

## **PERSEPSI TERHADAP *FULL DAY SCHOOL* DAN REGULASI DIRI PADA SISWA SMP ISLAM HIDAYATULLAH SEMARANG**

**Sumayyah, Dinie Ratri Desiningrum**

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

sumayyah0307@gmail.com

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap *full day school* dengan regulasi diri pada siswa SMP Islam Hidayatullah Semarang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Persepsi terhadap *Full Day School* (22 item;  $\alpha = .864$ ) dan Skala Regulasi Diri (35 item;  $\alpha = .912$ ). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Islam Hidayatullah Semarang dengan jumlah sebanyak 133 siswa. Sampel penelitian adalah 87 siswa yang diperoleh dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Berdasarkan dari hasil analisis regresi sederhana didapatkan bahwa  $r_{xy} = .578$  dan  $p = .000$  ( $p < .001$ ) artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi terhadap *full day school* terhadap regulasi diri, yang menunjukkan bahwa semakin positif persepsi terhadap *full day school* maka semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki oleh siswa. Sumbangan efektif persepsi terhadap *full day school* dengan regulasi diri pada siswa adalah sebesar 33.4% dan 66.6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci:** persepsi *full day school*; regulasi diri; siswa sekolah menengah pertama

### **Abstract**

This study aimed for examine the correlation between full day school perception and self-regulation among students of SMP Islam Hidayatullah Semarang. The instrument in this study are full day school perception scale (22 items;  $\alpha = .864$ ) and self-regulation scale (35 items;  $\alpha = .912$ ). Population in this study is 133 eight grade students at SMP Islam Hidayatullah Semarang and the sample are 87 students which were collected by cluster random sampling. Based on simple regression analysis result shows that  $r_{xy} = .578$ , and  $p = .000$  ( $p < .001$ ) there is positive significant correlation between full day school perception and self-regulation, which indicate that more positive full day school perception, higher self-regulation among students. Full day school perception to self-regulation among students is 33.4%, and 66.6% caused by other factor which didn't get examined in this study.

**Key words:** full day school perception; self-regulation; middle high school student.

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan pada manusia. Dalam masa peralihan anak-anak menjadi dewasa ini terjadi berbagai perubahan pada diri remaja antara lain perubahan dalam emosi, perubahan fisik, minat serta pola perilaku (Hurlock, 2003). Perubahan yang terjadi pada remaja ini mengakibatkan remaja dianggap sebagai periode 'badai dan tekanan'.

Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Dalam periode 'badai dan tekanan' ini memiliki elemen kunci bahwa remaja mengalami konflik dengan orang tua, gangguan suasana hati dan kecenderungan untuk melakukan tingkah laku yang berisiko (Suyasa dalam Gunarsa, 2009).

Menurut Arnett (dalam Gunarsa, 2009), tingkah laku yang berisiko ini didefinisikan sebagai tingkah laku yang secara potensial dapat menyebabkan celaka atau kesulitan pada orang lain maupun diri sendiri, namun tidak semua remaja akan mencoba melakukan tingkah laku berisiko tersebut. Berdasarkan kecenderungan remaja dalam melakukan tingkah laku yang berisiko tersebut maka sangat penting bagi remaja untuk memiliki kemampuan mengendalikan diri, sehingga remaja diharapkan dapat mengantisipasi akibat-akibat negatif yang ditimbulkan pada

masa 'badai dan tekanan' tersebut. Menurut Gilliom dkk (dalam Gunarsa, 2009), regulasi diri memiliki peranan yang penting untuk melakukan pengendalian diri.

Menurut Papalia, dkk (2004), regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk menahan dorongan-dorongan dan kemampuan individu untuk mengendalikan tingkahlakunya pada saat tidak ada kontrol dari lingkungan. Regulasi diri merupakan salah satu aspek yang penting dalam perkembangan pada akhir masa anak-anak, karena pada masa tersebut anak mengalami peningkatan kapasitas dari regulasi diri (Veenman dalam Santrock, 2012). Peningkatan kapasitas ini dikarakteristikan dengan upaya untuk mengatur perilaku, emosi dan pikiran yang mengarah pada peningkatan kompetensi sosial dan pencapaian tujuan (Eisen Berg dkk dalam Santrock, 2012). Regulasi diri pada setiap individu akan mempengaruhi perilaku-perilakunya sesuai dengan tujuan masing-masing individu.

Regulasi diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal (Alwisol, 2014). Pada faktor internal, regulasi dipengaruhi oleh faktor diri yang meliputi observasi diri, penilaian terhadap tingkah laku, dan reaksi diri afektif. Sedangkan pada faktor eksternal berupa interaksi individu dengan lingkungannya seperti penguatan-penguatan yang diberikan kepada individu serta pembentukan standar yang digunakan untuk menilai diri. Salah satu lingkungan dari para siswa adalah sekolah. Sekolah merupakan tempat siswa menghabiskan sebagian besar waktunya selain rumah.

Hamer dan Organ (dalam Indrawijaya, 2009), mengatakan bahwa persepsi adalah suatu proses ketika seseorang mengorganisasikan dalam pikirannya, menafsirkan, mengalami, dan mengolah pertanda atau segala sesuatu yang terjadi di lingkungannya. Persepsi ini dilakukan dalam diri individu, sehingga masing-masing individu dapat mempersepsikan berbeda hal meskipun stimulus yang diberikan sama. Menurut Sismanto (2010), *full day school* merupakan sekolah yang fokus pada kualitas dan kuantitas proses pembelajaran, dan mengedepankan kualitas input siswanya. Dalam melakukan pembelajaran, anak menghabiskan waktu di sekolahnya lebih lama dibanding dengan anak yang bersekolah di sekolah dengan sistem *half day school*. Berdasarkan pengertian persepsi dan *full day school*, maka dapat disimpulkan bahwa persepsi terhadap *full day school* adalah suatu proses pemerolehan informasi yang melibatkan penginderaan dan kemudian dipahami oleh kognisinya mengenai sekolah dengan proses pembelajaran yang aktif, kreatif, transformatif dan intensif yang dilaksanakan selama sehari penuh.

Robbins (2002) dan Rakhmat (2002), membagi persepsi menjadi dua yaitu persepsi positif dan persepsi negatif. Persepsi positif merupakan penilaian individu terhadap suatu objek atau informasi sesuai dengan yang diharapkan dan dapat diterima secara rasional dan emosional. Sedangkan persepsi negatif merupakan pandangan individu terhadap objek atau informasi tertentu yang berlawanan dengan yang diharapkan dari objek yang dipersepsikan atau dari peraturan yang ada.

Penelitian Eliza (2010), memperoleh data bahwa persepsi siswa SMP terhadap SMK memberikan sumbangan 87.1% terhadap minat siswa SMP untuk melanjutkan ke SMK. Adiningsih (2012), dalam penelitiannya juga menemukan bahwa persepsi siswa yang positif terhadap metode pembelajaran guru memberikan pengaruh positif terhadap prestasi belajar akuntansi. Berdasarkan penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa persepsi memberikan pengaruh terhadap individu. Persepsi yang positif akan membentuk perilaku yang positif.

## **METODE**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP Islam Hidayatullah Semarang berjumlah 133 siswa. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 87 siswa yang didapat dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data ini menggunakan dua

skala yaitu Skala Persepsi terhadap *Full Day School* 22 item;  $\alpha = .864$ ) dan Skala Regulasi Diri (35 item,  $\alpha = .912$ ). Kedua skala tersebut disusun berdasarkan Skala Likert.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Koefisien korelasi menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara persepsi terhadap *full day school* dan regulasi diri ditunjukkan dengan angka koefisien korelasi sebesar  $r_{xy} = .578$  dan signifikansi korelasi sebesar  $p = .000$  ( $p < .001$ ). Semakin positif persepsi terhadap *full day school* maka semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki oleh remaja. Sebaliknya, semakin negatif persepsi terhadap *full day school* maka semakin rendah regulasi diri yang dimiliki oleh remaja. Hal ini menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti, yaitu terdapat hubungan positif antara persepsi terhadap *full day school* dengan regulasi diri pada siswa yang bersekolah di *full day school* **diterima**.

Hasil analisis data menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara persepsi terhadap *full day school* dan regulasi diri ( $r_{xy} = .578$  dan  $p = .000$  ( $p < .001$ )). Hal ini berarti semakin positif persepsi terhadap *full day school* maka semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki oleh remaja. Sebaliknya, semakin negatif persepsi terhadap *full day school* maka semakin rendah regulasi diri yang dimiliki oleh remaja. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan, bahwa terdapat korelasi positif antara persepsi terhadap *full day school* dengan regulasi diri pada siswa SMP Islam Hidayatullah Semarang.

Dewi (2014), dalam penelitiannya mengatakan bahwa iklim sekolah memberikan kontribusi positif yang berarti pada regulasi diri dalam belajar dengan kontribusi sebesar 14.1 %. Persepsi siswa terhadap *full day school* yang rata-rata positif dimungkinkan karena sistem *full day school* yang diterapkan oleh SMP Islam Hidayatullah membuat siswa menjadi senang dan nyaman ketika berada di sekolah. Selain belajar, SMP Islam Hidayatullah juga memberikan kegiatan-kegiatan lain seperti ekstrakurikuler, *outbound*, dan mentoring. Setiap siswa tidak hanya terpaku pada belajar namun juga kegiatan lain yang melibatkan bakat siswa sehingga siswa tidak merasa bosan. Kegiatan-kegiatan yang padat tersebut membuat siswa untuk dapat mengatur dan merencanakan perilakunya dengan baik agar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai oleh siswa. Menurut Alwisol (2014), regulasi diri dipengaruhi oleh lingkungan dengan cara memberikan penguatan kepada individu berdasarkan standar tingkah laku yang sudah ditentukan individu sebelumnya.

Regulasi diri dipengaruhi oleh persepsi siswa terhadap *full day school*. Siswa membentuk standar tingkah laku berdasarkan lingkungannya yaitu *full day school*. Pandangan dan pemahaman yang baik serta perasaan suka dengan kegiatan *full day school* akan memunculkan persepsi yang positif terhadap *full day school*. Dalam *full day school*, siswa memiliki kegiatan harian yang padat yang sudah ditentukan oleh sekolahnya. Siswa yang paham dan senang atas *full day school* akan berperilaku sesuai dengan standar yang sudah ditetapkan berdasarkan lingkungan sekolahnya. Siswa akan mengevaluasi perilakunya secara positif atau negatif, sehingga akan memunculkan regulasi diri pada siswa.

Regulasi diri tinggi yang dibutuhkan oleh siswa supaya dapat mengatur perilakunya agar sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Seperti yang dijelaskan oleh Zimmerman (dalam Schunk, 2012), bahwa regulasi diri mengacu pada proses yang digunakan siswa untuk memfokuskan pikiran perasaan dan tindakan secara sistematis pada pencapaian tujuan. Siswa yang memiliki regulasi diri yang tinggi akan mengerti arah tujuan yang diinginkannya dan dapat menentukan rencana-rencana tertentu yang sesuai dengan tujuan. Apabila siswa memiliki regulasi diri yang rendah, maka siswa masih belum mengerti mengenai tujuan yang ingin dicapainya, sehingga perilaku yang mereka lakukan masih belum teratur.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara persepsi terhadap *full day school* dengan regulasi diri pada remaja. Hal tersebut berarti semakin positif persepsi terhadap *full day school* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki. Begitu pula sebaliknya, semakin negatif persepsi terhadap *full day school* maka semakin rendah regulasi diri yang dimiliki oleh siswa.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adiningsih, D. (2012). Pengaruh persepsi siswa tentang metode mengajar guru dan kemandirian belajar terhadap prestasi belajar akuntansi siswa kelas X program keahlian akuntansi SMK Batik Perbaik Purworejo tahun ajaran 2011/2012. *Skripsi*. Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. Diunduh dari <http://journal.uny.ac.id/index.php/jkpai/article/view/876>.
- Alwisol. (2014). *Psikologi kepribadian* (edisi revisi.). Malang: UMM Pers.
- Dewi, N. K. (2014). Kontribusi iklim sekolah terhadap regulasi diri dalam belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pandeglang. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran*. Diunduh dari <http://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2015/04/Jurnal-Nurwita-Kumala-Dewi-190110110071.pdf>.
- Eliza, F. (2010). Kontribusi siswa persepsi siswa SMP tentang SMK terhadap minat melanjutkan studi ke SMK di kota Padang. *Jurnal Teknologi Informasi dan Pendidikan*, 2(1):155-167. Diunduh dari <http://jurnal-tip.net/jurnal-resource/file/13-Vol2No1Sep2010-Fivia%20Eliza.pdf>.
- Gunarsa, S. D. (2009). *Dari anak sampai usia lanjut, bunga rampai psikologi perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Indrawijaya, A. I. (2009). *Perilaku organisasi*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Papalia D. E., & Olds, S. W. (2004). *Human development* (9th edition.). New York: McGraw-Hill, Inc.
- Rakhmat, J. (2002). *Psikologi komunikasi*. Jakarta: Rosda Karya.
- Robbins, S. P. (2002). *Perilaku organisasi* (edisi 8.). Jakarta: Prentice Hall.
- Santrock, N.W. (2012). *A topical approach to life-span development* (6th ed.). New York: McGraw Hill.
- Schunk, D. H. (2012). *Teori-teori pembelajaran perpektif pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Sismanto. (2010). *Smart parenting, melejitkan karakter anak islam*. Malang: Hikmah Pustaka.