

## **Regulasi Diri pada Taruna Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Pelayaran** *(Self-regulation in Sailing Vocational High School Cadets)*

**Anggi Ayu Septiana dan Mohammad Khasan\***

Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus, Kudus, Indonesia

*\*) mohammad.khasan@umk.ac.id*

### **Abstrak**

Penelitian regulasi diri ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap regulasi diri pada taruna SMK, dalam penelitian ini penulis menggunakan metode wawancara bebas terpimpin dan observasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif fenomenologis. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara bebas terpimpin dan analisis data berupa koding. Teknik penentuan informan menggunakan teknik *purposive sample*, yaitu penentuan pemilihan informan berdasarkan kriteria yang dipilih sebelumnya berdasarkan pertanyaan penelitian. Dengan kriteria taruna SMK Pelayaran kelas XII dan berusia minimal 15 tahun yang berjumlah tiga orang. Hasil dari penelitian ini menemukan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi regulasi diri taruna SMK, yaitu faktor eksternal yang meliputi standar penilaian diri dan penguatan serta faktor internal yang meliputi observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri. Terdapat beberapa faktor yang menonjol pada tiap-tiap informan. Informan I dan III memiliki kesamaan faktor yang mempengaruhi regulasi diri mereka yaitu faktor standar penilaian diri, hal ini mengacu pada pemberian standar pada perilaku informan yang akhirnya memunculkan pengertian akan kekurangan pada diri mereka kemudian diharapkan dapat dijadikan sebagai evaluasi untuk mencapai tujuan hidup.

**Kata kunci:** regulasi diri, taruna, sekolah menengah kejuruan (SMK)

### **Abstract**

*This self-regulation study aims to analyze the factors that influence self-regulation in vocational cadets. In this study the authors used guided free interview and observation methods. This research uses a phenomenological qualitative research approach. The data collection technique used free guided interviews and data analysis in the form of coding. The technique of determining informants using purposive sample technique, namely determining the selection of informants based on pre-selected criteria based on research questions. With the criteria of SMK Pelayaran cadets in class XII and at least 15 years old, totaling three people. The results of this study found that there are factors that influence the self-regulation of vocational cadets, namely external factors which include self-assessment standards and reinforcement and internal factors which include self-observation, assessment process and self-reaction. There are several factors that stand out in each informant. Informants I and III have similar factors that influence their self-regulation, namely the self-assessment standard factor, this refers to giving standards to the informants' behavior which ultimately gives rise to an understanding of the shortcomings in themselves and is then expected to be used as an evaluation to achieve life goals.*

**Keywords:** self-regulation, cadets, vocational high school (SMK)

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan bagian terpenting bagi kehidupan manusia maupun bagi perkembangan peradaban suatu bangsa (Nurhisam, 2017). Selain itu, pembangunan pendidikan tidak

hanya untuk mengembangkan aspek intelektual melainkan juga aspek moral serta sosial. Karena itu, pemerintah mewacanakan pendidikan karakter sebagai solusi untuk membentuk kepridadian yang

baik pada peserta didik (Zamtinah, dkk, 2011). Pendidikan juga merupakan sebuah aktivitas yang mempunyai maksud dan tujuan tertentu yang diarahkan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh manusia, dengan adanya pendidikan diharapkan manusia mampu dan siap untuk menyongsong masa depan kehidupan bangsa dan negara menjadi lebih cerah (Nurkholis, 2013).

Salah satu kegiatan pendidikan adalah bersekolah yang umumnya ditempuh dalam beberapa tingkatan, satu diantaranya adalah jenjang sekolah menengah atas (SMA ataupun SMK) menjadi periode terpenting yang sangat identik dengan masa pertumbuhan seseorang usia remaja sebagai bentuk peralihan menuju usia dewasa awal (Farah, dkk, 2019). Di mana pada periode ini sering terjadi ketidak stabilan emosi, ketidak jelasan pola hubungan sosial, dan merasa berhak untuk membuat keputusan sendiri (Diananda, 2018). Sekolah sebagai sarana pendidikan formal memiliki tujuan utama untuk melengkapi siswa dengan keterampilan-keterampilan regulasi diri yang dapat mendukung pembelajaran sepanjang masa atau life-long learning (Bakracevic Vukman & Licardo, 2010).

Siswa yang menempuh pendidikan dengan menerapkan prinsip-prinsip militer yang bertujuan untuk membentuk karakter biasa disebut dengan panggilan taruna. Salah satu sekolah tersebut adalah SMK Pelayaran. Pendidikan karakter yang diajarkan adalah kerapian, kedisiplinan, tanggung jawan, saling menghargai antar junior dan senior (Rahmawati, 2014). Selama para taruna bersekolah di SMK Pelayaran, semua aturan diterapkan dengan sangat ketat, kegiatan rutin setiap hari yang wajib diikuti oleh semua taruna dari berbagai tingkatan yaitu apel, dalam aturan SMK Pelayaran apel dilakukan ketika pagi hari dan sore hari (Firdaus, 2019).

Meski begitu masih sering ditemukan pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan oleh para taruna seperti membolos, tidak memakai atribut yang sesuai bahkan senior yang bertindak sesuka hati kepada junior. Pendidikan karakter sangat perlu diterapkan di SMK Pelayaran untuk membentuk

karakter dan kepribadian taruna, karenanya diperlukan regulasi diri yang baik guna menunjang tercapainya tujuan yang diinginkan tersebut. Mengingat regulasi diri penting bagi para taruna untuk dapat mengetahui bagaimana karakternya, terutama sekolah ketarunaan, regulasi diri juga digunakan untuk membentuk karakter disiplin (Muhayyag, 2020).

Peristiwa diatas, yang dilakukan oleh para taruna yang suka membolos sekolah serta perilaku negatif lainnya disebabkan oleh adanya regulasi diri yang rendah, regulasi diri rendah dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Thoresen dan Manohey (Ruminta, dkk, 2017) ada tiga faktor yang mempengaruhi pengelolaan diri, yaitu individu, perilaku, dan lingkungan. Regulasi diri merupakan proses psikologis yang dapat menentukan seseorang untuk melakukan tindakan, serta juga regulasi diri bisa diatur mekanismenya pada setiap individu untuk menghasilkan perilaku yang positif agar tercapai cita-cita yang diinginkan (Dias & Castillo, 2014). Regulasi diri bukan sesuatu yang ada sejak lahir akan tetapi dapat dipelajari biasanya pembelajaran awal dari orang tua, keyakinan ataupun nilai yang didapat dalam masyarakat (McCullough & Willoughby, 2009).

Menurut Zimmerman (2008), rendahnya regulasi diri juga dipengaruhi oleh aspek-aspek tertentu yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku, di mana ketiga aspek tersebut saling berkesinambungan atau berhubungan, metakognisi dalam hal ini adalah membuat suatu rencana, kemudian mengorganisasi, lalu mengukur diri dan terakhir menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama individu tersebut berperilaku, sedangkan motivasi dalam kasus ini adalah sebuah kepercayaan diri yang timbul karena individu ingin mempunyai regulasi diri untuk membentuk karakternya, dan terakhir adalah perilaku, di mana individu tersebut mengupayakan untuk mengatur diri, menyeleksi, dan memanfaatkan serta menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya.

Sementara Farah, dkk (2019) mengungkapkan bahwa siswa SMA harus memiliki regulasi diri dalam belajar, karena hal itu adalah salah

satu cara siswa untuk mengelola strategi belajarnya. Selain itu, dengan ditunjangnya konsep diri positif siswa akan percaya dengan kemampuannya sendiri dan hal itu dapat mempengaruhi siswa meregulasi diri dalam belajar. Hasil penelitaian sebelumnya mengenai regulasi diri belum ada yang menggambarkan fenomena regulasi diri pada taruna SMK Pelayaran. Gambaran terkait dengan hal-hal yang mempengaruhi regulasi diri mereka sehingga masih terdapat pelanggaran peraturan diantara para taruna berdasarkan pengalaman yang telah mereka jalani dan yang mereka pahami. Uraian tersebut yang kemudian menjadi pertanyaan yang diajukan dalam penelitian ini yaitu hal-hal apa saja yang mempengaruhi regulasi diri para taruna SMK Pelayaran. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengambil tema penelitian tentang regulasi diri pada taruna SMK. Melalui penelitian ini peneliti bermaksud untuk mengetahui faktor-faktor yang

mempengaruhi regulasi diri pada taruna SMK pelayaran.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif fenomenologi dengan variabel regulasi diri sebagai variabel yang akan diteliti. Pada metode kualitatif, penelitian ditujukan untuk memahami suatu konteks dengan mendeskripsikan secara detail serta mendalam tentang kondisi alami yang sebenarnya terjadi di lapangan penelitian (Nugrahani, 2014). Model fenomenologis ditujukan untuk menjelaskan fenomena pada situasi natural yang dialami individu setiap harinya (Hardiansyah, 2012). Dalam penelitian ini terdapat tiga informan yang merupakan taruna SMK kelas XII dan berusia minimal 15 tahun. Berdasarkan syarat tersebut didapatkan tiga informan dengan profil pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Profil ketiga informan

Informan	Inisial	Usia	Jenis Kelamin	Alamat
I	F	17 Tahun	Laki-laki	Padang
II	D	17 Tahun	Laki-laki	Batang
III	A	17 Tahun	laki-laki	Semarang

Pengambilan data dilakukan dengan melakukan wawancara bebas terpimpin, yang dilakukan secara langsung dengan informan. Menggunakan metode koding sebagai cara analisis data kualitatif yang diperoleh, yaitu dengan cara memberikan kode pada tema-tema yang muncul. Selanjutnya dilakukan kategorisasi terhadap tema-tema tersebut guna menemukan jawaban penelitian. Secara sederhana, desain penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 1.

## HASIL

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, seluruh informan dalam penelitian ini menyadari bahwa mereka mengetahui jika pelanggaran-pelanggaran yang dilakukan merupakan sebuah tindakan yang tidak baik dan dapat menyebabkan masalah, taruna yang membolos

ataupun melakukan pelanggaran lainnya juga memiliki cita-cita yang tinggi dan mengetahui cara mencapai cita-citanya namun tidak melaksanakan tindakan pencapaian secara baik dengan meningkatkan regulasi dirinya. Hasil penelitian yang diperoleh dalam penelitian ini terangkum dalam tema-tema yang ditemukan, yakni gambaran tentang faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri pada taruna SMK Pelayaran. Selanjutnya dipaparkan secara rinci untuk masing-masing tema:

### *Faktor eksternal standar penilaian diri*

Pada faktor eksternal standar penilaian diri, alasan masuk di SMK Pelayaran menjadi salah satu hal yang mempengaruhi bagaimana informan memberikan standar dalam menilai diri. Terdapat kesamaan pada alasan masuk informan I dan II yaitu karena adanya paksaan dari orang tua.

*“Dari awal memang saya sekolah itu bukan karena saya sendiri karena memang paksaan.”* (Informan I)

*“Disuruh, gitu ya itu dipingin-pingini nanti pakai pakaian bagus jadi orang yang dipandang, dapet cewek banyak.”* (Informan II)

Karena adanya paksaan untuk sekolah di SMK Pelayaran informan I dan informan II merasa jika mereka dalam bersekolah tidak bersungguh-sungguh dan merasa malas.

*“Kalau disebut sebagai taruna mungkin lebih tepatnya enggak, bisa dibilang saya bukan taruna.”* (Informan I)

*“Sebab saya juga ngerasa gak pantes aja sih, lagipula kalau dilihat lihat saya ndak menggambarkan seorang taruna”* (Informan I)

*“Pertama saya masuk sini itu saya tergolong taruna yang malas karena saya masuk sini atas dasar paksaan”* (Informan II)

Sedangkan pada informan III alasan masuk di SMK Pelayaran yaitu atas keinginannya sendiri yang memiliki cita-cita sebagai pelaut dan termotivasi oleh saudaranya yang juga bersekolah di SMK Pelayaran.

*“Siap, cita-cita saya senior sebagai seorang pelaut.”* (Informan III)

*“Keinginan sendiri senior.”* (Informan III)

*“Dari kakak, dari saudara.”* (Informan III)

Sehingga informan menilai dirinya sebagai taruna harus disiplin dalam waktu, bertanggung jawab, beretika, pandai bercakap di lingkungan sosial.

*“Disiplin dalam waktu, bertanggungjawab, beretika, harus pandai bercakap dalam sosial gitu.”* (Informan III)

### **Faktor eksternal standar penilaian diri**

Pada faktor eksternal standar penilaian diri, alasan masuk di SMK Pelayaran menjadi salah satu hal yang mempengaruhi bagaimana informan memberikan standar dalam menilai diri. Terdapat

kesamaan pada alasan masuk informan I dan II yaitu karena adanya paksaan dari orang tua.

*“Dari awal memang saya sekolah itu bukan karena saya sendiri karena memang paksaan.”* (Informan I)

*“Disuruh, gitu ya itu dipingin-pingini nanti pakai pakaian bagus jadi orang yang dipandang, dapet cewek banyak.”* (Informan II)

Karena adanya paksaan untuk sekolah di SMK Pelayaran informan I dan informan II merasa jika mereka dalam bersekolah tidak bersungguh-sungguh dan merasa malas.

*“Kalau disebut sebagai taruna mungkin lebih tepatnya enggak, bisa dibilang saya bukan taruna.”* (Informan I)

*“Sebab saya juga ngerasa gak pantes aja sih, lagipula kalau dilihat lihat saya ndak menggambarkan seorang taruna”* (Informan I)

*“Banyak masalah, melanggar peraturan, banyaklah”* (Informan I)

*“Pertama saya masuk sini itu saya tergolong taruna yang malas karena saya masuk sini atas dasar paksaan”* (Informan II)

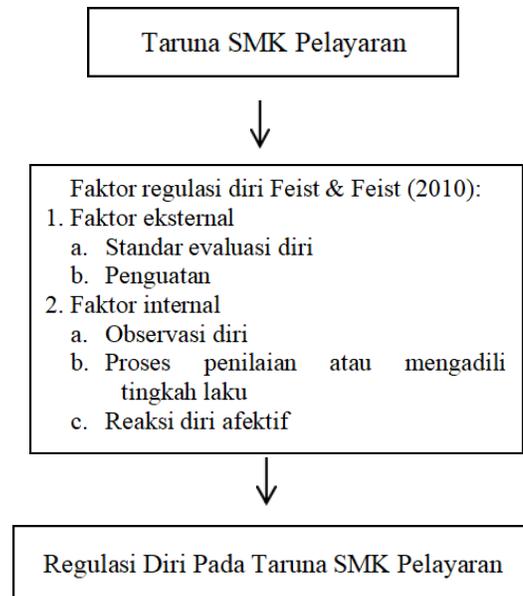
Sedangkan pada informan III alasan masuk di SMK Pelayaran yaitu atas keinginannya sendiri yang memiliki cita-cita sebagai pelaut dan termotivasi oleh saudaranya yang juga bersekolah di SMK Pelayaran.

*“Siap, cita-cita saya senior sebagai seorang pelaut.”* (Informan III)

*“Dari kakak, dari saudara.”* (Informan III)

Sehingga informan menilai dirinya sebagai taruna harus disiplin dalam waktu, bertanggung jawab, beretika, pandai bercakap di lingkungan sosial.

*“Disiplin dalam waktu, bertanggungjawab, beretika, harus pandai bercakap dalam sosial gitu.”* (Informan III)



**Gambar 1.** Desain Penelitian Regulasi Diri Pada Taruna SMK

### ***Faktor eksternal standar penilaian diri***

Pada faktor eksternal standar penilaian diri, alasan masuk di SMK Pelayaran menjadi salah satu hal yang mempengaruhi bagaimana informan memberikan standar dalam menilai diri. Terdapat kesamaan pada alasan masuk informan I dan II yaitu karena adanya paksaan dari orang tua.

*“Dari awal memang saya sekolah itu bukan karena saya sendiri karena memang paksaan.”* (Informan I)

*“Disuruh, gitu ya itu dipingin-pingini nanti pakai pakaian bagus jadi orang yang dipandang, dapat cewek banyak.”* (Informan II)

Karena adanya paksaan untuk sekolah di SMK Pelayaran informan I dan informan II merasa jika mereka dalam bersekolah tidak bersungguh-sungguh dan merasa malas.

*“Kalau disebut sebagai taruna mungkin lebih tepatnya enggak, bisa dibilang saya bukan taruna.”* (Informan I)

*“Sebab saya juga ngerasa gak pantes aja sih, lagipula kalau dilihat lihat saya ndak*

*menggambarkan seorang taruna”* (Informan I)

*“Banyak masalah, melanggar peraturan, banyaklah”* (Informan I)

*“Pertama saya masuk sini itu saya tergolong taruna yang malas karena saya masuk sini atas dasar paksaan”* (Informan II)

Sedangkan pada informan III alasan masuk di SMK Pelayaran yaitu atas keinginannya sendiri yang memiliki cita-cita sebagai pelaut dan termotivasi oleh saudaranya yang juga bersekolah di SMK Pelayaran.

*“Siap, cita-cita saya senior sebagai seorang pelaut.”* (Informan III)

*“Keinginan sendiri senior.”* (Informan III)

*“Dari kakak, dari saudara.”* (Informan III)

Sehingga informan menilai dirinya sebagai taruna harus disiplin dalam waktu, bertanggung jawab, beretika, pandai bercakap di lingkungan sosial.

*“Disiplin dalam waktu, bertanggungjawab, beretika, harus pandai*

*bercakap dalam sosial gitu.”* (Informan III)

### **Faktor eksternal penguatan**

Penguatan dari lingkungan diperoleh ketiga informan, yaitu menilai senior lebih banyak melatih kedisiplinan dan mental taruna dibandingkan dengan guru.

*“Senior lebih sering mendidik juniornya daripada gurunya, sedangkan guru lebih fokus pada mengajar daripada mendidik tarunanya kan. Mulai dari mantabintal sampai mendidik taruna-taruna yang bermasalah kan lebih sering senior daripada gurunya”* (Informan I)

*“Jadi tertanam di diri kita, untuk takut pada atasan, itu ditanamkan tidak hormat mbak, tapi lebih ke takut, kalau bisa dibilang SMK Pelayaran menjunjung tinggi senioritas”* (Informan I)

Informan I dan informan III pernah merasa berhasil menjadi taruna ketika dapat melewati basisan pada informan I dan dapat menyelesaikan tugas mantapbintal pada informan III.

*“Pernah mbak, waktu saya berhasil melalui semua basisan yang melalui yang ditimpa saya”* (Informan I)

*“Pernah senior.”* (Informan III)

*“Waktu selesai mantapbintal.”* (Informan III)

### **Faktor internal observasi diri**

Ketiga informan mengetahui apa yang menjadi kekurangan dalam diri masing-masing informan. Informan I cenderung teledor, ceroboh, suka bertindak sesuka hari menjadikan informan sering melakukan pelanggaran.

*“Pandangan saya terhadap diri saya itu ya ceroboh dan teledor mbak”* (Informan I)

*“Kalau untuk pengakuan diri memang, saya merasa begitu”* (Informan I)

Pada informan II informan termasuk orang yang temperamental, sering merasa mudah marah, dendam bahkan ingin melakukan kekerasan fisik

kepada setiap selesai latihan fisik.

*“Iya senior, bawaanya pingin marah terus”* (Informan II)

*“Pengen dendam, pengen mukul tapi dia senior, atasan”* (Informan II)

Pada informan III informan mengetahui jika dirinya suka bermalas-malasan, tidak bersungguh-sungguh jika mengikuti kelas.

*“Siap, suka malas malasan senior”* (Informan III)

*“Waktu pelajaran tidur, atau maen hp”* (Informan III)

Pemahaman informan terkait dengan kegiatan dan kebiasaan yang ada di SMK Pelayaran sebelum menjadi taruna terdapat perbedaan.

*“Kalau SMK Pelayaran saya sudah tahu kayak gimana sih, terus lingkungannya kayak gimana sih saya sebenarnya sudah tahu kayak gimana, saya berpikir ini bisa merubah nasib saya kedepane dan juga saya pengen nyenengin orang tua saya juga sih mbak”* (Informan I)

*“Iya senior sudah tau semua”* (Informan II)

*“Udah gitu, sekolah pelayaran semi militer harus disiplin banget, kalau dibentak bentaknya saya ndak tau”* (Informan III)

### **Faktor internal proses penilaian**

Dalam proses penilaian, informan I menyadari jika dirinya sering melakukan pelanggaran dan membuat masalah disekolah, meski menyadari hal tersebut tidak menjadikannya mengevaluasi diri namun seiring berjalannya waktu informan I berkeinginan untuk berubah tapi menurutnya proses untuk berubah susah dan banyaknya gangguan membuatnya terkesan kurang ada perubahan.

*“Ya kalau untuk berubah ya ada keinginan untuk berubah, tapi ya prosesnya untuk berubah itu mbak yang susah, pasti ada aja godaan atau gangguan gangguan gitu”* (Informan I)

Pada informan I cenderung bertindak sesuai dengan apa yang dikuasai atau menurutnya dia ahli dalam bidang tersebut. Informan II cenderung mempertimbangkan terlebih dahulu hal yang akan dilakukan atau ketika memutuskan sebuah pilihan. Sedangkan pada informan III, informan bertindak sesuai dengan keinginannya dan tidak memikirkan kemungkinan konsekuensi yang terjadi.

*“Lebih dari hal yang saya kuasai Mbak.”*  
(Informan I)

*“Kalau untuk memutuskan satu pilihan kayak yang saya suka dan yang saya kuasai atau enggak.”* (Informan I)

*“Lebih ke pertimbangan yang matang sih senior, ibarat kayak mau ikut ekstra pedang pora itu mikir dulu nanti pulangnya malam nanti soalnya gimana terus mbrasso gimana?”* (Informan II)

*“Pertimbangannya kurang tahu, senior.”*  
(Informan III)

*“Eeee, yang kupikirkan, ndak ada.”*  
(Informan III)

### **Faktor internal reaksi diri**

Ketiga informan menerima konsekuensi hukuman ketika didapati melanggar peraturan.

*“Mengakui, dan menerima konsekuensinya.”* (Informan I)

*“Dihukum biasane.”* (Informan II)

*“Menerima konsekuensinya senior.”*  
(Informan III)

Terkait dengan pandangan terhadap taruna yang melakukan pelanggaran, informan I tidak melakukan apapun dan tidak berusaha mengingatkan untuk tidak melakukan pelanggaran karena menurutnya ia bukan pembuat peraturan jadi tidak memiliki kewajiban untuk mengingatkan, hampir sama.

*“Tidak melakukan apapun”* (Informan I)

*“Tidak kan saya tidak yang membuat peraturan tersebut”* (Informan I)

Sementara informan II ketika terdapat taruna yang melanggar peraturan, lebih baik untuk

tidak melakukan pelanggaran, karena hukuman akan diberikan kepada satu angkatan, lebih baik memikirkan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu.

*“Kalau pandangan saya sih, lebih baik jangan melanggar aturan sih, karena berakibat ketika melanggar peraturan yang lain juga kena yang gatau apa apa, pinter pinter mikir dulu sebelum nglakui apa apa, soalnya sekarang itu, salah sekecil apapun diperbesar kayaknya.”*

(Informan II)

Sedangkan informan III tidak terlalu mempedulikan taruna lain yang melakukan pelanggaran.

*“Pandangannya gaada senior.”* (Informan III)

*“Iya senior (tidak masalah).”* (Informan III)

*“Ndak senior, saya sadar diri saya juga begitu senior”* (Informan III)

### **DISKUSI**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri pada taruna SMK. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang paling berpengaruh dalam regulasi diri pada taruna SMK yaitu: faktor standar penilaian diri, penguatan dari lingkungan, dan observasi diri.

Penelitian sebelumnya regulasi diri merupakan salah satu potensi yang dapat digunakan dan dikembangkan untuk para siswa untuk dapat mencapai keberhasilan dalam pembelajaran, regulasi diri dalam belajar dikenal sebagai sebuah proses dalam diri siswa yang dapat mengatur dan mengelola pikiran, perasaan, keinginan dan penetapan tindakan yang sebaiknya dilakukan, selain itu siswa juga dapat mengatur pencapaian dan aksi dari perencanaan tindakan tersebut, sehingga dapat dilakukan evaluasi kesuksesan untuk menentukan capaian yang lebih tinggi selanjutnya (Friskilia & Winata, 2018).

Faktor eksternal dari regulasi diri berkaitan dengan pemberian standar untuk menilai perilaku diri sendiri artinya individu melakukan penilaian standar diri dan

mengevaluasi diri dalam hal ini standar tidak hanya berasal dari daya tarik internal melainkan terdapat pengaruh lingkungan yang berinteraksi dengan pengaruh pribadi yang membentuk standar individu untuk evaluasi (Feist & Feist, 2010).

Dalam wawancara mengenai faktor eksternal memberikan standar untuk menilai perilaku diri sendiri ditemukan tema baru yaitu standar penilaian diri dan penguatan. Pada faktor standar penilaian diri ketiga informan, alasan memilih dan masuk sekolah di SMK Pelayaran tiap-tiap informan memberikan pengaruh dalam memberikan standar penilaian diri ketiga informan. Informan yang masuk atas keinginan dan paksaan dari orang tua menilai dirinya sebagai taruna yang malas dan tidak bersungguh-sungguh dalam melakukan kegiatan sekolah. Sedangkan informan yang masuk atas keinginannya sendiri karena termotivasi oleh saudaranya dan bercita-cita menjadi seorang pelaut memberi standar pada dirinya dalam menjadi taruna untuk harus disiplin terkait dengan waktu, bertanggung jawab, beretika dan pandai bercakap di lingkungan sosial. Standar penilaian diri terkait dengan pemberian standar pada perilaku informan, perilaku yang disadari memunculkan pengertian akan kekurangan yang diharapkan dapat digunakan sebagai evaluasi untuk mengembangkan tujuan-tujuan hidup (Pratiwi & Wahyuni, 2019). Menilai diri sendiri ketika mengerjakan sesuatu dilakukan agar terdapat kemajuan kearah tujuan, fokus yang dilakukan terhadap diri sendiri mampu memberikan perubahan terhadap perilaku (Ormrod & Kumara, 2002).

Pada faktor penguatan, ketiga informan telah memahami kegiatan dan kebiasaan yang ada di SMK Pelayaran yang berbasis semi militer, senioritas yang terbilang kental serta pemberian latihan fisik dan mental yang dilakukan hampir setiap hari. Bandura (Alwisol, 2009) lingkungan berinteraksi dengan pengaruh-pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri seseorang. Beberapa hal mempengaruhi regulasi diri atau kemampuan mengatur diri diantaranya situasi belajar di sekolah, guru yang menyampaikan materi, ataupun iklim di sekolah (Suhendra, Neviyarni, &

Ahmad, 2016). Hal tersebut sesuai dengan ketiga informan yang sama mendapatkan penguatan dari lingkungan yang banyak dilatih fisik dan mental oleh para senior.

Kemudian pada faktor internal terdapat observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri. Dalam observasi diri temuan penelitian menunjukkan ketiga informan mengetahui apa yang menjadi kekurangan dalam diri masing-masing informan. Dengan observasi diri, seseorang akan tahu tentang seberapa besar perubahan kemajuan dalam dirinya. Sehingga seseorang harus selektif terhadap beberapa aspek perilakunya (Feist & Feist, 2010). Menurut Zimmerman (Rizanti, 2013) Saat individu melakukan observasi, individu akan menghasilkan persepsi tentang kemajuan yang dapat memotivasi untuk meningkatkan kinerja dengan mengubah apa yang telah dilakukan dengan menyadari tingkah lakunya.

Faktor selanjutnya dalam regulasi diri adalah proses penilaian, proses penilaian akan membantu individu dalam meregulasi perilaku. Dalam melakukan proses penilaian dilakukan informan setelah mereka melakukan pelanggaran dan mendapat hukuman, akibat dari masalah-masalah lain yang akan mereka dapatkan ketika melakukan pelanggaran. Evaluasi dilakukan guna memperbaiki diri dan menghindari terjadinya pengulangan pelanggaran. Penentuan tujuan serta evaluasi diri adalah hal yang penting dilakukan untuk mencapai prestasi atau tujuan sekolah (Wibowo, 2011).

Faktor terakhir dalam regulasi diri adalah reaksi diri, reaksi diri didasarkan pada penilaian individu terhadap dirinya dengan bagaimana individu tersebut mengevaluasi dirinya secara positif atau negative serta memberikan hadiah atau hukuman terhadap dirinya sendiri (Pisani, 2017). Menurut Feist & Feist (2010) manusia menciptakan inisiatif tindakannya melalui penguatan diri (reward) atau hukuman diri (punishment). Masing-masing informan menerima konsekwensi hukuman ketika didapati melanggar peraturan, selain itu mereka juga berusaha untuk tidak melakukan pelanggaran lagi karena hukuman akan diberikan kepada satu angkatan, lebih baik

memikirkan terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu.

Tidak ada penelitian yang sempurna, begitupun penelitian kami. Salah satu kelemahan penelitian ini adalah belum menghubungkan variabel regulasi diri dengan variabel lain yang mempengaruhi, serta sebaran informan yang sangat terbatas di satu sekolah SMK Taruna.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian dan uraian pada pembahasan mengenai faktor yang mempengaruhi regulasi diri taruna SMK ini dapat disimpulkan beberapa hal yaitu: (1) terdapat faktor yang mempengaruhi regulasi diri taruna SMK, yaitu faktor eksternal yang meliputi standar penilaian diri dan penguatan serta faktor internal yang meliputi observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri. (2) faktor yang menonjol pada tiap-tiap informan, yaitu: informan I pada faktor standar penilaian diri dan penguatan, informan II pada faktor observasi diri dan informan III pada faktor standar penilaian diri.

## DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM Press.

Bakracevic Vukman, K., & Licardo, M. (2010). How cognitive, metacognitive, motivational and emotional self-regulation influence school adolescence and early adulthood. *Educational Studies*, 36(3), 259-268.

Diananda, A. (2018). Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *ISTIGHNA*, 1(1), 116-133.

Dias, P., & Castillo, J. A. (2014). Self-regulation and tobacco use: Contributions of the confirmatory factor analysis of the Portuguese version of the short self-regulation questionnaire. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 370-374.

Farah, M., Suharsono, Y., & Prasetyaningrum, S. (2019). Konsep diri dengan regulasi diri dalam belajar pada siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(2), 171-183.

Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori Kepribadian Ed. 7*. Jakarta: Salemba Humanika.

Friskilia, O., & Winata, H. (2018). Regulasi Diri (Pengaturan Diri) sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 3(2), 36-43. doi:10.17509/jpm.v3i1.9454

Hardiansyah, H. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika.

McCullough, M., & Willoughby, B. L. (2009). Religion, self-regulation, and self-control: Associations, explanations, and implications. *Psychological bulletin*, 69.

Muhayyng, M. (2020). Peran Pendidikan Karakter dalam Membentuk Kedisiplinan Taruna Ditinjau dari Aspek Kebudayaan Indonesia. *Jurnal Venus*, 8(1), 78-89.

Nugrahani, F. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Solo: Cakra Books.

Nurhisam, L. (2017). Implementasi pendidikan karakter sebagai solusi dekadensi moral anak bangsa. *Elementary*, 5(1), 110-131.

Nurkholis. (2013). Pendidikan dalam upaya memajukan teknologi. *Jurnal Kependidikan*, 1(1), 24-44.

Ormrod, J. E., & Kumara, A. (2002). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.

Pisani, L. (2017). *Hubungan antara regulasi diri dengan kecenderungan pembelian impulsif pada remaja akhir terhadap produk barang*. Yogyakarta: Skripsi Program Studi Psikologi Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

Pratiwi, W. I., & Wahyuni, S. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Self Regulation Remaja dalam Bersosialisasi. *JP3SDM*, 8(1), 1-11.

Rahmawati, K. (2014). Pendidikan Karakter Taruna Sekolah Tinggi Kedinasan. *Seminar Nasional Psikologi UMS* (hal. 29-33). Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Rizanti, F. D. (2013). Hubungan Antara Self Regulated Learning dengan Prokrastinasi Akademik dalam menghafal Quran pada

- Mahasantri Ma'had 'Aly Masjid Nasional Al-Akbar Surabaya. *Character*, 2(1), 1-7.
- Ruminta, Tiatri, S., & Mularsih, H. (2017). PERBEDAAN REGULASI DIRI BELAJAR PADA SISWA SEKOLAH DASAR KELAS VI DITINJAU DARI JENIS KELAMIN. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 286-294.
- Suhendra, M., Neviyarni, & Ahmad, R. (2016). Kontribusi Motivasi Berprestasi terhadap Regulasi Diri Siswa Membolos di Madrasah Aliyah Negeri 2 Payakumbuh serta Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(2), 124-132. doi:10.24036/02016526550-0-00
- Wibowo, T. (2011). *Learning and Instruction: Teori dan Aplikasi edisi Keenam*. Jakarta: Kencana.
- Zamtinah, Kurniawan, U., Sarosa, D., & Tyasari, R. (2011). Model pendidikan karakter untuk sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 1(1), 98-109.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American educational research journal*, 45(1), 166-183.

Naskah masuk: 9 Agustus 2023

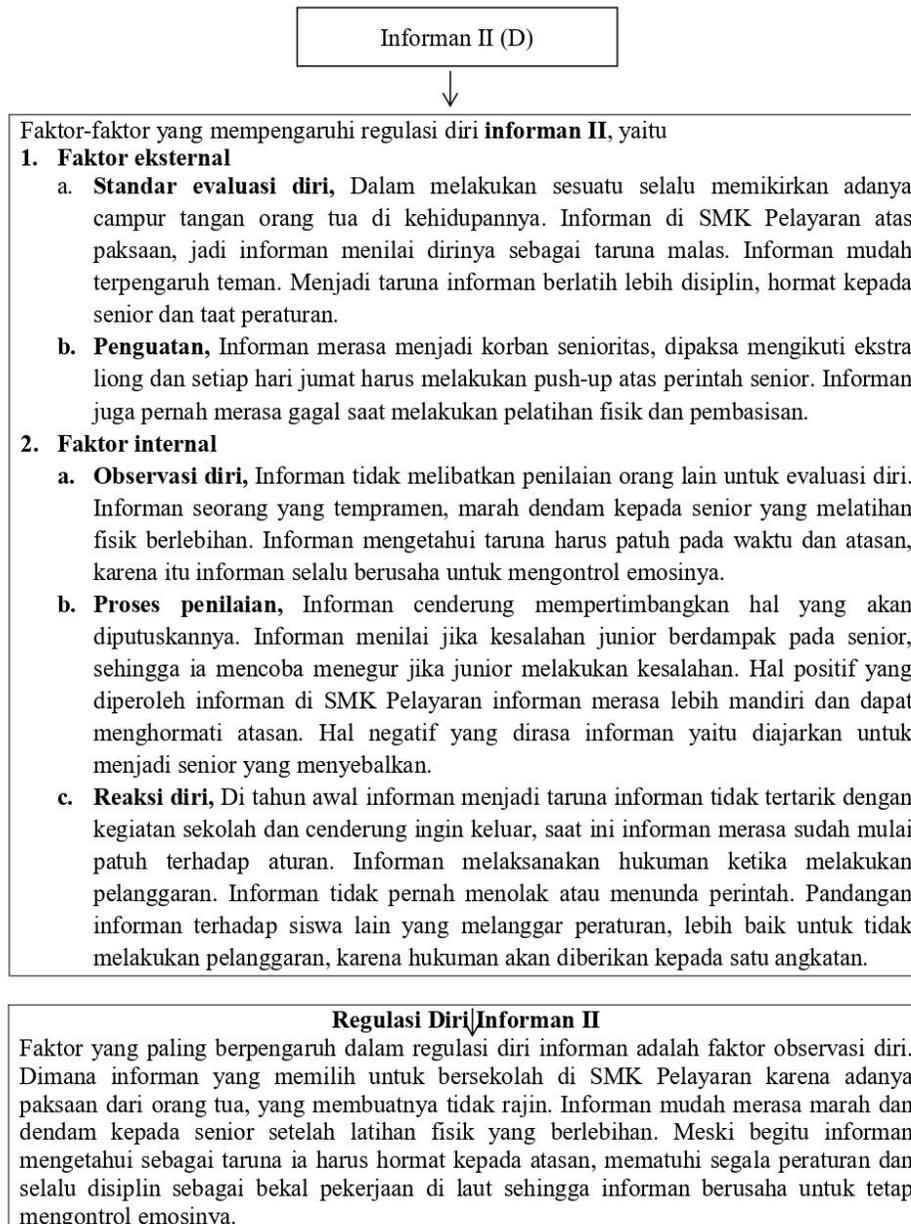
Naskah diterima: 28 Agustus 2024

## Lampiran 1.



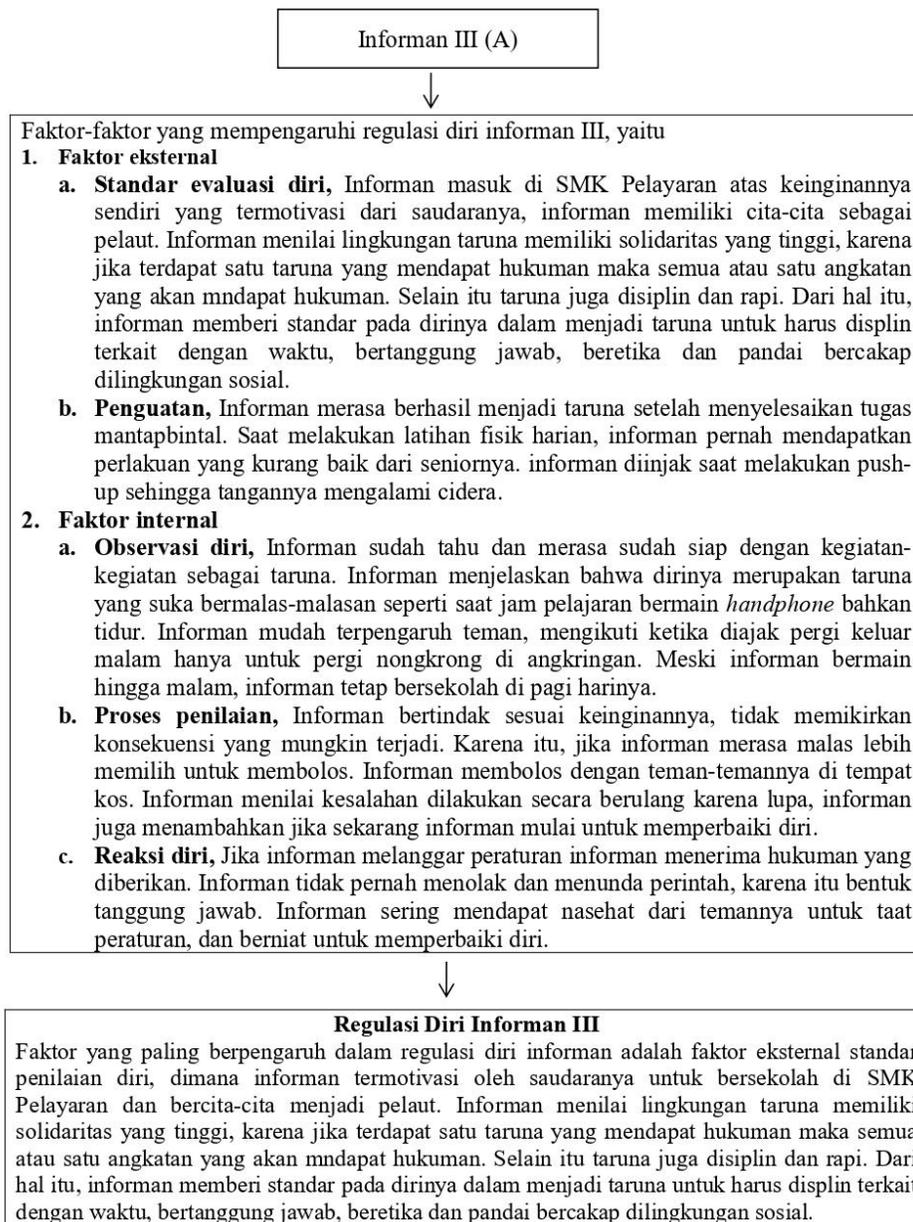
Gambar 2. Skema Interpretasi Informan I

## Lampiran 2.



Gambar 3. Skema Interpretasi Informan II

## Lampiran 3



Gambar 4. Skema Interpretasi Informan III