

Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan *Self-Regulation Learning* pada Siswa Kelas XII SMAS PEMDA Bahorok

The Correlation Between Self-Efficacy and Self-Regulated Learning Among Twelfth-Grade Students at SMAS PEMDA Bahorok

Eryanti Novita^(1*) & Nurul Icha⁽²⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

*Corresponding author: eryanti@staff.uma.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *self-regulated learning* pada siswa kelas XII SMAS PEMDA Bahorok. Masalah difokuskan pada kemampuan siswa dalam mengatur proses belajar secara mandiri yang berkaitan dengan tingkat *self-efficacy* yang dimiliki. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek penelitian adalah seluruh populasi siswa kelas XII SMAS PEMDA Bahorok sebanyak 102 orang dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui skala *self-efficacy* yang disusun berdasarkan teori Albert Bandura serta skala *self-regulated learning* yang diadaptasi dari penelitian Rusdi (2025) berdasarkan teori Barry Zimmerman, kemudian dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r = 0,687$ dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan *self-regulated learning*. Koefisien determinasi sebesar 47,2% menunjukkan kontribusi *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-efficacy* berperan penting dalam mendukung kemampuan siswa kelas XII SMAS PEMDA Bahorok dalam mengatur proses belajar secara mandiri.

Kata Kunci: *Self-Efficacy*; *Self-Regulated Learning*; Siswa SMA.

Abstract

This study aims to examine the correlation between self-efficacy and self-regulated learning among twelfth-grade students at SMAS PEMDA Bahorok. The problem focuses on students' ability to regulate their own learning processes, which is associated with their level of self-efficacy. This study employed a quantitative approach with a correlational method. The subjects of this study were the entire population of twelfth-grade students at SMAS PEMDA Bahorok, totaling 102 students, using a total sampling technique. Data were collected using a self-efficacy scale developed based on the theory of Albert Bandura and a self-regulated learning scale adapted from Rusdi (2025) based on the theory of Barry Zimmerman, and were analyzed using Pearson correlation with the assistance of SPSS version 25. The results showed a correlation coefficient of $r = 0.687$ with a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a positive and significant correlation between self-efficacy and self-regulated learning. The coefficient of determination of 47.2% indicates that self-efficacy contributes to self-regulated learning. This study concludes that self-efficacy plays an important role in supporting the ability of twelfth-grade students at SMAS PEMDA Bahorok to regulate their learning processes independently.

Keywords: *Self-Efficacy*; *Self-Regulated Learning*; High School Students.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v7i2.1087>

Rekomendasi mensitasi :

Novita, E. & Icha, N. (2026), Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan *Self-Regulation Learning* pada Siswa Kelas XII SMAS PEMDA Bahorok. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 7 (2): 183-188.

PENDAHULUAN

Masa remaja ialah periode kritis guna perkembangan pribadi, terutama bagi siswa sekolah menengah atas (SMA) saat mereka tumbuh menjadi dewasa. Selama masa ini, siswa mulai mengenali potensi mereka, membentuk identitas mereka, dan merencanakan masa depan mereka. Oleh karena itu, persiapan psikologis khususnya kepercayaan diri dan kemampuan guna mengelola proses pembelajaran menjadi sangat penting.

Siswa kelas XII SMA menghadapi berbagai tuntutan akademis, seperti menyelesaikan tugas akhir, mempersiapkan ujian, dan menyusun rencana studi ke depan. Dalam situasi ini, siswa harus mampu mengelola proses belajar mereka sendiri. Namun, pada kenyataannya banyak siswa kesulitan mengatur waktu belajar, kurang konsisten dalam menjalankan strategi belajar, dan mudah kehilangan motivasi di bawah tekanan akademis. Kemampuan guna mengelola proses belajar sendiri dikenal sebagai *self-regulated learning* (Zimmerman dalam Darmiany, 2012).

Salah satu faktor yang memengaruhi *self-regulated learning* ialah *self-efficacy*, yang mengacu pada keyakinan individu bahwasanya mereka dapat mengatur dan melaksanakan perilaku guna mencapai tujuan (Bandura dalam Ghufroon & Risnawati, 2010). Siswa dengan *self-efficacy* tinggi cenderung percaya diri, gigih, dan secara efektif mengelola strategi belajar mereka, sedangkan siswa dengan *self-efficacy* rendah cenderung meragukan kemampuan mereka dan gagal mengelola proses belajar mereka secara efisien.

Riset sebelumnya telah menunjukkan hubungan antara *self-efficacy* dan *self-*

regulated learning. Rismawati (2021) menemukan bahwasanya *self-efficacy* sangat berkorelasi dengan *self-regulated learning*. Waode (2023) juga menunjukkan bahwasanya siswa dengan *self-efficacy* tinggi menunjukkan kemampuan *self-regulated learning* yang lebih unggul dibandingkan siswa dengan *self-efficacy* rendah. Khairunisa (2025) mengungkapkan bahwasanya *self-efficacy* berperan dalam membantu siswa menerapkan strategi pembelajaran, manajemen waktu, dan motivasi secara efektif.

Namun, setiap lingkungan sekolah memiliki karakteristik yang berbeda. Observasi awal terhadap siswa kelas XII di SMAS PEMDA Bahorok mengungkapkan bahwasanya siswa masih kesulitan dalam manajemen waktu belajar, kurang konsisten dalam menerapkan strategi belajar, dan mudah kehilangan motivasi ketika menghadapi tekanan akademis. Hal ini menunjukkan bahwasanya kemampuan belajar mandiri siswa belum berkembang secara optimal dan mungkin terkait dengan *self-efficacy*. Berdasarkan latar belakang tersebut, riset ini bertujuan guna menyelidiki hubungan antara *self-efficacy* dan belajar mandiri di kalangan siswa kelas XII di SMAS PEMDA Bahorok.

METODE PENELITIAN

Riset ini ialah riset kuantitatif yang menggunakan metode analisis korelasi guna menyelidiki hubungan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* di kalangan siswa kelas 12 SMAS PEMDA Bahorok. Alasan pemilihan pendekatan riset ini ialah guna fokus pada pengukuran hubungan antar variabel secara objektif menggunakan data numerik.

Riset ini dilakukan di SMAS PEMDA di Bahorok, Kabupaten Langkat, Sumatera Utara dari Desember 2025 hingga Februari 2026. Pengumpulan data dilakukan dengan mendistribusikan kuesioner langsung kepada responden (offline). Populasi riset ini terdiri dari seluruh 102 siswa kelas XII di SMAS PEMDA Bahorok tahun ajaran 2025/2026. Karena metode pengambilan sampel yang digunakan ialah total sampling, maka seluruh populasi digunakan sebagai sampel riset.

Instrumen riset ini ialah skala psikologis yang terdiri dari skala *self-efficacy* dan skala *self-regulated learning*. Skala *self-efficacy* dikembangkan peneliti berdasarkan teori Bandura dan mencakup tiga aspek: *magnitude*, *strength*, dan *generality*. Skala ini terdiri dari total 36 item. Skala *Self-regulated learning* diukur dengan memodifikasi skala yang dikembangkan oleh Rusdi (2022), yang didasarkan pada aspek *self-regulated learning* oleh Zimmerman. Skala ini terdiri dari 38 item. Selama proses modifikasi, kata-kata pada item disesuaikan agar sesuai dengan karakteristik subjek riset tanpa mengubah makna subjek pengukuran. Kedua alat tersebut menggunakan skala Likert 5 poin.

Sebelum digunakan dalam riset, survei pendahuluan dilakukan pada 32 responden di luar sampel riset guna memverifikasi validitas dan reliabilitas sebelumnya. Validitas diverifikasi menggunakan koefisien korelasi momen, dan reliabilitas ditetapkan pada nilai 0,70 atau lebih tinggi menggunakan koefisien alfa Cronbach. Pengumpulan data dilakukan dengan mendistribusikan kuesioner secara langsung. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Uji normalitas dan linearitas dilakukan sebagai uji pendahuluan. Selain itu, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan koefisien korelasi Pearson guna mengidentifikasi hubungan antara kedua variabel dan koefisien determinasi guna menentukan pengaruh *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagai hasil validasi skala *self-efficacy* yang terdiri dari 36 item, item 31 dianggap tidak tepat karena nilai Korelasi Item-Total Terkoreksi kurang dari 0,349. Oleh karena itu, 35 item dinyatakan valid dan digunakan dalam riset ini.

Tabel 1. Skala Self-Efficacy

Aspek-aspek	Aitem				Total
	Favorable		Unfavorable		
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
<i>Magnitude</i>	1, 3	-	2, 4	-	4
	5, 7	-	6, 8	-	4
	9, 11	-	10, 12	-	4
<i>Strenght</i>	13, 15	-	14, 16	-	4
	17, 19	-	18, 20	-	4
	21, 23	-	22, 24	-	4
<i>Generality</i>	25, 27	-	26, 28	-	4
	29	31	30, 32	-	4
	33, 35	-	34, 36	-	4
Jumlah Total	17	1	18	-	36

Selain itu, butir 18, 31, dan 34, yang memiliki nilai Korelasi Butir-Total Terkoreksi kurang dari 0,349, dikeluarkan dari Skala *Self-regulated learning* yang

terdiri dari 38 butir. Oleh karena itu, total 35 butir dinyatakan valid dan digunakan dalam riset ini.

Tabel 2. Skala *Self Regulated Learning*

Aspek-aspek	Aitem				Total
	Favorable		Unfavorable		
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Strategy Cognition	1, 3, 5, 7, 9	-	2, 4, 6, 8, 10	-	10
	11, 13, 15, 17	-	12, 14, 16	18	8
Strategy Motivation	19, 21, 23	-	20, 22, 24	-	6
	25, 27, 29	-	26, 28, 30	-	6
Strategy Behavior	33	31	32	34	4
	35, 37		36, 38	-	4
Jumlah Total	18	1	17	2	38

Setelah uji validitas, dilakukan uji reliabilitas. Hasil analisis menunjukkan bahwasanya koefisien reliabilitas guna Skala *Self-efficacy* dan Skala *Self-regulated learning* masing-masing ialah 0,887 dan 0,890, yang menunjukkan bahwasanya kedua alat riset tersebut reliabel dan sesuai sebagai instrumen pengukuran.

Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	N of Items	Ket.
<i>Self-Efficacy</i>	0,887	35	Reliabel
<i>Self-regulated Learning</i>	0,890	35	Reliabel

Analisis deskriptif menunjukkan bahwasanya skor *self-efficacy* responden berkisar antara 90,00 hingga 171,00, dengan rata-rata 122,62 dan standar deviasi 15,06. Sementara itu, skor *self-regulated learning* berkisar antara 84,00 hingga 162,00, dengan rata-rata 119,89 dan standar deviasi 15,67. Secara keseluruhan, variabilitas data guna kedua variabel tersebut tergolong sedang hingga tinggi.

Tabel 4. Statistik Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
<i>self-efficacy</i>	102	90	171	122.62	15.06
<i>self-regulated learning</i>	102	84	162	119.89	15.67

Selain itu, karena ukuran sampel melebihi 50, dilakukan uji normalitas

menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Hasil analisis menunjukkan bahwasanya *self-efficacy* memiliki tingkat signifikansi 0,200 dan *self-regulated learning* memiliki tingkat signifikansi 0,120 ($p > 0,05$). Oleh karena itu, kedua variabel tersebut mengikuti distribusi normal dan memenuhi asumsi analisis parametrik.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Sig. (Kolmogorov-Smirnov)	Ket.
<i>self-efficacy</i>	0.200	Normal
<i>self-regulated learning</i>	0.120	Normal

Hasil uji linearitas menunjukkan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) pada wilayah linearitas, yang mengindikasikan hubungan linier antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning*.

Tabel 6. Uji Linearitas

Korelasi	P	Ket.
X-Y	0,000	Linear

Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,687 dan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning*. Nilai ini termasuk dalam kategori korelasi kuat. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,472 berarti bahwasanya *self-efficacy* berkontribusi sebesar 47,2%

terhadap *self-regulated learning*. Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Tabel 7. Analisis Korelasional

Variabel	r	R ²	Sig.	N
X-Y	0,687	0,472	0,000	102

Riset ini bertujuan guna menyelidiki hubungan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* di kalangan siswa kelas XII SMAS PEMDA Bahorok. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi $r = 0,687$ dan tingkat signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$), yang menegaskan adanya korelasi positif yang signifikan antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning*. Oleh karena itu, hipotesis riset bahwasanya terdapat korelasi antara kedua variabel tersebut diterima.

Koefisien korelasi sebesar $0,687$ menunjukkan korelasi yang kuat, yang menunjukkan bahwasanya *self-efficacy* sangat berkaitan dengan kemampuan belajar mandiri siswa. Dengan kata lain, semakin tinggi kepercayaan diri siswa terhadap kemampuannya, semakin baik pula kemampuannya guna mengatur proses belajar secara mandiri. Lebih lanjut, koefisien determinasi sebesar $47,2\%$ menunjukkan bahwasanya *self-efficacy* memiliki dampak yang signifikan terhadap *self-regulated learning*.

Secara teoritis, hasil riset ini konsisten dengan pandangan Bandura bahwasanya *self-efficacy* memengaruhi proses kognitif, motivasi, dan ketahanan ketika individu menghadapi tantangan. Individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung menetapkan tujuan, mempertahankan upaya, dan menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas. Dalam konteks pembelajaran, kondisi ini terkait erat dengan pembelajaran yang diatur sendiri,

seperti yang diusulkan Zimmerman, pengembangan kemampuan siswa guna secara mandiri merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses pembelajaran mereka.

Hasil riset ini konsisten dengan beberapa riset sebelumnya yang menunjukkan hubungan positif antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning*. Fitriyani dan Sugiyo (2022) menemukan korelasi yang kuat dengan kontribusi sebesar $46,2\%$, sedangkan Fadhly dan Aprianti (2022) menemukan korelasi sedang. Dillah dkk. (2023) menemukan kontribusi sebesar $15,5\%$, dan Putri dkk. (2025) mengkonfirmasi korelasi sedang dengan koefisien korelasi sebesar $0,507$. Secara keseluruhan, riset-riset ini menunjukkan bahwasanya *self-efficacy* memainkan peran penting dalam meningkatkan kemampuan pengaturan diri siswa.

Dibandingkan dengan riset sebelumnya, hasil riset ini menunjukkan korelasi yang relatif kuat dengan kontribusi sebesar $47,2\%$. Hal ini menunjukkan bahwasanya *self-efficacy* memainkan peran yang lebih penting dalam pembentukan *self-regulated learning* di kalangan siswa kelas XII SMAS PEMDA Bahorok. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh karakteristik siswa kelas XII yang berada di tahun terakhir sekolah menengah atas dan menghadapi tuntutan akademik yang sangat tinggi sehingga dibutuhkan kepercayaan diri yang lebih kuat dalam mengelola proses pembelajaran pada tingkat ini.

Secara keseluruhan, hasil riset ini menegaskan bahwasanya *self-efficacy* ialah faktor psikologis penting dalam meningkatkan kemampuan belajar

mandiri siswa, dan bahwasanya faktor ini memainkan peran penting khususnya dalam konteks *self-regulated learning* di tingkat sekolah menengah atas.

SIMPULAN

Hasil riset ini menunjukkan hubungan positif antara *self-efficacy* dan *self-regulated learning* di kalangan siswa kelas XII SMAS PEMDA Bahorok, dengan koefisien korelasi tinggi sebesar 0,687 (kategori kuat) dan kontribusi sebesar 47,2%. Hal ini menunjukkan bahwasanya siswa dengan *self-efficacy* yang lebih tinggi memiliki kemampuan yang lebih unggul dalam mengelola proses belajar mereka secara mandiri. Kemampuan ini terwujud dalam aktivitas seperti penetapan tujuan, pengelolaan strategi belajar, dan menjaga konsistensi dalam mencapai hasil belajar. Oleh karena itu, *self-efficacy* ialah salah satu faktor psikologis kunci yang mendukung perkembangan *self-regulated learning*, dan memainkan peran yang lebih penting lagi bagi siswa tahun terakhir yang menghadapi tuntutan akademik yang tinggi. Temuan riset ini dapat berfungsi sebagai data dasar bagi sekolah guna berupaya meningkatkan *self-efficacy* siswa dan mendorong kemandirian belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmiany. (2012). *Self regulated learning (SRL): Riset dan aplikasi*. Arga Puji Press.
- Dillah, N. A. F., Mora, L., & Hemasti, R. (2024). Pengaruh *self-efficacy* terhadap *self-regulated learning* pada siswa kelas X di SMAN 4 Karawang. *Empowerment: Jurnal Indonesia Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3(3), 21–27.
- Fadhly, R., & Aprianti, M. (2022). Self efficacy dan *self-regulated learning* pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *MerPsy Journal*, 14(2), 153–167.
- Fitriyani, R., & Sugiyo. (2022). Hubungan antara *self-efficacy* dan *goal orientation* dengan *self-regulated learning* pada siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 1–7.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Laka, L., Abida, L., Damayanti, B. Y., Sandri, R., Zuhroh, L., Khotimah, H., Sera, D. C., Sulistiani, W., Widodo, R. W., Supraba, D., Cholilah, I. R., & Mukminin, E. Z. (2023). *Goal orientation dan self-efficacy dalam self-regulated learning*. Pustaka Akademikus.
- Nur, L., & Dewi, W. U. (2018). *Efikasi diri dan perilaku inovasi*. Indomedia Pustaka. <https://www.indomediapustaka.com>
- Putri, N. K., Mufidah, E. F., & Mudhar, M. (2025). Hubungan efikasi diri dengan *self-regulated learning* siswa SMK. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(3), 2268–2277. <https://doi.org/10.29303/jipp.v10i3.3214>
- Rismawati, Yulitri, R., & Hidayat, R. (2025). Hubungan *self efficacy* dengan *self regulated learning* pada mahasiswa bimbingan konseling Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar. *Empowerment Counseling Journal*, 1, 98–108.
- Rusdi, M. (2025). Scale validation of *self-regulated learning*. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 11(3), 564. <https://doi.org/10.58258/jime.v11i3.9091>
- Salsabylla, W., Ahmad, & Novita, J. (2023). Pengaruh efikasi diri terhadap *prokrastinasi*. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*, 5(2), 111–123. <https://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/ijic>