

**STUDI PERBEDAAN TINGKAT *SELF REGULATED LEARNING*  
DITINJAU DARI *SPIRITUAL WELL BEING*  
PADA SISWA DI SEKOLAH BERBASIS PESANTREN  
DAN NON PESANTREN**

**Lisnawati**

Prodi Psikologi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

email : lisna\_wt@ymail.com

**ABSTRACT**

This present research is focused on determining whether there is a difference Self Regulated Learning (SRL), when viewed from the Spiritual Well Being, between students in boarding school-based and non- boarding. The study sample consisted of each of a number of 33 respondents from boarding and non- boarding school. The total number of respondents was 66. Measuring instruments used is Scale SRL and Spiritual Well Being Scale. The results showed that there was no difference in the level of SRL in terms of Spiritual Well Being, between students from boarding school-based and non-boarding. In addition, the results also show that there is a relationship between variables SRL with variable Spiritual Well Being. The higher level of Spiritual Well Being, the ability of students is also higher SRL. Conversely, the lower the Spiritual Well Being, then the lower the students' ability SRL. It was concluded that, the aspects contained in the Spiritual Well Being will help students to have a good ability SRL. The absence of differences by type of school is because the non-boarding school samples, that became the subject of research, has been practically apply aspects of spirituality in everyday learning situations at school. In addition, it is important to know how the SRL and Spiritual Well Being condition of the respondents in both groups, before they are educated in their respective schools.

**Key word:** *Self Regulated Learning (SRL), spiritual well being*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat *Self Regulated Learning* (SRL) ditinjau dari *Spiritual Well Being*, antara siswa di sekolah berbasis pesantren dan non pesantren. Sebanyak masing-masing 33 orang responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren dan non pesantren, menjadi sampel dalam penelitian ini. Alat ukur yang digunakan adalah Skala SRL dan Skala *Spiritual Well Being*. Hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat SRL ditinjau dari *Spiritual Well Being*, antara siswa di sekolah berbasis pesantren dan non pesantren. Selain itu, hasil juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel SRL dengan *Spiritual Well Being*. Semakin tinggi tingkat *Spiritual Well Being*, maka semakin tinggi pula SRL siswa. Sebaliknya, semakin rendah *Spiritual Well Being* siswa, maka semakin rendah pula SRL nya. Hal tersebut menunjukkan bahwa, aspek-aspek yang terdapat dalam *Spiritual Well Being* akan membantu siswa memiliki kemampuan SRL yang baik. Tidak terdapatnya perbedaan SRL ditinjau dari *Spiritual Well Being* pada responden di sekolah berbasis non pesantren yang menjadi sampel dalam penelitian ini, disebabkan karena di sekolah non pesantren yang menjadi sampel dalam penelitian ini sudah menerapkan secara praktis aspek spiritualitas dalam situasi pembelajaran sehari-hari di sekolah. Sebagai tambahan, penting untuk mengetahui

sejauh mana kondisi SRL dan *Spiritual Well Being* responden pada kedua kelompok, sebelum mereka menempuh pendidikan baik di sekolah berbasis pesantren maupun non pesantren.

**Kata kunci :** *pembelajaran regulasi diri, kesejahteraan spiritual*

## PENDAHULUAN

Sampai saat ini Indonesia masih tergolong sebagai negara berkembang dalam laju pertumbuhan perekonomian, industri, serta teknologi masyarakatnya. Kriteria tersebut berdasar pada indikator sebutan bagi sebuah negara, yang dikatakan sebagai negara maju. Dalam kamus Wikipedia ([www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)) disebutkan bahwa, indikator suatu bangsa untuk disebut sebagai negara maju diantaranya adalah perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat cepat, pendapatan rata-rata penduduk tinggi, pendidikan dan keterampilan penduduk tinggi, aktivitas dilakukan dengan sarana dan prasarana modern, dan tidak tergantung pada alam.

Kualitas pendidikan merupakan salah satu faktor yang penting, untuk mengejar ketertinggalan Indonesia. Kompetensi peserta didik pada aspek intelektual, moral, sosial, kepribadian, serta spiritual, perlu dikembangkan secara terus menerus. Hal ini bertujuan agar bermunculan sumber daya manusia Indonesia yang siap memajukan masyarakat dan negaranya.

Namun fenomena yang ada di dunia pendidikan Indonesia saat ini, menunjukkan keadaan yang masih memprihatinkan. Salah satunya adalah perkelahian pelajar yang terjadi di kota Sukabumi pada hari Kamis, tanggal 6 Mei 2010 ([www.pikiran-rakyat.com](http://www.pikiran-rakyat.com)). Dalam surat kabar tersebut disebutkan bahwa, perkelahian tersebut terbilang cukup berani. Hampir sebagian besar para pelajar yang terlibat tawuran masing-masing menggunakan senjata tajam.

Pada bulan Oktober ([www.radarsukabumi.com](http://www.radarsukabumi.com)) perkelahian pelajar kembali terjadi di kota Sukabumi. Berbagai kasus perkelahian pelajar selalu merenggut korban, bahkan

hingga ada pula pelajar yang tewas. Masih banyak kasus-kasus perkelahian pelajar yang terjadi di Indonesia, yang dapat menjadi salah satu indikasi bahwa, kualitas pendidikan di Indonesia masih perlu diperbaiki.

Akhir-akhir ini Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemdikbud) Republik Indonesia (RI) mengembangkan pendidikan berbasis pesantren, sebagai salah satu alternatif bentuk pendidikan, disamping sekolah umum. Adapun tujuan program pendidikan ini adalah untuk mencetak anak didik yang paham keilmuan umum sekaligus keilmuan keagamaan, atau anak didik yang berpengetahuan umum serta mempunyai kepribadian religius, sederhana, dan mandiri. Pilihan memadukan sistem pendidikan di sekolah formal dan di pondok pesantren ini diambil, setelah melihat dan mengamati secara seksama mutu pendidikan yang dilahirkan oleh masing-masing sistem. Secara umum, sekolah dan pondok pesantren merupakan dua lembaga pendidikan yang masing-masing memiliki keunggulan yang berbeda satu sama lain. Apabila keunggulan dari kedua lembaga pendidikan itu dipadukan, maka akan tercipta kualitas pendidikan yang baik dan berpotensi untuk mampu menghasilkan generasi muda Indonesia yang unggul, handal, dan berkarakter (Suhardi, 2012).

Berdasarkan data statistik pada tahun 2010, keberadaan sekolah berbasis pesantren yang ada di Indonesia berjumlah sekitar enam puluh enam sekolah, pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) (Suhardi, 2010). Sampai saat ini, pertumbuhan SMP berbasis pesantren terus mengalami peningkatan.

Keberadaan sekolah berbasis pesantren menjadi menarik untuk dikaji mengingat model pembelajaran, pendekatan belajar, dan

kurikulumnya yang berbeda dengan sekolah umum. Dengan memadukan unsur sekolah umum dan pesantren, aspek spiritualitas menjadi keunggulan tersendiri bagi sekolah berbasis pesantren. Di sekolah berbasis pesantren, materi keagamaan lebih banyak diberikan disamping materi umum. Sehingga, asumsinya adalah bahwa siswa di sekolah berbasis pesantren mendapatkan pemahaman dan pengalaman spiritual yang lebih, jika dibandingkan dengan siswa di sekolah non pesantren. Hal ini akan berdampak pada perkembangan yang semakin meningkat, dalam hal terciptanya kepuasan hubungan individu dengan sang pencipta, serta pemahaman akan makna dan tujuan hidup individu yang diperoleh melalui nilai-nilai yang diajarkan dalam pendidikan agama. Kedua hal tersebut menjadi penting dalam proses perkembangan peserta didik. Siswa yang telah mengetahui makna dan tujuan hidupnya, tentu akan lebih mampu mengarahkan tujuan-tujuan belajarnya. Selain itu, pengetahuan tersebut dapat mencegah mereka untuk terjerumus ke dalam perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Kamya (2000) menggunakan istilah *spiritual well-being* atau kesejahteraan spiritual, untuk mengkaji kepuasan hubungan individu dengan sang pencipta, serta pemahaman akan makna dan tujuan hidup individu. Selanjutnya dikatakan bahwa, *Spiritual Well-Being* dapat membantu individu untuk bertahan terhadap pengaruh negatif tekanan hidup yang dirasakan. Senada dengan pendapat tersebut, Ali (2012) mengungkapkan bahwa kesejahteraan spiritual merupakan kebutuhan yang bersifat kepuasan bathiniyah, yang berbeda dengan kesejahteraan material.

Dalam konteks agama Islam, ajaran yang memfokuskan pada kehidupan rohani, dimana si pelakunya akan memiliki sebuah entitas yang memiliki karakter-karakter mulia, disebut dengan *tasawuf* (Jamil, 2013). Selanjutnya dikatakan bahwa, kepuasan bathiniyah dalam ajaran *tasawuf* diperoleh melalui 1) upaya mensucikan diri dengan menjauhkan

kehidupan dunia dan memusatkan perhatian hanya kepada Allah SWT, 2) upaya memperindah diri dengan sikap dan perilaku yang bersumber dari ajaran agama, dalam rangka mendekati diri kepada Allah SWT, 3) kesadaran fithrah (ke-Tuhanan) yang dapat mengarahkan jiwa agar tertuju pada kegiatan-kegiatan yang dapat menghubungkan manusia dengan Tuhan. Berdasarkan uraian tersebut dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa dalam ajaran tasawuf, kepuasan bathiniyah menjadi pintu bagi seseorang untuk memiliki *spiritual well being* yang baik.

Menurut Paloutzian dan Ellison (Kamya, 2000), terdapat dua dimensi dalam *Spiritual well-being*: 1) Komponen Religiusitas, yaitu perasaan kesejahteraan dalam hubungan dengan realitas tertinggi yakni Tuhan, 2) Komponen Sosiopsikologis, yaitu perasaan bahwa individu memiliki tujuan hidup dan kepuasan hidup dengan orang lain. Adapun ukuran kesejahteraan spiritual menurut Syamsulhadi (dalam Pasiak, 2012) adalah, memiliki dan mengetahui tujuan hidup, kemampuan mengatasi penderitaan atau melihat sesuatu atau seseorang di luar itu, perasaan damai, harapan atau putus asa, apa yang memelihara rasa nilai diri (misalnya doa), komitmen keagamaan, iman pribadi, serta hubungan yang baik dengan orang lain.

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa apabila individu memiliki *spiritual well-being* yang baik, tentu akan memiliki motivasi dan mampu mengarahkan diri dengan baik. Dalam konteks pendidikan, kemampuan mengarahkan diri dalam proses belajar sehingga menjadi pembelajar yang sukses, disebut sebagai *self regulated learning* (SRL).

Zimmerman (Wolfolk, 2009) mendefinisikan SRL sebagai proses, yang digunakan individu dalam mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, perilaku, dan emosi, untuk mencapai tujuan belajar. Selanjutnya dikatakan bahwa, SRL merupakan perpaduan antara keterampilan belajar akademik dan

pengendalian diri. Dengan memiliki kemampuan SRL yang baik, akan menyebabkan kegiatan pembelajaran bagi individu lebih terasa mudah, dan lebih memotivasi individu. Artinya bahwa, individu akan memiliki keterampilan dan kemauan untuk belajar. Seorang pembelajar berdasar regulasi diri mentransformasikan kemampuan-kemampuan mental mereka, menjadi keterampilan-keterampilan dan strategi-strategi akademik.

Kemampuan SRL yang dimiliki siswa dalam proses belajarnya, merupakan faktor penting dalam meraih kesuksesan sebagai pembelajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, keyakinan akan kemampuan dan kemampuan meregulasi diri dalam belajar (SRL), berpengaruh secara langsung terhadap prestasi akademik (Zimmerman & Martinez-Ponz dalam Al-Khatib, 2010). Banyak studi mengaitkan penggunaan strategi dengan berbagai macam ukuran prestasi akademik, khususnya untuk siswa SMP dan SMA (Fredricks dalam Wolfolk, 2009). SRL menjadi salah satu kemampuan penting yang harus dimiliki generasi bangsa Indonesia, agar mampu menguasai dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal ini tentu memberikan harapan bagi bangsa Indonesia untuk menjadi negara yang maju.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa dengan adanya perkembangan pada tingkat *spiritual well being* siswa, maka kemampuan siswa dalam meregulasi diri dalam proses belajarnya juga akan meningkat. Peningkatan SRL ini menjadi penting, untuk menjawab kebutuhan akan kualitas hasil pendidikan, yang diharapkan mampu memberikan sumbangsih yang berarti bagi perkembangan dan kemajuan bangsa Indonesia. Munculnya sekolah berbasis pesantren menjadi menarik untuk dikaji, mengingat keunggulannya pada aspek spiritualitas. Pertanyaan yang kemudian muncul dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat perbedaan kemampuan SRL antara siswa di sekolah berbasis pesantren dengan siswa di sekolah berbasis non pesantren,

bila ditinjau dari aspek *spiritual well-being* mereka? Sekaligus juga melihat, sejauh mana perkembangan *spiritual well-being* siswa di sekolah berbasis pesantren dan non pesantren? Apakah terdapat perbedaan *spiritual well-being* antara siswa di sekolah berbasis pesantren dan non pesantren? Akan dikaji pula bagaimana peran model/metode lembaga pendidikan Islam dalam meningkatkan keberhasilan siswa di sekolah. Pertanyaan ini menarik untuk dikaji, dengan harapan mampu memberikan sumbang saran atau pandangan yang bermanfaat, untuk mengembangkan proses belajar mengajar siswa di lembaga pendidikan, khususnya yang terkait dengan pengembangan konsep SRL.

## METODE

Partisipan dalam penelitian ini, adalah sebanyak 33 orang siswa dan siswi yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, yaitu SMP Ali Maksum Krapyak Yogyakarta, dan sebanyak 33 orang siswa dan siswi yang berasal dari sekolah non pesantren, yaitu SMPN 5 Yogyakarta. Jumlah keseluruhan partisipan adalah sebanyak 66 orang.

Adapun karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah: 1) Usia berkisar antara 13 sampai 15 tahun 2) Telah duduk di tingkat Sekolah Menengah Pertama sedikitnya selama satu tahun 3) Bersedia mengisi Skala *Self Regulated Learning* (SRL) dan Skala *Spiritual Well Being*.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala yang digunakan adalah Skala A yaitu Skala *Self Regulated Learning* (SRL), dan Skala B yaitu Skala *Spiritual Well Being*. Metode skala dalam penelitian ini menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya, yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), R (ragu-ragu), TS (tidak sesuai), STS (sangat tidak sesuai). Skor yang diberikan untuk masing-masing butir pada skala berkisar antara satu sampai lima.

Skala SRL dan *Skala Spiritual Well-Being*, disusun berdasarkan aspek-aspek yang terdapat dalam kajian teori SRL dan *Spiritual Well-Being*. Adapun aspek pada skala SRL adalah: 1) penetapan tujuan (*goal setting*), 2) perencanaan (*planning*), 3) motivasi diri (*self motivation*), 4) kontrol atensi (*attension control*), 5) penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*), 6) monitoring diri (*self monitoring*), 7) mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*), 8) evaluasi diri (*self evaluation*) (Ormrod, 2008). Hasil analisis reliabilitas alat ukur ini dengan menggunakan teknik Alpa Cronbach, menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,84.

Sedangkan pada skala *Spiritual Well Being*, aspek yang diukur mengacu pada skala *Spiritual Health Assesmen* (SHA) yaitu: 1) Makna hidup, 2) Emosi positif, 3) Ritual, 4) Pengalaman spiritual (Pasiak, 2012). Hasil analisis reliabilitas alat ukur ini dengan menggunakan teknik Alpa Cronbach, menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,81.

Metode analisis data yang digunakan adalah menggunakan teknik analisis statistik uji-T (*t-test*) dan *Product Moment*, dengan menggunakan alat bantu komputerisasi program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) versi 13. Tujuan analisis adalah untuk melihat ada tidaknya perbedaan variabel dependen, yang disebabkan oleh variabel bebas. Namun sebelum dilakukan analisis ini, dilakukan analisis korelasi *Product Moment* untuk melihat ada tidaknya hubungan antara kedua variabel.

**HASIL**

Data kuantitatif yang dianalisis, merupakan skor SRL dan *Spiritual Well Being* pada masing-masing kelompok responden, yakni siswa di sekolah berbasis pesantren maupun sekolah non pesantren. Skor yang diperoleh adalah berdasarkan skala SRL dan skala *Spiritual Well Being*.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov Test*, yang dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis Estimasi Normalitas

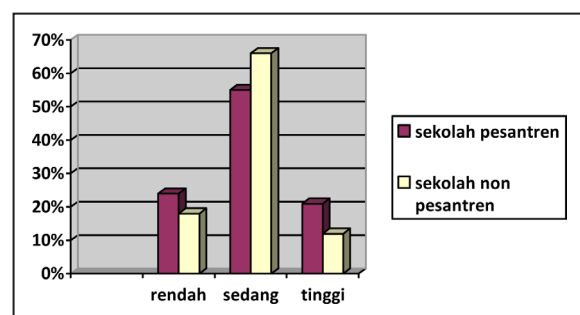
Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig	p	Ket
SRL	70,62	8,763	0,877	0,425	>0,05	Normal
<i>Spiritual Well Being</i>	107,08	12,646	0,748	0,630	>0,05	Normal

Berdasarkan Tabel 1 diatas, nilai KS-Z untuk variabel SRL adalah sebesar 0,877, dengan taraf signifikansi 0,425 ( $p > 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa sebaran data variabel SRL adalah normal. Sedangkan nilai KS-Z pada variabel *Spiritual Well Being* adalah 0,748, dengan taraf signifikansi 0,630 ( $p > 0,05$ ), yang juga menunjukkan bahwa sebaran data variabel *Spiritual Well Being* adalah normal.

Hasil uji linearitas untuk mengetahui linear atau tidaknya hubungan antara variabel bebas terhadap variabel tergantung, diperoleh hasil  $F = 59,588$  dan  $P = 0,000$  ( $P < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa distribusi skala

SRL dan skala *Spiritual Well Being* adalah linier.

Tabel 2. Deskripsi Skor Skala SRL Responden Kelompok Sekolah Berbasis Pesantren dan Sekolah Non Pesantren



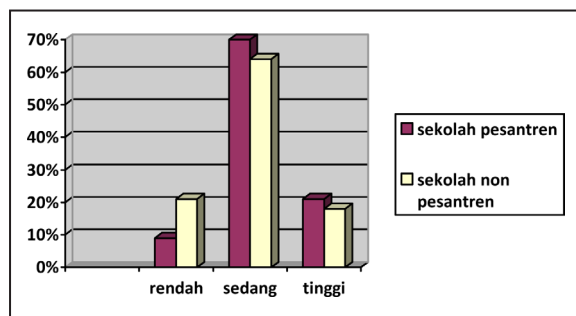
Adapun deskripsi skor SRL pada masing-masing kelompok responden dapat dilihat pada Tabel 2.

Berdasarkan Tabel 2 diatas diperoleh hasil bahwa, sebanyak tujuh orang responden (21%) pada kelompok responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, memiliki kemampuan SRL yang termasuk dalam kategori tinggi. Sedangkan sebanyak delapan belas responden (55%) termasuk dalam kategori sedang, dan sisanya sebanyak delapan orang responden (24%), termasuk dalam kategori rendah.

Tabel 2 juga menunjukkan tingkat SRL pada kelompok responden yang berasal dari sekolah non pesantren. Sebanyak empat orang responden termasuk dalam kategori tinggi (12%), 22 orang responden (66%) tergolong sedang, dan enam orang responden (18%) termasuk dalam kategori rendah.

Hasil penelitian juga menghasilkan skor *Spiritual Well Being* pada masing-masing kelompok responden dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Deskripsi Skor Skala *Spiritual Well Being* Responden Kelompok Sekolah Berbasis Pesantren dan Sekolah Non Pesantren



Berdasarkan Tabel 3 diatas, diperoleh hasil bahwa sebanyak tujuh orang responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, memiliki tingkat *Spiritual Well Being* yang termasuk dalam kategori tinggi (21%), sebanyak 23 orang responden (70%) tergolong sedang, dan tiga orang responden (9%) termasuk dalam kategori rendah.

Tabel 3 juga menunjukkan tingkat *Spiritual Well Being* pada kelompok responden yang berasal dari sekolah non pesantren, yaitu sebanyak enam orang responden (18%) termasuk dalam kategori tinggi, sebanyak 21 responden (64%) termasuk dalam kategori sedang, dan sisanya sebanyak tujuh orang responden (21%) termasuk dalam kategori rendah.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada masing-masing kelompok responden, sebagian besar memiliki *Spiritual Well Being* yang tergolong sedang. Demikian halnya dengan SRL antara kedua kelompok responden, yang secara umum sebagian besar responden berada pada kategori sedang. Hasil juga menunjukkan bahwa, pada kelompok responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, secara umum memiliki *Spiritual Well Being* dan SRL yang sedikit lebih tinggi.

Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa, terdapat hubungan antara tingkat *Spiritual Well Being* dengan SRL, yang diperkuat dengan hasil uji statistik. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai  $r_{xy} = 0,680$ , dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan, antara SRL dengan *Spiritual Well Being* pada responden penelitian ini. Semakin tinggi tingkat *Spiritual Well Being* siswa, semakin tinggi pula kemampuan SRL yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *Spiritual Well Being* siswa, semakin rendah pula kemampuan SRL yang dimilikinya.

Berdasarkan hasil analisis statistik pula, diperoleh hasil bahwa nilai korelasi ( $r$ ) antara variabel *Spiritual Well Being* dan variabel SRL, pada kelompok responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, adalah sebesar 0,684 dan  $P = 0,000$ . Sedangkan pada responden yang berasal dari sekolah non pesantren, diperoleh nilai korelasi ( $r$ ) sebesar 0,672 dan  $P = 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa nilai  $P < 0,05$ , yang berarti ada hubungan antara variabel *Spiritual Well Being* dengan SRL, baik pada kelompok responden yang berasal

dari sekolah berbasis pesantren maupun pada kelompok responden yang berasal dari sekolah non pesantren.

Namun demikian, hasil analisis statistik untuk menguji perbedaan tingkat SRL antar responden, berdasarkan analisis statistik diperoleh nilai  $t = -0,922$ ,  $p = 0,360$  ( $p > 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara kemampuan SRL antara responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren dan non pesantren. Demikian halnya dengan hasil perhitungan statistik, mengenai perbedaan tingkat *spiritual well being* antara siswa di sekolah berbasis pesantren dan non pesantren, yang memperoleh nilai  $t = -1,351$ , dan  $p = 0,181$  ( $p > 0,05$ ). Artinya, tidak ada perbedaan tingkat *spiritual well being*, antara responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren dan non pesantren.

Hasil perhitungan statistik menunjukkan pula nilai sumbangan relatif variabel *spiritual well being* terhadap SRL, adalah sebesar 46,8 % pada responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, dan sebesar 45,1 % pada responden yang berasal dari sekolah non pesantren. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa, aspek-aspek yang terdapat pada variabel *spiritual well being*, memberikan pengaruh sebesar 46,8 % dan 45,1 % terhadap SRL pada responden dari sekolah berbasis pesantren dan responden dari sekolah non pesantren.

## PEMBAHASAN

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kemampuan SRL, baik pada kelompok responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, maupun responden yang berasal dari sekolah non pesantren. Hasil analisis uji perbedaan secara statistik menunjukkan nilai  $t = -0,922$ ,  $p = 0,360$  ( $p > 0,05$ ). Berdasarkan hasil analisis statistik pula diketahui bahwa, baik pada kelompok responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, maupun kelompok responden yang berasal dari sekolah non pesantren, terdapat kemampuan SRL dan juga *Spiritual*

*Well Being* yang relatif sama.

Pada sekolah berbasis pesantren, kurikulum yang dirancang sedemikian rupa mengupayakan agar praktik-praktik pengajaran agama, lebih banyak diterapkan dalam kegiatan siswa sehari-hari. Pada kelompok sekolah non pesantren, meskipun kurikulum sekolah mengacu pada Kurikulum Nasional, namun dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar sehari-hari, juga tampak mengupayakan agar praktik pendidikan agama menjadi salah satu program sekolah yang mendapatkan perhatian serius. Hal ini dibuktikan dengan beberapa program yang secara rutin dilaksanakan, seperti menyimak bacaan Al-Qur'an dan maknanya, serta memulai dengan berdoa bersama, yang secara serempak diperdengarkan melalui peralatan audio, pada awal kegiatan belajar mengajar di pagi hari. Khusus bagi siswa yang beragama lain, mereka juga melakukan kegiatan yang sama di ruangan khusus yang sudah disiapkan dengan guru mata pelajaran agama mereka masing-masing, untuk melakukan kegiatan doa bersama dan siraman rohani di pagi hari. Selain itu, dalam program mata pelajaran agama Islam, siswa mendapatkan buku kontrol aktivitas ibadah yakni shalat lima waktu yang mendapatkan evaluasi rutin dan serius dari guru. Guru dapat menegur atau mengingatkan siswa terkait pelaksanaan shalat lima waktu tersebut. Dalam ajaran Islam, shalat merupakan tiang agama, yang dapat mencegah individu dari perbuatan keji dan munkar. Maka dengan pembiasaan shalat, nampaknya ada harapan dari sekolah, agar siswa memiliki sikap dan ahlak yang baik. Kebiasaan mencium tangan guru yang nampak pada siswa di sekolah non pesantren yang menjadi responden dalam penelitian ini menunjukkan implementasi pengajaran agama Islam khususnya, untuk menghormati guru sebagai orangtua di sekolah. Selain itu, pada saat shalat dzuhur, dilaksanakan kegiatan shalat berjamaah dan kultum. Kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan tersebut menunjukkan keseriusan pihak sekolah non pesantren yang

menjadi responden dalam penelitian ini, dalam mengimplementasikan praktik pengajaran agama di sekolah. Sehingga, hasil analisis statistik menunjukkan tidak adanya perbedaan *spiritual well being* pada kedua kelompok responden.

Temuan hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan SRL, pada kedua kelompok responden. Baik kemampuan SRL, maupun SWB pada kedua kelompok responden, secara umum berada pada taraf sedang. Hal ini menunjukkan bahwa, responden mulai memiliki bekal yang cukup memadai dalam meregulasi proses belajarnya, yakni dalam mengaktifkan dan mempertahankan pikiran, perilaku, dan emosi, untuk mencapai tujuan belajar (Zimmerman dalam Wolfolk, 2009). Menurut Zimmerman, idealnya, pembelajar seharusnya menjadi semakin mampu mengatur diri seiring dengan makin dewasa mereka. Dalam hal ini Ormrod (2008) menyebutkan bahwa aspek-aspek pengaturan diri (*self regulation*) seseorang, meliputi penetapan standar dan tujuan, cara memonitor dan mengevaluasi proses-proses kognitif dan perilaku diri sendiri, dan konsekuensi-konsekuensi yang ditentukan diri sendiri untuk setiap kesuksesan dan kegagalan. Instruksi diri (*self instruction*) dan evaluasi diri atas tindakan (*self evaluation of action*) mencerminkan pengaturan diri dalam perilaku. Sedangkan kemampuan mengontrol atensi dan motivasi diri mencerminkan pengaturan diri dalam pembelajaran (*self regulated learning*). Seiring dengan perkembangan responden yang tengah memasuki tahapan perkembangan masa remaja, kemampuan SRL pada kedua kelompok responden dalam penelitian ini, tampak mengalami perkembangan kearah yang positif.

Peran lingkungan yang kondusif dalam mengarahkan siswa, agar menjadi pembelajar yang mampu meregulasi diri, juga turut mempengaruhi kemampuan SRL siswa pada kedua kelompok responden. Dalam SRL, siswa bertanggung jawab terhadap pendidikan

dan proses belajarnya sendiri, yang meliputi kesadaran dan evaluasi terhadap proses berfikir, penggunaan strategi yang efektif dan tepat, serta motivasi diri secara terus menerus (Paris, 2004). Lingkungan atau pengaruh sosial berperan sebagai model, strategi instruksi atau umpan balik, yang dapat mempengaruhi faktor pribadi siswa seperti tujuan, kepekaan efikasi untuk tugas, keyakinan akan kesuksesan atau kegagalan, serta proses regulasi diri seperti perencanaan, monitor diri dan kendali diri terhadap gangguan. Dalam hal ini, di lingkungan pesantren, siswa mengikuti program kurikulum dengan figur ustadz/pembimbing di asrama dan guru di kelas, sebagai model yang memberikan umpan balik terhadap proses pendidikan yang ditempuh siswa. Di sekolah non pesantren, peran ini ditentukan oleh guru di sekolah dan orangtua di rumah. Model interaksi antara lingkungan, individu, dan perilaku, merupakan interaksi timbal balik yang saling menentukan, sehingga pada proses tersebut regulasi diri terjadi (Schunk dalam Wolfolk, 2009).

Seperti yang telah diuraikan sebelumnya, secara umum *spiritual well being* pada kedua kelompok responden penelitian, menunjukkan taraf sedang. Spiritualitas memungkinkan dan memotivasi individu untuk mencari arti dan tujuan dalam hidup. Spiritualitas adalah roh yang mensintesis kepribadian total, dan menyediakan beberapa rasa arah energi dan ketertiban. Dimensi spiritual tidak bisa dipisahkan dari jiwa dan tubuh, tetapi memberikan kekuatan integratif. Spiritualitas mempengaruhi dan dipengaruhi oleh keadaan fisik, perasaan, pikiran, dan hubungan diantara ketiganya (Ellison dalam Syamsulhadi, 2012). Sehingga, kondisi *spiritual well being* pada kedua kelompok responden ini, turut berperan dalam SRL mereka, khususnya pada sisi pribadi individu dalam hal memiliki tujuan, kepekaan efikasi untuk tugas, keyakinan akan kesuksesan atau kegagalan, serta proses regulasi diri seperti perencanaan, monitor diri dan kendali diri terhadap gangguan, dalam proses belajarnya.



Spiritual merupakan kebangkitan atau pencernaan diri dalam mencapai makna dan tujuan hidup. Spiritual merupakan bagian esensial dari keseluruhan kesehatan atau kesejahteraan seseorang. Salah satu aspek spiritual adalah memiliki arah tujuan, yang secara terus menerus meningkatkan kebijaksanaan dan kekuatan berkehendak dari seseorang, mencapai hubungan yang lebih dekat dengan ketuhanan dan alam semesta, dan menghilangkan ilusi dari gagasan salah yang berasal dari alat indera, perasaan, dan pikiran. Pihak lain mengatakan bahwa spiritual memiliki dua proses. Pertama, proses ke atas yang merupakan tumbuhnya kekuatan internal, yang mengubah hubungan seseorang dengan Tuhan. Kedua, proses ke bawah yang ditandai dengan peningkatan realitas fisik seseorang akibat perubahan internal (Tamami, 2011).

Dimensi spiritualitas mencoba untuk menjadi selaras dengan alam semesta, berusaha untuk menjawab tentang yang tak terbatas, dan datang pada dasarnya menjadi fokus pada saat stress emosional, penyakit fisik dan mental, kerugian, kehilangan dan kematian (Murray & Zetner dalam Syamsulhadi, 2012). Sehingga, kebutuhan spiritual adalah harmonisasi kehidupan. Dimensi ini termasuk menemukan arti, tujuan, menderita, dan kematian; kebutuhan akan harapan dan keyakinan hidup, dan kebutuhan akan keyakinan pada diri sendiri, dan Tuhan. Terdapat lima dasar kebutuhan spiritual manusia yaitu arti dan tujuan hidup, perasaan misteri, pengabdian, rasa percaya dan harapan di waktu kesusahan (Hawari dalam Syamsulhadi, 2012). Dalam konsep Islam, spiritualitas adalah keyakinan dalam hubungan dengan Yang Maha Pencipta, mengandung pengertian hubungan manusia dengan Tuhannya, dengan menggunakan media perantara berupa shalat, puasa, zakat, haji, doa, dan sebagainya. Uraian tersebut menjelaskan kaitan antara *spiritual well being* dan SRL pada responden penelitian, yang berkorelasi positif berdasarkan temuan hasil penelitian ini. Peran lembaga pendidikan baik

berbasis pesantren maupun non pesantren, dalam mengupayakan lingkungan yang kondusif terhadap peningkatan *spiritual well being* siswa, menjadi penting sebagai upaya meningkatkan kemampuan siswa dalam meregulasi diri dalam proses belajarnya.

Hasil analisis menunjukkan bahwa, nilai sumbangan relatif variabel *spiritual well being* terhadap SRL, pada responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren adalah sebesar 46,8 %. Sedangkan pada sekolah non pesantren, nilai sumbangan relatifnya adalah sebesar 45,1 %. Hal tersebut mengindikasikan bahwa, aspek-aspek yang terdapat pada variabel *spiritual well being*, memberikan pengaruh sebesar 46,8 % terhadap SRL responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, dan sebesar 45,1 % pada responden yang berasal dari sekolah non pesantren. Artinya pula bahwa, terdapat variabel lain yang turut berperan terhadap kemampuan SRL pada masing-masing responden penelitian, yaitu sebesar 53,2 % dan 54,9 %. Adapun variabel-variabel tersebut diantaranya adalah pengetahuan, yaitu sejauh mana siswa mengetahui siapa diri mereka, dan bagaimana cara mereka belajar supaya efektif. Selain itu, pengaruh keluarga juga turut berperan dalam kemampuan SRL responden, yaitu peran orangtua yang mengajarkan SRL melalui *modelling*, dorongan, serta fasilitas kepada siswa, sehingga siswa yang memiliki SRL memulai kemampuan mereka sejak di rumah.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, tidak terdapat perbedaan SRL antara responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren dan non pesantren. Demikian halnya dengan perbedaan antara *spiritual well being* pada kedua kelompok responden. Berdasarkan hasil uji analisis pula diperoleh hasil bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara SRL dengan *spiritual well being*. Berdasarkan hasil perhitungan statistik, nilai sumbangan variabel *spiritual*

*well being* terhadap SRL dalam penelitian ini adalah sebesar 46,8 % pada responden yang berasal dari sekolah berbasis pesantren, dan sebesar 45,1 % pada responden yang berasal dari sekolah non pesantren. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa, aspek-aspek yang terdapat pada variabel *spiritual well being*, memberikan pengaruh sebesar 46,8 % dan 45,1 % terhadap SRL pada responden dari sekolah berbasis pesantren dan responden dari sekolah non pesantren. Terdapat aspek lain yang turut berperan dalam SRL pada kedua kelompok responden.

Saran yang dapat diberikan berdasarkan temuan hasil penelitian ini adalah bahwa, *spiritual well being* yang meliputi kepuasan bathiniah atau kepuasan hubungan individu dengan sang pencipta, serta pemahaman akan makna dan tujuan hidup individu, menjadi penting untuk diupayakan dalam program pendidikan di sekolah, melalui praktik penerapan materi pendidikan agama. Pemahaman akan makna dan tujuan hidup individu, dapat membantu individu untuk mampu mengarahkan diri dan memotivasi individu untuk meraih tujuan belajarnya. Hal ini dapat membantu individu untuk memiliki kemampuan SRL yang lebih baik.

Untuk penelitian selanjutnya, penting diketahui bagaimana perbedaan kemampuan SRL siswa yang ditinjau dari *spiritual well being*, dengan mengambil responden sekolah berbasis non pesantren di sekolah umum lainnya. Selain itu, pada penelitian selanjutnya alangkah lebih baiknya apabila dilakukan pengukuran kondisi SRL dan *Spiritual Well Being* kedua kelompok responden, sebelum mengikuti proses pendidikan. Kemudian, dilakukan pengukuran kembali setelah responden mengikuti proses pendidikan dalam kurun waktu tertentu. Hal ini bertujuan agar perubahan yang terjadi menjadi lebih terukur.

Saran lain yang dapat diberikan adalah agar aitem-aitem dalam alat ukur pengambilan data diupayakan untuk memiliki *social desirability* yang rendah agar memperoleh hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Khatib, S., A. (2010). Meta-cognitive Self-Regulated Learning and Motivational Beliefs as Predictors of College Students' Performance. *International Journal Research for Education*, 27, 57-72.
- Arjangga, R., & Suprihatin, T. (2010). Efektivitas Pembelajaran Tutor Teman Sebaya terhadap Belajar Berdasar Regulasi Diri. *Experimental Psychology: The Old Tradition*. hal 201-207. Yogyakarta: Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM.
- Badrun, 2008. <http://ubed-centre.blogspot.Com>. diakses Senin 16/6/2008.
- Hawk, S. R., Goudy, M. B., & Gast, J. A. (2003). Emotional Eating and Spiritual Well-Being: A Possible Connection?. *American Journal of Health Education*, 34, 1, 31-33.
- Hamidah, 2008. <http://hildaku.blog.com/614889> (diakses Jum'at 6/6/2008 jam 11.23)
- Jamil, H.M. (2013). *Ahlak dan Tasawuf*. Jakarta: Referensi.
- Kamya, H. A. (2000). Hardiness and Spiritual Well-Being among Social Work Student: Implication for Social Work Education. *Social Work Education. Journal of Social Work Education*, 36, 154-165.
- Korkmaz, O., and Kaya, S. (2012) Adapting Online Self-Regulated Learning Scale Into Turkish. *Turkish Online Journal of Distance Education-TOJDE*, 13, 1- 20.
- Kristiyani, T. (2010). Efektivitas Penerapan *Classroom Assesment Techniques* (CATs) dalam Perkuliahan untuk Meningkatkan *Self Regulated Learning* (SRL) serta Pemahaman Terhadap Materi Perkuliahan Statistik II pada Mahasiswa Psikologi. *Experimental Psychology: The Old Tradition*. hal 252-260. Yogyakarta: Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM.
- Ormrod, Jeanne, E. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Ormrod, Jeanne, E. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jilid 2. Jakarta: Penerbit Erlangga.

- Paris, S. G. (2004) Principles of Self Regulated Learning for Teachers. Dalam Jessie-E., Chang, A., & Tan, O. S. (Eds). *Thinking about Thinking: What Educators Need to Know*. 48-71. Singapura: McGraw-Hill Education.
- Pasiak, Taufik. (2012). *Tuhan Empirik dan Kesehatan Spiritual*. Yogyakarta: C-Net UIN Sunan Kalijaga.
- Pikiran Rakyat, Jum'at, 7 Mei 2010, dalam <http://www.pikiran-rakyat.com>, akses Kamis 20/10/2013.
- Pintrich, P. R., De Groot, V. (1990). Motivational and Self-Regulated Learning Components of Classroom. *Academic Performance Journal of Educational Psychology*, 82, 1, 33-40.
- Pujianto, W. 2013. <http://edukasi.kompasiana.com/2013/08/24/indahnyajika-sekolah-berbasis-pesantren-583617.html>.
- Radar Sukabumi, 13 Oktober 2013, dalam <http://www.radarsukabumi.com>, akses Kamis 20/10/2013.
- Rosiana, D., Utami, I., & Putri, F. (2010). Strategi Peningkatan Prestasi Belajar Melalui Pembinaan Terpadu Berbasis *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Berprestasi Rendah di Kodya Bandung. *Experimental Psychology: The Old Tradition*. hal 201-207. Yogyakarta: Unit Publikasi Fakultas Psikologi UGM.
- Republika, Kamis, 22 Desember 2005, dalam <http://ubed-centre.blogspot.com> akses Senin 16/6/2008.
- Shihab, Alwi. (2009). *Akar Tasawuf di Indonesia*. Depok: Pustaka Ilman.
- Siegel, S., & Castellan, Jr. N. J. (1988). *Non Parametric Statistic for The Behavior Sciences* (Ed. ke-2). New york: McGraw-Hill.
- Suhardi, D. 2012. Peran SMP Berbasis Pesantren sebagai Upaya Penanaman Pendidikan Karakter kepada Generasi Bangsa. *Jurnal Pendidikan Karakter*, II(3), 317-323.
- Tamami, Drs., M. Ag. (2011). *Psikologi Tasawuf*. Bandung: Pustaka Setia.
- Woolfolk, A. 2009. *Educational Psychology : Active Learning Edition* . Jilid 2. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.