengan academic boredom pada peserta didik SMP Muhammadiyah 9 Boarding School Tanggulangin. Diperoleh hasil bahwa pengaruh yang diberikan self-regulated learning terhadap academic boredom hanya sebesar 16,4% sedangkan 83,6% faktor lainnya tidak ditemukan dalam penelitian ini. Faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap academic boredom di antaranya materi pelajaran tidak sesuai dengan minat peserta didik selain itu kecerdasan yang tidak sesuai dengan tingkat kesulitan materi pelajaran juga dapat menyebabkan kebosanan.

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberi kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dibidang psikologi pendidikan. Untuk peneliti selanjutnya di harapkan dapat menggunakan ide penelitian ini sebagai bentuk penelitian yang kebaruan dengan menggunakan variable yang berbeda atau dengan menggunakan subjek penelitian yang berbeda dari penelitian yang digunakan peneliti saat ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ini kami sampaikan kepada dosen pembimbing bapak Ghozali Rusyid Affandi, Seluruh Keluarga besar Universitas Muhammadiyah Sidoarjo mulai dari rektor, dosen psikologi dan seluruh teman-teman dari semestrr 1 sampai semester 8. Tidak lupa kepada Suami saya Suwadji dan kedua putra saya Aafa dan Aafi serta keluarga besar pondok pesantren Muhammadiyah An Nur Sidoarjo SMP Muhammadiyah 9 Boarding school Tanggulangin. Tak lupa kepada suami saya suawdji dan kedua putra saya Aafa dan Aafi yang telah mengizinkan saya untuk bisa kuliah dan keluarga besar saya semua terimakasih.

REFERENSI

- [1] Mafiroh, A. N., & Indriani, R. D. D. S, "Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Flow Academic pada Siswa SMPN 1 Balongbendo" ResearchJet Journal of Analysis and Inventions. Vol: 2, No 3. Page: 1-7.2024.
- [2] Nur, L., Maghfiroh, N. H., & Ulwiyah, I." Efektivitas Teknik Self Regulated Learning Dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Mahasantri Angkatan 2020 PPA Ibnu Katsir Jember" Journal Scientific Of Mandalika. Vol. 5. No. 5. e-ISSN: 2745-5955.2024.
- [3] Noviyanti, D. V., & Darmawan, D." The role of academic tutoring and emotion regulation in mitigating learning boredom among students at SMA Khairunnas Gunung Anyar Surabaya". Surabaya.Vol.4. No. 5. . e-ISSN: 2721-4796.2023.
- [4] Anwar, M. S., & Dwiyantri, R." The effect of Self-Regulated Learning (SRL) on academic procrastination in class XI students of Senior High School 2 Purbalingga, Indonesia". Journal of Psychology, Religion, and Humanity. Vol 3. No. 2. Hal. 156 -164.2021.
- [5] Affandi, G. R., Hadi, C., Nawangsari, N. A. F., & Laili, N." Do empowered beliefs fuel effective learning? Exploring how self-efficacy mediates the path from perceived social support to self-regulated learning in Islamic boarding school context". Jurnal Ilmiah Psikologi.Vol.25.No.2.Hal.1-17.2023
- [6] Acee, T. W., Kim, H., Kim, H. J., Kim, J. I., Chu, H. N. R., Kim, M., ... & Boredom Research Group." Academic boredom in under- and over-challenging situations". Contemporary Educational Psychology.Vol.35.No.1.17-21.2010.
- [7] Rizki, B. G. D., & Mudrikah, S." Peran Locus of Control dalam Memoderasi Pengaruh Self Regulated Learning, Perfeksionisme dan Motivasi Berprestasi terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa". Business and Accounting Education Journal.Vol3.No.3.294-314.2023
- [8] Sholiha, T. A., Kurniati, N., Tyaningsih, R. Y., & Prayitno, S." Pengaruh Self-Regulated Learning (SRL) terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas XI SMAN 1 Masbagik". Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan.Vol.7.No.3. 1355-1362.2022.
- [9] Hunta, W., Herlina, S., & Firmansyah, M." Analisis faktor pengaruh self regulated learning Terkait motivasi akademik dan kecemasan sebelum ujian Terhadap prestasi akademik mahasiswa' Jurnal Bio Komplementer Medicine.Vol.7.No.2.2020.
- [10] Aimah, S., & Ifadah, M." Pengaruh self-regulated learning terhadap motivasi belajar siswa". In Prosiding Seminar Nasional & Internasional. 2014.
- [11] Wahyuni, R." Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Talking Stick Terhadap Self-Regulated Learning (SRL)". Jurnal Pembelajaran dan Matematika Sigma (JPMS.Vol.7.No.2.2021
- [12] Rahmawati, E., & Alaydrus, F. M." Pengaruh self regulated learning terhadap kemampuan berpikir kritis dalam pembelajaran blended learning". Jurnal Al-Hikmah.Vol.9.No.1.Hal.122-129.2021.
- [13] Noviyanti, D. V., & Darmawan, D." The role of academic tutoring and emotion regulation in mitigating learning boredom among students at SMA Khairunnas Gunung Anyar Surabaya". . Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796.Vol.4.No.2.Hal. 1334-1342.2023.

- [14] Maulana T, Febbry C, Toni S.S.” The Use Of Relaxation Music Therapy In Mathematics Learning To Overcome Students'boredom At Sma Bpi 1 Bandung. Swara”.Swara.Vol.4.No.1.Hal.97-110.2024.
- [15]. Diandra, R., Noviekayati, I. G. A. A., & Pratitis, N. T.” Self Efficacy, Perceive Teacher Support dan Academic Boredom Pada Siswa Di Sekolah Dasar Full Day School”. Journal of International Multidisciplinary Research.Vol.2.No.6.Hal37-49.2024.
- [16] Ramadhanti, L., & Ramadan, Z. H.” Pengaruh Ice Breaking Senam Otak terhadap Kejenuhan Belajar Siswa di Sekolah Dasar”. . Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru.Vo.9.No.3. p-ISSN 2527-5712.September.2024
- [17] Nafi'ah, U.” Evaluating the'MORSERIAN'S!Board Game's Impact on Reducing Boredom in Scouting Programs at Islamic Boarding Schools”. At-Ta'dib.Vol.19.No.1. ISSN: 0216-9142.Juni.2024.
- [18] Tahrir, T., Ramdani, Z., & Natanael, Y.” Character strenghts, islamic religiousness, and ethnic identity: A preliminary study on santri experiencing boredom learning”. Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam,Vol.18.No.1. ISSN 1829-5703.Juni.2021.
- [19] Diandra, R., Noviekayati, I. G. A. A., & Pratitis, N. T..” Self Efficacy, Perceive Teacher Support dan Academic Boredom Pada Siswa Di Sekolah Dasar Full Day School”. Journal of International Multidisciplinary Research.Vol.2.No.6.Hal.37-49.2024.
- [20] Herawan, S. R.” Pengaruh Pelatihan Goal Setting Dalam Mengatasi Academic Boredom Remaja di Sidodadi Surabaya”.Vol.6.No.2. ISSN 2598-649X cetak.2022