

PENERAPAN PENGUASAAN KONTEN MELALUI METODE TWO STAY TWO STRAY TERHADAP REGULASI DIRI SISWA

Suhendri ¹⁾, Khasanatul Lidayati ²⁾

Universitas PGRI Semarang ; Jl. Sidodadi Timur No 24-
Dr.Cipto Semarang Telp. (024) 8316377

Abstrak

Kemampuan siswa meregulasi diri dalam belajar sangat penting, hal ini untuk dapat merumuskan dan mencapai tujuan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari penerapan layanan penguasaan konten melalui metode *two stay two stray* terhadap regulasi diri siswa. Metode penelitian yaitu metode kuantitatif *true experimental*, desain *pretest-posttest control group design*. Populasi 288 siswa dan sampel 62 siswa dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, teknik sampling *cluster random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala psikologis tentang regulasi diri.

Hasil *pre test* kelompok eksperimen rata-rata 65,56 sedangkan kelompok kontrol rata-rata 64,93. Sedangkan hasil *post test* kelompok eksperimen rata-rata 68,1 sedangkan kelompok kontrol rata-rata 64,5. Selanjutnya dilakukan analisis uji *t* diperoleh t_{hitung} 2,526 sementara t_{tabel} dengan $db = (n_1+n_2)-2 = (30+31)-2 = 59$ dan taraf signifikan 5% (0,05) sebesar 1,671. Karena jumlah $t_{hitung} > t_{tabel}$ yakni $2,526 > 1,671$. Maka disimpulkan bahwa penguasaan konten melalui metode *two stay two stray* dapat mempengaruhi secara positif regulasi diri siswa.

Kata Kunci : Penguasaan Konten, *Two Stay Two Stray*, Regulasi Diri.

A. PENDAHULUAN

Woolfolk, (2007) siswa sebagai agen pembelajaran dalam merundingkan perkembangan dan mengatur secara langsung pemikiran-pemikiran dari siswa tentang tujuan akademis yang sesuai serta bertindak secara reaktif dan reflektif menyediakan situasi pembelajaran personal siswa. Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok untuk siswa dalam proses pendidikan formal. Belajar menjadi proses penting bagi perubahan perilaku karena mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan didalam mencapai keberhasilan dalam belajar. Kegiatan belajar disamping dapat mengembangkan kualitas diri siswa dalam bidang akademik juga dapat membantu siswa didalam mengatur perilaku disaat kegiatan proses belajar berlangsung.

Maddux (2009) menyebutkan bahwa regulasi diri yang kurang efektif akan menjadikan seseorang mengalami permasalahan psikologis yang serius, misalnya depresi dan gangguan kecemasan. Regulasi diri merupakan motivasi internal, yang berakibat pada timbulnya keinginan seseorang untuk menentukan tujuan-tujuan dalam

hidupnya, merencanakan strategi yang akan digunakan, serta mengevaluasi dan memodifikasi perilaku yang akan dilakukan (Cervone & Pervin, 2010).

Sebagai usaha sadar yang terencana belajar menjadi sebuah hal yang mampu memberikan perubahan-perubahan yang bersifat positif bagi diri setiap siswa yang melakukannya. Perubahan-perubahan positif dapat ditunjukkan dari semakin bertambah dan tertuju untuk memperoleh sesuatu hal yang lebih baik dari sebelumnya. Siswa dikatakan telah mengalami proses belajar apabila telah terjadi perubahan dari hal yang tidak tahu menjadi tahu, dari yang tidak dimengerti menjadi mengerti. Perubahan ini akan berlangsung secara terus menerus hingga mampu mewujudkan dan memperoleh hasil belajar yang baik dari aktivitas belajar yang telah dilakukan.

Belajar menjadi salah satu aktivitas yang sangat penting di dalam mengembangkan potensi yang ada pada diri siswa. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Yusuf (2009:162) bahwa belajar merupakan aktivitas siswa dalam rangka mengembangkan potensi dirinya, baik menyangkut banyak aspek

kognitif (intelektual), afektif (sikap, keyakinan, kebiasaan), konatif (motif, minat, cita-cita), dan psikomotorik (keterampilan), melalui interaksi dengan lingkungan (seperti di rumah, orang tua, di sekolah dengan guru dan sebagainya). Berbagai penelitian dalam pendidikan, diantaranya yang dilakukan oleh Zimmerman dan Risemberg (dalam Sungur & Tekkaya, 2006) menunjukkan bahwa keyakinan dan kesadaran untuk memperbolehkan siswa menjadi pembelajar yang bebas sangat berhubungan dengan peningkatan mutu akademis.

Dengan suasana lingkungan yang kondusif membuat siswa merasa nyaman untuk belajar. Lingkungan belajar ini sendiri dipengaruhi oleh berbagai komponen yang masing-masing saling mempengaruhi satu dengan yang lain, baik dari dalam diri siswa maupun dari luar diri siswa. Bagi siswa yang memiliki kesadaran belajar yang tinggi akan dengan mudah menerima apa yang disampaikan oleh guru serta segala yang dilihat, didengar dari lingkungan sekitar. Karena didalam dirinya terdapat sebuah dorongan yang menjadi pemicu dalam memotivasi dirinya sendiri didalam

proses belajar. Lain halnya dengan siswa yang kurang memiliki kesadaran dan semangat akan pentingnya proses belajar akan cenderung bertindak tanpa adanya kontrol sehingga berpengaruh terhadap proses belajar siswa. Oleh karena itu siswa dituntut untuk belajar agar memperoleh hasil yang memuaskan bukan hanya memiliki nilai yang sesuai dengan kriteria dan batas ketuntasan minimal. Namun banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, ditambah tugas-tugas dari beberapa mata pelajaran lain yang harus dikerjakan pada waktu yang bersamaan. Terlebih lagi jika siswa tidak memperhatikan penjelasan dari guru hasilnya siswa akan merasa kesulitan dan sering mengalami kebingungan sehingga ketika saat ulangan perilaku mencontek juga dilakukan atau siswa akan mengerjakan tugas-tugas di sekolah pada pagi harinya dengan menyalin tugas dari teman. Hal ini dilakukan semata agar siswa terhindar dari hukuman guru dan sekedar sebagai syarat untuk menyelesaikan tugas dari guru.

Menyikapi hal tersebut siswa perlu mengelola diri dengan baik yaitu melalui

regulasi diri yang baik. Dengan demikian siswa diharapkan mampu mengelola diri dan mengatur diri, dapat menyesuaikan diri serta mengontrol diri terutama saat menghadapi tugas-tugas yang sulit khususnya berkaitan dengan bidang belajar dan diharapkan mampu memahami potensi dan keinginan diri serta mengenai menentukan cara belajar yang efektif dan efisien. Sehingga dalam proses belajar dapat mencapai hasil yang optimal sesuai yang ditargetkan melalui kemampuan regulasi diri.

B. LANDASAN TEORI

Mullen (2007) yang membahas tentang perkembangan belajar berdasar regulasi diri. Bandura (Gregory, 2010) menjelaskan bahwa regulasi diri itu manusia memotivasi dan mengarahkan tindakan mereka melalui kontrol proaktif dan dengan membuat tujuan yang bernilai, yang dapat menciptakan suatu keadaan yang disequilibrium, dan kemudian menggerakkan kemampuan serta usaha mereka untuk mencapai tujuan. Proses regulasi diri memiliki relevansi yang luas terhadap banyak bidang, dimana pemahaman terhadap perilaku diri sendiri akan berdampak pada

kemampuan siswa dalam mengelola diri tanpa harus mengandalkan bantuan dari orang lain. Trentacosta dan Shaw (2009) dan Baumeister, et al. (2006) yang menyatakan bahwa regulasi diri yang efektif akan menjadikan seorang individu mampu mengandalikan kondisi egonya.

Febrini (2011) menjelaskan layanan penguasaan konten yaitu layanan BK yang memungkinkan peserta didik mengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, materi pelajaran yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta berbagai aspek tujuan dan kegiatan belajar lainnya. Layanan ini dimaksudkan untuk memungkinkan siswa memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta tuntutan kemampuan yang berguna dalam kehidupan dan perkembangan optimal dirinya. Dalam pelaksanaan layanan dapat diberikan teknik ataupun metode untuk mengoptimalkan layanan.

Adapaun metode yang digunakan yaitu metode *two stay two stray* atau dua tinggal dua tamu. Isjoni (2012) merupakan metode yang memberi kesempatan

kepada siswa untuk membagikan hasil informasi dengan kelompok lain. Metode *two stay two stray* merupakan sistem pembelajaran kelompok dengan tujuan agar siswa dapat saling bekerja sama, bertanggung jawab, saling membantu menyelesaikan masalah, dan saling membantu satu sama lain untuk berprestasi, Huda (2013). Dengan menggunakan metode *two stay two stray* ini diharapkan siswa lebih tertarik mengikuti layanan penguasaan konten serta lebih memahami mengenai pengetahuan melalui pikiran, perasaan, persepsi, sikap dan wawasan yang dapat menunjang pengetahuan siswa dalam meningkatkan kemampuan regulasi diri dalam belajar.

C. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *True Experimental* dengan model *pretest-posttest control group design*. Bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari penerapan layanan penguasaan konten melalui metode *two stay two stray* terhadap regulasi diri dalam belajar siswa. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI MIPA 2 yang berjumlah 32

siswa dan XI MIPA 1 yang berjumlah 32 siswa, sehingga total jumlah subyek penelitian yaitu 61 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala psikologis tentang regulasi diri, yang telah di uji validitas konten dan reliabilitas, sebelum digunakan dalam penelitian. Analisis statistic menggunakan Uji-t untuk mengetahui tingkat perbedaan anantara sebelum dan sesudah treatment pada dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling* yaitu teknik atau cara mengambil sampel berdasar pada rumpun atau kelompok dengan cara acak. Dalam *cluster random* kemungkinan salah dapat diperkecil dengan memperbesar jumlah anggota sampel yang diambil, Soegeng (2007).

D. HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian diketahui bahwa ada tingkat perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel posttest

Hasil Analisis Data *Post Test* Regulasi Diri
 dalam Belajar antara
 Kelompok Eksperimen dan Kelompok
 Kontrol dengan Uji-*t*

O	No. Resp	O4	O2	D	d ²	Xd=d-Md	Xd ²
1	A-1	67	65	-2	4	-7.68	58.943
2	A-2	65	75	10	100	4.32	18.685
3	A-3	69	67	-2	4	-7.68	58.943
4	A-4	59	69	10	100	4.32	18.685
5	A-5	73	74	1	1	-4.68	21.878
6	A-6	69	68	-1	1	-6.68	44.588
7	A-7	71	62	-9	81	-14.68	215.427
8	A-8	67	69	2	4	-3.68	13.523
9	A-9	64	64	0	0	-5.68	32.233
10	A-10	63	73	10	100	4.32	18.685
11	A-11	58	75	17	289	11.32	128.201
12	A-12	79	74	-5	25	-10.68	114.007
13	A-13	58	69	11	121	5.32	28.330
14	A-14	64	71	7	49	1.32	1.749
15	A-15	57	74	17	289	11.32	128.201
16	A-16	53	64	11	121	5.32	28.330
17	A-17	67	63	-4	16	-9.68	93.652
18	A-18	67	66	-1	1	-6.68	44.588

19	A-19	72	68	-4	16	-9.68	93.652
20	A-20	58	69	11	121	5.32	28.330
21	A-21	69	62	-7	49	-12.68	160.717
22	A-22	60	68	8	64	2.32	5.394
23	A-23	56	72	16	256	10.32	106.556
24	A-24	59	67	8	64	2.32	5.394
25	A-25	61	63	2	4	-3.68	13.523
26	A-26	67	66	-1	1	-6.68	44.588
27	A-27	65	71	6	36	0.32	0.104
28	A-28	64	64	0	0	-5.68	32.233
29	A-29	68	75	7	49	1.32	1.749
30	A-30	66	63	-3	9	-8.68	75.298
31	A-31	0	61	61	3721	55.32	306.0588
Jumlah		1935	2111	176	5696	-0,08	
Md=Σd/n		5,677					
Mean		62,419	68,0968	5,677			
ΣXd ²		4696,774					
N(N-1)		930					

Perhitungan analisis data penelitian uji-*t* sebagai berikut:

Diketahui:

$$Md = 5,677$$

$$\sum Xd^2 = 4696,774$$

$$N = 31$$

$$\begin{aligned}\sum Xd^2 &= \sum d^2 - \frac{(\sum Xd)^2}{N} = 5696 - \frac{(176)^2}{31} \\ &= 5696 - 999,225 \\ &= 4696,774\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}t &= \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum Xd^2}{N(N-1)}}} = \frac{5,677}{\sqrt{\frac{4696,774}{31(31-1)}}} = \frac{5,677}{\sqrt{\frac{4696,774}{930}}} \\ &= \frac{5,677}{2,247} = 2,526\end{aligned}$$

Berdasarkan tabel di atas perhitungan Uji-*t* diperoleh t_{hitung} sebesar 2,526 sementara t_{tabel} dengan $db = (n_1+n_2)-2 = (30+31)-2=59$ dan taraf signifikan 5% (0,05) sebesar 1,671 (lihat tabel *t*) karena jumlah $t_{hitung} > t_{tabel}$ yakni $2,526 > 1,671$ maka H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dari penerapan layanan penguasaan konten melalui metode *two stay two stray* terhadap regulasi diri dalam belajar siswa.

E. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data bahwa hasil *pre test* pada kelompok eksperimen memiliki total skor 1967 dengan skor rata-rata 65,56 sedangkan hasil *post test* pada kelompok eksperimen memiliki skor total 2111 dengan skor rata-rata 68,1 terjadi peningkatan sebesar 2,54 dengan

persentase 8,46%. Sedangkan hasil *pre test* kelompok kontrol memiliki total skor 2078 dengan skor rata-rata 64,93 sedangkan hasil *post test* kelompok kontrol memiliki skor total 1935 dengan skor rata-rata dari 64,5 terjadi penurunan sebesar 0,43 dengan persentase 1,34%. Dengan demikian dapat disimpulkan pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan 8,46% dan pada kelompok kontrol terjadi penurunan 1,34%. Hal ini terjadi karena adanya perbedaan pemberian layanan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diberi layanan penguasaan konten melalui metode *two stay two stray* sebanyak enam kali sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi *treatment*. Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh dari penerapan layanan penguasaan konten melalui metode *two stray two stay* terhadap regulasi diri dalam belajar siswa.

F. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data penelitian pada dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diketahui bahwa ada perubahan

yang sangat signifikan antara hasil pretest dan hasil posttest antara sebelum dan sesudah treatment. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa layanan

penguasaan konten melalui metode *two stray two stay* mampu memberikan dampak positif pada regulasi diri siswa.

G. DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baumeisteir, Roy F., Gailliot, M., DeWall, C. Nathan., & Oaten, Megan. (2006). *Self regulation and personality: how interventions increase regulatory success, and how depletion moderates the effect of traits on behavior*. *Journal of Personality*, 6, 1467-6494.
- Cervone, Daniel & Lawrence, A. Pervin. (2012). *Kepribadian : teori dan penelitian*. Jakarta: Salemba Empat.
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. 2010. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Febrini, Deni. 2011. *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Teras.
- Huda, Miftahul. 2013. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Isjoni. 2012. *Pembelajaran Kooperatif Meningkatkan Kecerdasan Komunikasi Antar Peserta Didik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mullen, P.A. (2007). *Use of self-regulating learning strategies by students in the second and third trimester of an accelerated second-degree baccalaurate nursing program*. *Journal of Nursing Education*, 46, 406-412.
- Maddux, J.E. (2009). *Self regulation*. In Shane J. Lopez (Ed), *The encyclopedia of Positive Psychology* (889).
- Soegeng. 2007. *Dasar-Dasar Penelitian*. Semarang: IKIP PGRI Press.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sungur, S., & Tekkaya, C. (2006). *Effect of problem based learning and traditional instruction on self regulated learning*. *The Journal of Education Research*, Heldref Publication, 99, 307-317.
- Yusuf, Syamsu. 2009. *Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Bandung: RIZQI Press.
- Woolfolk, A. (2007). *Educational Psychology*. USA: Pearson Education , Inc.