

Self-Management: Implications on Student Learning

by faruqf4 1

Submission date: 27-Sep-2022 06:33AM (UTC-0700)

Submission ID: 1910358245

File name: uji_bagian_ini.doc (634.5K)

Word count: 3764

Character count: 24050



Self-Management: Implications on Student Learning

Faruq Faruq, *Eny Purwandari

Master of Psychology, Muhammadiyah University of Surakarta.

*Corresponding Author e-mail: eny.purwandari@ums.ac.id

Abstract:

Berbagai permasalahan dialami oleh setiap negara setelah tersebar virus SARS-CoV-2 atau Coronavirus 2019 (COVID-19) yang berdampak pada sektor kesehatan, perekonomian, sosial masyarakat, dan pendidikan. Khususnya pada sektor pendidikan yang ada di Indonesia memberikan dampak pada guru, orang tua, dan siswa, hal tersebut membuat proses pembelajaran menjadi terhambat. Tujuan penelitian ini untuk mengkaji artikel ilmiah dengan pembahasan *self management* (SM) yang memberikan pengaruh pada lingkup pendidikan untuk membantu siswa dalam proses belajarnya. Metode yang digunakan adalah metode kajian pustaka dari hasil penelusuran menggunakan program *Publish or Perish 8* yang terindeks *Scopus*. Penggunaan artikel pada penelitian ini memiliki kriteria yang telah dipublikasikan 5 tahun terakhir dari tahun 2017-2022, kajian pustaka ini menggunakan konsep PRISMA 2020 dengan tahapan: 1) Proses identifikasi artikel, 2) Proses penyaringan artikel, 3) Proses kelayakan artikel, dan 4) Proses penggunaan artikel. Hasil kajian ini adalah penerapan strategi SM memberikan implikasi pada proses belajar siswa untuk mengatasi permasalahan akademik dan non akademik siswa. Meskipun strategi SM efektif digunakan dalam proses belajar siswa, perlu pertimbangan terkait tingkat prestasi siswa, pengalaman disabilitas yang dialami, dan keadaan sekolah umum dan khusus, sehingga metode ini selalu tepat dalam situasi tertentu sehingga rumusan strategi SM yang diterapkan sesuai kebutuhan siswa.

Article History

Received:

Revised:

Published:

Key Words :

Intervention, Self-
Management, Educational
Psychology, Students

How to Cite: First author., Second author., Third author, etc., (20xx). The title. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, vol(no). doi:<https://doi.org/10.33394/jk.vvxyyi>



<https://doi.org/10.33394/jk.vvxyyi>

This is an open-access article under the [CC-BY-SA License](#).



Introduction

Berbagai permasalahan dialami oleh setiap negara setelah tersebar virus SARS-CoV-2 atau Coronavirus 2019 (COVID-19) yang dapat menular dan bermutasi secara cepat (Parwanto, 2021; Susilo et al., 2020; Velavan & Meyer, 2020; Zhou et al., 2021), virus ini pertama kali melanda masyarakat China (Rothan & Byrareddy, 2020; Velavan & Meyer, 2020) kemudian tersebar ke berbagai negara yang membuat seluruh masyarakat di dunia merasa khawatir. Hal tersebut membuat *World Health Organization* (WHO) harus bertindak secara cepat dan tepat untuk mencegah penyebaran virus yang semakin tinggi, sehingga menetapkan COVID-19 sebagai wabah pandemi (Dyah, 2021; Nurchayati et al., 2021; Rahmandani & Kahija, 2021) dan menganjurkan kepada masyarakat untuk menggunakan masker saat bepergian, mencuci tangan, dan menjaga jarak dengan orang lain sebagai upaya meminimalisir penyebaran virus COVID-19 (Dyah, 2021; Nurchayati et al., 2021; Rahmandani & Kahija, 2021).



Pemerintah Indonesia akhirnya menetapkan aturan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) (Menteri Kesehatan RI, 2020; Presiden RI, 2020), penerapan aturan tersebut merupakan langkah strategis pemerintah Indonesia untuk menangani COVID-19 secara cepat. Adanya aturan PSBB juga mengharuskan setiap masyarakat untuk menjaga jarak, sehingga ditetapkan aturan agar mengurangi kerumunan yang terjadi di masyarakat dengan cara melakukan aktivitas dari rumah seperti bekerja, sekolah, beribadah, dan lain sebagainya. Berbagai sektor telah berdampak karena pandemi COVID-19, seperti sektor kesehatan (Aeni, 2021; Andreozzi et al., 2020; Feroz et al., 2020; Knight, 2020; Nils et al., 2020; Otu et al., 2020) perekonomian (Aeni, 2021; Darma Nasution et al., 2020; Livana PH et al., 2020; Santosa, 2020; UNICEF et al., 2021), sosial masyarakat (Aeni, 2021; Radhitya et al., 2020; UNICEF et al., 2021), dan pendidikan (Agyei-Nkansah et al., 2020; Ananda et al., 2021; Guadix et al., 2020; Mastura & Santaria, 2020; UNICEF Indonesia, 2022). Khususnya pada sektor pendidikan yang ada di Indonesia memberikan dampak pada guru, orang tua, dan siswa (Asmuni, 2020; Purwanto et al., 2020), hal tersebut membuat proses pembelajaran menjadi terhambat.

Permasalahan yang dialami adalah permasalahan *e-learning* yang menjadi kebijakan pemerintah. Hal yang paling sering dialami berupa kualitas konten dan materi yang tersedia (26,9%), pembatasan interaksi secara langsung dengan tenaga pengajar (19,6%), koneksi internet yang tidak stabil (16,8%), dan kondisi rumah yang tidak kondusif (13,8%) (Dyrek et al., 2022). Meskipun menghadapi kesulitan, 50% dari penelitian yang ada merasakan cukup puas dengan metode *e-learning* yang dijalani, sementara 36% sangat puas dan 17% tidak puas (Abdull Mutalib et al., 2022), dijelaskan lebih lanjut bahwa sebagian besar penelitian (26%) menyebutkan pembelajaran daring dianggap lebih fleksibel, selain itu terdapat permasalahan koneksi internet (19%) dan interaksi yang rendah antara siswa dan guru (19%) (Abdull Mutalib et al., 2022). Di bidang pendidikan, keadaan darurat ini menyebabkan penutupan besar-besaran kegiatan tatap muka lembaga pendidikan di lebih dari 190 negara untuk mencegah penyebaran virus dan mengurangi dampaknya. Menurut data dari United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), pada pertengahan Mei 2020, lebih dari 1,2 miliar siswa di semua tingkat pendidikan di seluruh dunia telah berhenti mengikuti kelas tatap muka. Dari jumlah tersebut, lebih dari 160 juta adalah siswa di Amerika Latin dan Karibia (NU. CEPAL-UNESCO, 2020). Faktor Kesadaran, Kecemasan, Masalah Jaringan, Masalah siswa menghadapi tidak memiliki teknologi yang diperlukan bersama dengan hambatan Bahasa (Dhiman et al., 2023).

Sama halnya yang terjadi di Indonesia, pada saat proses pembelajaran daring berlangsung, siswa menunjukkan perilaku yang menghambat proses pembelajaran yang sudah disusun oleh guru, hal tersebut dinilai progress belajar siswa menjadi kurang memuaskan (Septianingrum et al., 2022). Perilaku itu seperti jarang belajar di rumah, melakukan prokrastinasi dalam proses belajar (Septianingrum et al., 2022) terlambat dalam mengerjakan tugas (Septianingrum et al., 2022; Zaen et al., 2020), tidak mengumpulkan tugas sekolah (Dianasari & Wijayanti, 2020), terlambat mengikuti proses pembelajaran (Dianasari & Wijayanti, 2020; Nuraini et al., 2020; Septianingrum et al., 2022) dan cenderung lebih banyak meluangkan waktu untuk bermain dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah yang ada (Septianingrum et al., 2022; Zaen et al., 2020). Hal tersebut menandakan bahwa siswa belum memiliki manajemen diri yang baik dalam proses belajar, sehingga tidak bisa mengendalikan pikiran, perasaan dan perilakunya dalam konteks belajar (Amin, 2017; Ulfa & Suarningsih, 2018; Yates, 1986). Manajemen diri yang baik akan membantu individu dalam



mengarahkan perilaku dengan strategi yang sudah ditetapkan (Cormier & Cormier, 2009) secara mandiri (Cormier & Cormier, 2009; Ulfa & Suarningsih, 2018) untuk mencapai tujuan dengan mengoptimalkan potensi yang dimiliki (Ulfa & Suarningsih, 2018). Apabila kebiasaan-kebiasaan buruk yang dialami siswa seperti yang sudah dijelaskan di atas dilakukan secara berkala tentunya memiliki dampak yang buruk juga bagi mereka dan akan merugikan diri sendiri (Septianingrum et al., 2022) yang berimbas pada prestasi siswa di sekolah (Dianasari & Wijayanti, 2020) yaitu siswa bisa mendapatkan nilai dibawah ketetapan standar nilai kelulusan dan kenaikan kelas (Nuraini et al., 2020).

Berbagai upaya harus dilakukan oleh pelaku pendidikan untuk mengatasi permasalahan yang dialami, khususnya dalam menangani permasalahan siswa, salah satunya adalah dapat dilakukan oleh guru dengan menerapkan pembelajaran secara inovatif yang menyesuaikan kondisi guru dan siswa (Suciati et al., 2021), sekolah memiliki peran yang strategis untuk menentukan kebijakan yang inovatif guna menunjang proses belajar siswa. Penerapan strategi manajemen diri dianggap efektif dalam meningkatkan kemampuan belajar siswa (Ambarsari et al., 2017), meningkatkan pengaturan diri siswa dalam proses belajar (Ambarsari et al., 2017; Habibi, 2019; Hidayati, 2018), meningkatkan kemandirian dalam belajar (Agustin et al., 2017; Wahyaningrum et al., 2017), meningkatkan motivasi siswa dalam proses belajar di masa pandemi (Eka Suryanti et al., 2021), berpengaruh pada perilaku siswa di kelas dan hasil belajarnya (Smith et al., 2022). Manajemen diri adalah kemampuan individu dalam mengarahkan perilaku untuk melakukan perubahan kearah perilaku yang lebih baik (B. P. Pratama et al., 2020; H. A. Pratama et al., 2020) yang dapat dilakukan individu secara mandiri (B. P. Pratama et al., 2020). Menurut perspektif behavioral dalam lingkup belajar, manajemen diri dapat mengendalikan aktivitas belajar siswa (Asim, 2016), dengan cara menentukan tujuan, mengamati proses dan mencatat kemajuan yang telah dilakukan, menjalankan target perilaku yang sudah ditetapkan, dan mengelola perilaku utama menjadi lebih baik (Smith et al., 2022).

Berdasarkan hal tersebut, peneliti menetapkan pertanyaan penelitian berupa bagaimana implikasi manajemen diri siswa pada proses belajar yang diterapkan? serta penelitian ini memiliki tujuan adalah untuk mengkaji artikel ilmiah yang membahas manajemen diri yang memberikan pengaruh pada lingkup pendidikan untuk membantu siswa dalam proses belajar. Sehingga siswa menjadi terbantu dalam mengatasi permasalahan belajar sehari-hari dan sebagai upaya mendorong siswa untuk mengoptimalkan potensi diri agar mencapai hasil yang memuaskan.

Research Method

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode *literature review* menggunakan konsep PRISMA 2020 (Page et al., 2021) yang ditunjukkan pada gambar 1, dengan tahapan: 1) Proses identifikasi artikel: pengumpulan data menggunakan aplikasi *Publish or Perish 8* yang terindex *google scholar* dengan kata kunci ("self management" OR "Intervention" OR "Strategies" OR "in Learning") AND "Education" sehingga mendapatkan 264 artikel. Berdasarkan data yang sudah diidentifikasi, peneliti menghapus 173 artikel yang tidak sesuai dengan kata kunci dan 1 artikel yang memiliki judul yang sama. 2) Proses penyaringan artikel: pada proses penyaringan terdapat 90 artikel yang memiliki topik self management, akan tetapi terdapat 63 artikel yang tidak digunakan karena artikel terkait manajemen diri yang terjaring adalah dalam lingkup klinis. Maka peneliti mengambil 27 artikel dari data yang ada dengan alasan bahwa self management dalam lingkup pendidikan



dan seluruh artikel bisa diakses secara penuh, akan tetapi terdapat 1 artikel yang tidak dipakai dengan alasan tidak dapat diakses secara utuh. 3) Proses kelayakan artikel: pada tahap ini terdapat 26 artikel yang sesuai kriteria yang ditetapkan peneliti. Kriteria artikel adalah artikel manajemen diri pada bidang pendidikan, akan tetapi terdapat 12 artikel yang tidak sesuai tujuan penelitian yang ditetapkan. 4) Proses penggunaan artikel: pada tahap ini artikel yang digunakan oleh peneliti berjumlah 14 artikel yang akan dianalisis dengan karakteristik artikel yaitu manajemen diri dan implikasinya pada ranah pendidikan.

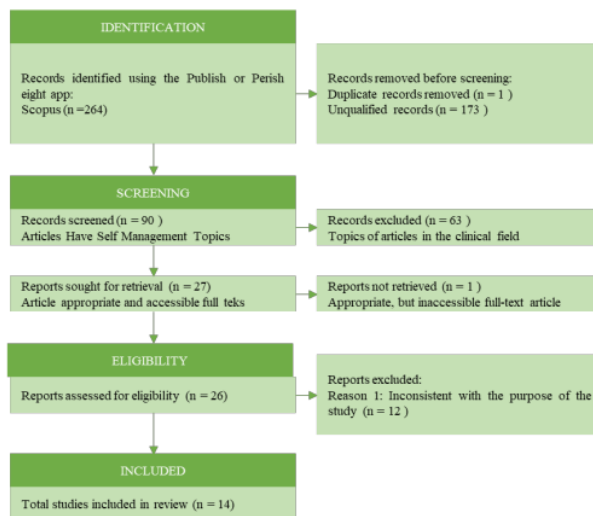


Figure 1. Identification of Studies Via Databases

Result and Discussion

Berdasarkan pencarian artikel terkait manajemen diri didapat 14 artikel yang sesuai dengan topik penelitian. Review artikel tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Table 1. Hasil Analisis Artikel: Efektivitas Intervensi Manajemen Diri pada Siswa

No	Researchers	Variable			Research Findings
		Dependent	Independent	Mediator	
1	(Ting Huang & Long Yu, 2019)	Self Management of Learning	Mobile language learning	Personal learning initiative	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 323 Mahasiswa Hasil: SML memiliki pengaruh positif terhadap tujuan kelangsungan belajar <i>Mobile language learning</i> . Artinya, siswa dengan tingkat SML yang lebih tinggi lebih cenderung memiliki niat kesinambungan pembelajaran bahasa Inggris yang lebih baik dengan menggunakan perangkat seluler. Sehingga SML akan berdampak positif pada persepsi kinerja <i>mobile English learning</i> siswa



No	Researchers	Variable			Research Findings
		Dependent	Independent	Mediator	
2	(Duprez et al., 2017)	Self management support	Self-efficacy, socio structural factors, basic psychological need, patient invested contingent self esteem (pacse), attitudes towards self management support, demographic variable	-	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 256 Mahasiswa Hasil: Mahasiswa belum memiliki kemampuan untuk mendukung manajemen diri pasien, dengan demikian mahasiswa dalam penelitian ini masih membutuhkan kesempatan untuk meningkatkan kompetensi dalam program kolaborasi, saling berbagi dalam pengambilan keputusan, dan kompetensi untuk melakukan <i>follow up care</i> dalam konteks multidisiplin.
3	(Briesch al., 2019)	Perilaku siswa	Self-management	-	Metodologi : Literatur Review Subjek: 56 Artikel Hasil: Strategi <i>self management</i> mayoritas dapat diterapkan untuk proses pembelajaran siswa. namun demikian SM tidak selalu dapat diterapkan pada situasi tertentu, hal ini dipengaruhi oleh tingkat kemampuan siswa, status disabilitas yang dialami oleh siswa, dan tergantung pada kondisi sekolah umum vs SLB.
4	(Ibrahim & Jaafar, 2017)	Motivation to learn	Self-management skill, interpersonal skill	Self confidence kepercayaan diri	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 383 Mahasiswa Hasil: Keterampilan manajemen diri mahasiswa yang diperoleh dari berbagai kegiatan <i>Work-integrated learning</i> (WIL) berpengaruh positif terhadap motivasi belajar mereka. Keterampilan manajemen diri juga secara positif mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa. Studi ini telah menunjukkan bahwa melalui program WIL, atribut pribadi seorang sarjana seperti keterampilan interpersonal dan manajemen diri dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi mereka untuk belajar.
5	(Mørch et al., 2017)	Rasa tanggung jawab	Strategi manajemen diri	-	Metodologi : Kualitatif Subjek: 12 Siswa Hasil: Self manajemen dapat membantu rasa tanggung jawab dengan



No	Researchers	Variable			Research Findings
		Dependent	Independent	Mediator	
6	(Santoso et al., 2020)	-	Manajemen diri	-	mempertimbangkan pilihan para generasi muda sesuai dampak yang dirasakan di masa depan. Pemuda tidak hanya memiliki pilihan pada ketertarikan dan minat, tapi berdasarkan refleksi bagaimana pilihan edukasi memberikan dampak pada kemungkinan masa depan mereka. Metodologi : Kualitatif Subjek: 5 Mahasiswa Hasil: Karyawan yang bekerja sambil kuliah dari etnis Jawa mampu mengatasi masalah akademik dan non akademik. Karyawan etnis Jawa mampu menggunakan cara-cara yang dianggap paling efektif untuk mengatur diri sendiri (self-management), meliputi pengelolaan perasaan (afektif), perilaku (behavior) dan pikiran (kognitif). Penelitian ini juga menyimpulkan bahwa dorongan terbesar bagi pegawai Jawa untuk melanjutkan studi adalah keinginan untuk memperbaiki kehidupan diri dan keluarganya, dalam filosofi Jawa adalah “dadi wong”
7	(Darus et al., 2017)	Nilai akademik rendah	Mobile self management system	-	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 20 Mahasiswa Hasil: Dari penelitian ini, sistem manajemen diri yang diusulkan membantu mahasiswa untuk meningkatkan hasil belajar mereka. Sistem yang diusulkan ini memberikan manfaat bagi mahasiswa khususnya yang memiliki prestasi akademik yang buruk.
8	(Zhu & Doo, 2021)	MOOC learner	Motivasi, self monitoring, manajemen diri, strategi belajar	-	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 470 Siswa MOOC (High school, Undergraduate, Graduate) Hasil: Pada penelitian ini motivasi memiliki efek tidak langsung pada manajemen diri melalui self monitoring serta pengaruh langsung pada manajemen diri. akan tetapi peneliti tidak berharap bahwa siswa yang memiliki keterampilan self monitoring atau manajemen diri akan mengadopsi strategi pembelajaran yang efektif untuk pembelajaran mereka. Sehingga



No	Researchers	Variable			Research Findings
		Dependent	Independent	Mediator	
9	(Hamutoğlu et al., 2021)	Proses adaptasi e learning	Kesiapan, sikap, pengendalian /manajemen diri	-	penelitian yang akan datang harus dilakukan untuk menyelidiki hubungan antara pemantauan diri, manajemen diri, dan strategi pembelajaran. Metodologi : Mixed Method Subjek: 75 Mahasiswa Hasil: Ada perbedaan yang signifikan pada tingkat kesiapan, sikap, dan pengendalian diri/manajemen diri terhadap proses e-learning yang diterapkan.
10	(Chen et al., 2021)	Perilaku siswa	Self manajemen yang dikemas dalam bentuk intervensi CWFIT	-	Metodologi : Eksperimen Subjek: 4 Siswa Hasil: Perilaku <i>on task</i> siswa meningkat, interaksi guru dan siswa meningkat, intervensi ini memiliki tingkat validitas yang baik dan layak digunakan (kepuasan secara keseluruhan prosedur, hasil, manfaat intervensi)
11	(Bakhshae et al., 2017)	Positive youth development	Self management of life	Academic buoyancy	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 400 Siswa SMA Hasil: Strategi manajemen diri secara tidak langsung memiliki pengaruh yang positif terhadap keseimbangan akademik melalui pengembangan pemuda yang positif
12	(Niu et al., 2022)	Metode Kids' Skill	Social-Emotional, Self-Management Skills	-	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 23 Kasus dari Praktisi KS (Siswa) Hasil: Metode KS dapat digunakan untuk mendukung siswa dalam belajar keterampilan sosial-emosional dan manajemen diri untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh siswa.
13	(Yan et al., 2022)	Pembelajaran online	Self Management	-	Metodologi : Kuantitatif Subjek: 360 Mahasiswa Hasil: Self management memiliki hubungan yang positif dengan hasil pembelajaran online.
14	(Muluk et al., 2021)	-	Manajemen diri	-	Metodologi : Kualitatif Subjek: 5 Mahasiswa Hasil: Self management memiliki dampak pada akademik mahasiswa (prestasi dan penghargaan akademik) dan keterlibatan mereka pada lingkup sosial.



Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan manajemen diri memberikan implikasi pada ranah pendidikan yang dapat diterapkan pada siswa ($n = 4$; 28,57%), mahasiswa ($n = 8$; 57,14%) maupun diterapkan pada tempat kursus (siswa, mahasiswa, dan alumni) ($n = 1$; 7,14%). Manajemen diri lebih banyak digunakan sebagai variabel bebas ($n = 12$; 85,71%) yaitu untuk mengetahui bagaimana pengaruh variabel manajemen diri dengan variabel lain yang telah ditentukan oleh peneliti seperti bagaimana pengaruhnya terhadap perilaku siswa, motivasi belajar, rasa tanggung jawab, nilai akademik, proses adaptasi belajar, pengembangan positif pada pemuda, metode kid's skill, dan pembelajaran online. Selain itu juga digunakan sebagai variabel terikat ($n = 2$; 14,29%).

Metode penelitian yang berkaitan dengan manajemen diri mayoritas menggunakan metode penelitian kuantitatif ($n = 8$; 57,14%), kualitatif ($n = 3$; 21,43%), eksperimen ($n = 1$; 7,14%), mixed method ($n = 1$; 7,14%), dan literature review ($n = 1$; 7,14%).

Penerapan strategi *self management* (SM) memiliki pengaruh positif terhadap tujuan kelangsungan belajar, keseimbangan akademik, hasil pembelajaran online, motivasi belajar dan kepercayaan diri. Penerapan SM akan membantu individu agar bertanggung jawab atas pilihan masa depannya, mengatasi permasalahan akademik maupun non akademik, meningkatkan hasil belajar, meningkatkan perilaku *on task* dan interaksi siswa dan guru, memberikan dampak pada akademik dan keterlibatan pada lingkup sosial. Walaupun strategi SM dapat diterapkan pada mayoritas proses pembelajaran siswa, namun SM tidak selalu menjadi metode yang tepat pada situasi tertentu karena dipengaruhi oleh tingkat kemampuan siswa, status disabilitas yang dialami, dan tergantung pada kondisi sekolah umum maupun SLB.

Implikasi Self Management pada Proses Belajar siswa

Self Management (SM) adalah proses yang dilalui individu untuk mengelola perilaku mereka sendiri menggunakan strategi atau kombinasi strategi yang ada (Cormier & Cormier, 2009) hal tersebut merupakan sebuah potensi diri untuk menjadi pribadi yang lebih baik (Ulfa & Suarningsih, 2018). Penerapan strategi SM memungkinkan individu menjadi waspada ketika dihadapkan pada situasi yang menghalangi mereka untuk mencapai tujuan mereka dan mencegah situasi tersebut terulang kembali atau menjadi tidak diinginkan bagi mereka (Amin, 2017). SM dapat memotivasi orang untuk maju, mengoptimalkan kemampuannya, dan mengendalikannya untuk menciptakan individu yang baik dan utuh (Liang Gie, 2000) dengan mengendalikan pikiran, emosi, dan tindakannya (Amin, 2017; Ulfa & Suarningsih, 2018; Yates, 1986). Hal ini mutlak diperlukan agar setiap individu menjadi orang yang berguna dan memiliki kualitas yang baik untuk menjalani hidupnya (Ulfa & Suarningsih, 2018).

Strategi SM sering digunakan pada subjek klinis, dalam hal ini adalah pasien yang mengidap penyakit kronis (Allegrante et al., 2019) agar membantu pasien menjadi lebih mandiri untuk berperilaku hidup sehat. Strategi SM telah digunakan pada pasien kanker (Boland et al., 2018; Kondylakis et al., 2017), penyakit ginjal kronis (Lin et al., 2017), arthritis, asma, penyakit kardiovaskular (Allegrante et al., 2019), diabetes (Adu et al., 2019; Allegrante et al., 2019; Beck et al., 2017). Namun, SM masih jarang dibahas dalam ranah pendidikan, padahal memberikan dampak positif bagi siswa dalam menjalani proses pembelajarannya. Penerapan strategi SM untuk mengetahui dampak perilaku individu dalam proses belajar dalam bentuk prestasi akademik dan penyelesaian tugas sekolah tepat waktu (Briesch DuBois et al., 2017). Strategi SM mempengaruhi kebiasaan belajar seperti rajin



mengikuti proses pembelajaran dengan membaca buku, belajar mandiri, menyukai kegiatan belajar kelompok, dan mempersiapkan ujian karena siswa tidak lagi cemas (Ulfa & Suarningsih, 2018).

Pada kajian ini, SM memiliki pengaruh positif terhadap tujuan kelangsungan belajar (Ting Huang & Long Yu, 2019), motivasi belajar dan kepercayaan diri (Ibrahim & Jaafar, 2017), keseimbangan akademik (Bakhshaei et al., 2017), hasil pembelajaran online (Yan et al., 2022). Hal ini berkaitan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa penerapan SM akan mempengaruhi *self-regulated learning* (SRL) (Ambarsari et al., 2017; Habibi, 2019; Hidayati, 2018). SRL erat kaitannya dengan aktivitas belajar siswa, siswa yang memiliki SRL yang baik cenderung memiliki hasil belajar yang baik juga. Dijelaskan lebih lanjut bahwa kaitannya SM dengan SRL akan mempengaruhi kemampuan belajar siswa, dengan manajemen yang baik akan membuat siswa mengkondisikan dirinya agar optimal dalam menjalani proses belajar (Ambarsari et al., 2017) seperti menentukan tujuan belajarnya, menentukan waktu khusus dalam belajar, mau untuk membaca pelajaran di sekolah maupun di rumah, serta mengerjakan dan mengumpulkan tugas (Faruq et al., 2022).

Strategi SM membantu individu untuk bertanggung jawab atas pilihan masa depannya (Mørch et al., 2017), meningkatkan hasil belajar (Darus et al., 2017), meningkatkan perilaku *on task* dan interaksi siswa dan guru (Chen et al., 2021), memberikan dampak pada akademik dan keterlibatan pada lingkup sosial (Muluk et al., 2021). Siswa yang menerapkan SM akan mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki dalam proses perubahan perilaku yang dilakukan secara mandiri dan rasa tanggung jawab yang besar, dengan manajemen diri yang baik tersebut siswa mampu memilih aktivitas yang benar dan tepat dalam menunjang proses belajarnya agar tidak melakukan prokrastinasi akademik (Putri et al., 2021). Selain itu membuat siswa menjadi mandiri (Agustin et al., 2017; Wahyaningrum et al., 2017) dan disiplin dalam proses belajar (Anjani et al., 2020; Sugiarto et al., 2021).

Penerapan SM dapat mengatasi permasalahan akademik maupun non akademik (Santoso et al., 2020), Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, bahwa intervensi SM dapat membantu siswa dalam pengelolaan proses belajar secara baik, sehingga siswa tidak mengalami prokrastinasi akademik dalam proses belajar yang dijalani (Putri et al., 2021), hal ini tentunya sangat memberikan keuntungan kepada siswa agar dapat menjalankan proses pembelajaran sesuai koridornya. Selain itu juga dapat membantu siswa dalam mengoptimalkan prestasi diri dengan mampu mengelola pikiran, perasaan dan perilaku siswa dalam proses belajar dengan menciptakan keterampilan belajar yang sesuai harapan siswa dan mempertahankan perubahan yang terjadi agar menetap dan memberikan dampak pada prestasi siswa dalam bidang akademiknya (Biomantara et al., 2019).

Temuan kajian ini juga memberikan gambaran kepada pelaku pendidikan bahwa strategi SM mayoritas dapat diterapkan untuk proses pembelajaran siswa, namun demikian SM tidak selalu dapat diterapkan pada situasi tertentu, hal ini dipengaruhi oleh tingkat kemampuan siswa, status disabilitas yang dialami oleh siswa, dan tergantung pada kondisi sekolah umum vs SLB. (Briesch et al., 2019). Berbagai penelitian yang telah dilakukan kepada siswa bahwa strategi SM diberikan dalam bentuk intervensi bagi siswa untuk



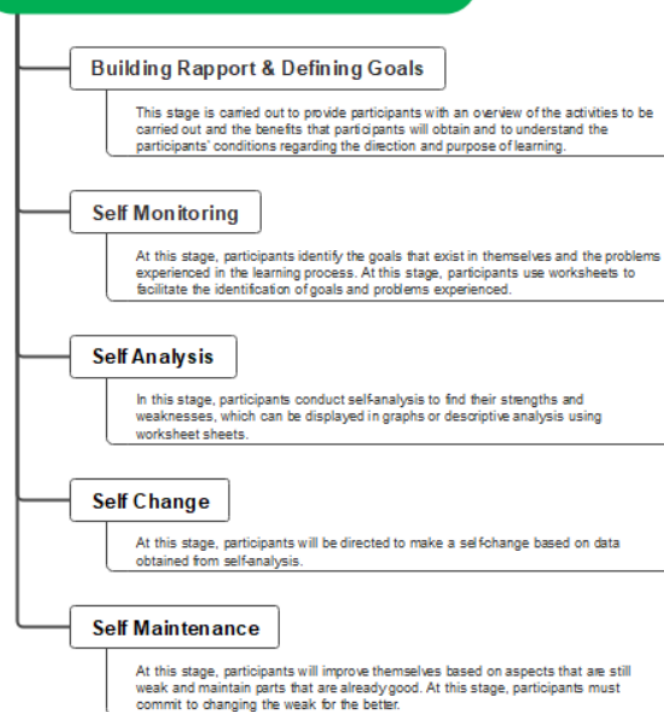
mengatasi permasalahan dalam konteks belajarnya. Hal tersebut efektif untuk meningkatkan SRL siswa (Ambarsari et al., 2017; Habibi, 2019; Hidayati, 2018), kemandirian belajar siswa (Agustin et al., 2017; Wahyaningrum et al., 2017), kedisiplinan dalam proses belajar (Anjani et al., 2020; Fatimah et al., 2019; Muratama, 2018; Sugiarto et al., 2021), prestasi dalam bidang akademiknya (Biomantara et al., 2019; Sumanggala et al., 2021) dan menurunkan prokrastinasi akademik (Putri et al., 2021). Penelitian lain juga memberikan informasi tambahan bahwa penerapan manajemen diri dapat meningkatkan tanggung jawab siswa dalam proses belajar (Asmara, 2021; Muratama, 2018), sikap ini akan diaplikasikan oleh siswa dalam proses belajar setiap hari di lingkungan sekolah maupun di rumah dengan belajar secara mandiri (Asmara, 2021), meningkatkan motivasi belajar siswa yang ditandai dengan pemahaman siswa mengenai pentingnya makna belajar untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Eka Suryanti et al., 2021), menurunkan stres dalam proses pembelajaran daring selama masa pandemi (Purwanti & Fitriarsi, 2022) sehingga berdampak pada hasil belajar yang lebih baik (Iskandar, 2017).

Intervensi SM yang sudah diterapkan pada siswa lebih banyak merujuk pada konsep SM yang dikembangkan oleh Yates dibandingkan dengan konsep SM dari tokoh lain, hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Biomantara et al., (2019) yang menyatakan bahwa konsep strategi Yates lebih meningkatkan prestasi siswa dibandingkan konsep strategi Cormier & Cormier. Penelitian tersebut diberikan kepada siswa yang memiliki kepribadian ekstrovert dan introvert, dengan perbandingan berdasarkan tipe kepribadian siswa yang telah dilakukan bahwa strategi Yates memberikan kontribusi yang lebih besar dalam meningkatkan prestasi siswa. tahapan pelaksanaan intervensi manajemen diri menurut Yates adalah 1) Menciptakan suasana yang nyaman bagi peserta dan menentukan tujuan, 2) *self monitoring*, 3) *Self analysis*, 4) *Self change*, 5) *Self maintenance*. Selanjutnya dapat dilihat pada gambar 2.

Figure 2. Stages of Self-Management Intervention Implementation



Stages of Self-management Training



Conclusion

Penerapan strategi SM memberikan implikasi pada proses belajar siswa untuk mengatasi permasalahan akademik sehingga berdampak terhadap kelangsungan belajar, keseimbangan akademik, motivasi belajar, perilaku *on task*, dan hasil belajar. Selain itu juga mengatasi permasalahan non akademik siswa seperti meningkatkan kepercayaan diri, meningkatkan tanggung jawab untuk keputusan masa depan, dan keterlibatan sosial. Meskipun strategi SM efektif digunakan dalam proses belajar siswa, akan tetapi perlu dipertimbangkan juga terkait tingkat prestasi siswa, pengalaman disabilitas yang dialami, dan keadaan sekolah umum dan khusus, sehingga metode ini selalu tepat dalam situasi tertentu sehingga rumusan strategi SM yang diterapkan sesuai kebutuhan siswa.

Recommendation

Berdasarkan kajian artikel yang sudah dilakukan rekomendasi yang diberikan adalah:

- 1) Pihak sekolah dapat menerapkan strategi SM guna menunjang proses belajar siswa.
- 2) Melakukan penelitian menggunakan strategi/intervensi/metode SM menggunakan variabel lain guna memperkuat khazanah pendidikan.



Acknowledgment

3

Tim peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi yang telah mendukung pendanaan penelitian ini.

References

Self-Management: Implications on Student Learning

ORIGINALITY REPORT

10%

SIMILARITY INDEX

9%

INTERNET SOURCES

3%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

www.researchgate.net

Internet Source

2%

2

ejournal.unikama.ac.id

Internet Source

1%

3

Irnin Agustina Dwi Astuti, Yoga Budi Bhakti, Rendi Prasetya. "Four Tier-Magnetic Diagnostic Test (4T-MDT): Instrumen Evaluasi Medan Magnet Untuk Mengidentifikasi Miskonsepsi Siswa", JIPFRI (Jurnal Inovasi Pendidikan Fisika dan Riset Ilmiah), 2021

Publication

1%

4

sim.ihdn.ac.id

Internet Source

<1%

5

Submitted to University of South Alabama

Student Paper

<1%

6

id.scribd.com

Internet Source

<1%

7

Submitted to Berner Fachhochschule

Student Paper

<1%

8	journal.ahmareduc.or.id Internet Source	<1 %
9	Rahmia Tulljanah, Risdha Amini. "Model Pembelajaran RADEC sebagai Alternatif dalam Meningkatkan Higher Order Thinking Skill pada Pembelajaran IPA di Sekolah Dasar: Systematic Review", Jurnal Basicedu, 2021 Publication	<1 %
10	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	<1 %
11	repository.ummat.ac.id Internet Source	<1 %
12	www.indonesia.go.id Internet Source	<1 %
13	dokumen.tips Internet Source	<1 %
14	journal.uniga.ac.id Internet Source	<1 %
15	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
16	www.journal.stikep-ppnijabar.ac.id Internet Source	<1 %
17	educapes.capes.gov.br Internet Source	<1 %

18	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
19	journal.um-surabaya.ac.id Internet Source	<1 %
20	journal.unj.ac.id Internet Source	<1 %
21	portal.utfpr.edu.br Internet Source	<1 %
22	www.marketeers.com Internet Source	<1 %
23	Julia Liguori, Ursula Trübswasser, Rebecca Pradeilles, Agnès Le Port et al. "How do food safety concerns affect consumer behaviors and diets in low- and middle-income countries? A systematic review", Global Food Security, 2022 Publication	<1 %
24	zombiedoc.com Internet Source	<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

Self-Management: Implications on Student Learning

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12
