

PENGARUH TEKNIK *SELF-REGULATION* TERHADAP SIKAP SOPAN SANTUN SISWA

The Effect of Self Regulation Techniques on Students Courtesy Attitude

Juliana Arshy¹, Cici Ismuniar², Ni Made Diah Padmi³

^{1,2,3}Universitas Borneo Tarakan, Jalan.Amal Lama, Kota Tarakan

e-mail korespondensi: julianaarshy6@gmail.com

Kata Kunci:

Self-Regulation, Sikap Sopan Santun

Keywords:

Self-Regulation, Polite Attitude

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulation* terhadap sikap sopan santun siswa. Sikap sopan santun merupakan perilaku seseorang yang menghargai, tidak sombong dan berakhlak mulia dengan cara menghormati orang yang lebih tua, menyapa jika bertemu dengan orang lain, berbicara dengan nada lembut dan bahasa yang santun. Ciri cirinya tidak memiisi atau menegur saat berpapasan dengan guru, memanggil teman dengan nama binatang dan menyanggah guru ketika sedang berbicara, dan *Self-Regulation* merupakan proses metakognisi yang mengatur proses perencanaan, pemantauan/*monitoring*, dan evaluasi diri dalam aktivitas belajar seperti cara berfikir, pemantauan proses belajar, mengulangi pelajaran agar tercapai tujuan belajar, penguasaan pengetahuan dan keterampilan bagi individu serta pengaturan jadwal belajar guna untuk mencapai tujuan dalam belajar. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest design*, dengan populasi sebanyak 100 siswa dan menggunakan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling* sebanyak 10 orang siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala sikap sopan santun. Teknik analisis data dari hasil hipotesis *paired sample t-test* yang diperoleh H_a diterima dikarenakan nilai signifikan $0.000 < 0,05$ dan nilai t hitung $-6.688 < 1.833$. Sehingga ada pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulation* terhadap sikap sopan santun siswa.

Abstract

This study aims to determine the application of group guidance with Self-Regulation techniques on the attitude of courtesy of student. Manners are the behavior of someone who respects, is not arrogant and has noble character by respecting elders, greeting when meeting others, speaking in a soft tone and polite language. Its characteristics are not excusing or reprimanding when passing the teacher, calling friends by animal names and refuting the teacher when speaking, and Self-Regulation is a metacognition process that regulates the process of planning, monitoring / monitoring, and self-evaluation in learning activities such as how to think, monitoring the learning process, repeating lessons in order to achieve learning goals, mastering knowledge and skills for individuals and setting a learning schedule in order to achieve goals in learning. This research was quantitative research with an experimental approach with a one group pretest- post-test design, with a population of 100 students and using Purposive Sampling technique as many as 10 students. The data collection technique used the courtesy attitude scale. Data analysis technique from the results of the paired sample t-test hypothesis obtained H_a was accepted because the significant value is $0.000 < 0.05$ and the t value is $-6.688 < 1.833$. So that there was an influence of group guidance with Self-Regulation techniques on the attitude of courtesy of students.

PENDAHULUAN

Generasi muda saat ini masih lemah dalam menerapkan nilai-nilai kesantunan dalam penggunaan bahasa komunikasi, sehingga siswa umumnya akan menggunakan bahasa yang tidak sopan, tidak menyenangkan, mengancam, terkesan angkuh atau sombong, memaksa, bahkan mencemooh. Selain itu, generasi muda juga kurang siap untuk menghargai pendapat teman-temannya, membully teman-temannya, kurang menghargai orang-orang yang lebih tua di lingkungan sekolah, khususnya guru, dan membolos saat pembelajaran berlangsung. Dalam menyikapi hal tersebut, peneliti berencana membantu menciptakan cara pandang sikap santun yang mulai hilang, untuk diterapkan kembali dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di kalangan siswa sekolah menengah atas sebagai masa depan negara. Kebiasaan-kebiasaan baik pada siswa dapat diciptakan melalui bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Self-Regulation*.

Melalui bantuan ini, siswa dapat memberikan pengarahan kepada kelompok yang mempunyai permasalahan terkait dengan kurangnya sopan santun. Sikap sopan santun dipengaruhi oleh kognitif manusia, pada dasarnya sikap sopan santun melibatkan pemahaman dan penggunaan aturan sosial yang telah dipelajari oleh individu selama hidupnya. Sopan santun melibatkan interaksi kompleks antara pikiran dan lingkungan sosial sehingga dapat dikatakan kognitif manusia sangat mempengaruhi bagaimana kita bersikap sopan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut penjelasan diatas sopan santun memiliki persamaan dengan teori *Self-Regulation* yang berkaitan dengan kognitif manusia (Zimmerman; dalam Ismuniar, 2018). Menurut penelitian Moffitt dalam studi jangka panjang terhadap sekelompok individu dari masa kecil hingga dewasa, menemukan bahwa tingkat *self-regulation* yang rendah pada masa anak-anak berhubungan dengan kecenderungan perilaku yang kurang sopan pada saat masa dewasa. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara *self-regulation* yang lemah dan rendahnya tingkat sopan santun. (Moffitt et al., 2011).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh teknik *Self-Regulation* terhadap sikap sopan santun pada siswa. Penelitian ini mengambil referensi melalui penelitian Rosita Sitorus (2021), dengan judul "Upaya Meningkatkan Sikap Sopan Santun Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI", menunjukkan bahwa dapat

disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap sopan santun siswa. Dibuktikan dengan adanya perubahan sikap siswa menjadi lebih sopan dalam bersikap terhadap guru, dan santun ketika berbicara dengan guru, orang yang lebih dewasa, dan teman-teman sebayanya. Persamaan penelitian diatas dengan penulis sama-sama menggunakan variabel Sopan Santun dan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Kebaruan dari penelitian ini adalah penelitian yang baru meneliti variabel *Self-Regulation* dan Sikap Sopan Santun, sehingga bisa dijadikan acuan untuk peneliti selanjutnya jika ingin meneliti variabel tersebut.

Sikap sopan santun merupakan perilaku seseorang yang menjunjung tinggi nilai-nilai menghormati, menghargai, tidak sombong dan berakhlak mulia dengan cara menghormati orang yang lebih tua, menyapa jika bertemu dengan orang lain, berbicara dengan nada lembut dan berbahasa yang santun, serta berperilaku yang baik. Dengan kata lain sopan santun adalah peraturan hidup yang timbul dari hasil pergaulan sekelompok individu atau masyarakat yang membentuk suatu sistem etika atau moral, sedangkan *Self-Regulation* merupakan proses metakognisi yang mengatur proses perencanaan, pemantauan/monitoring, dan evaluasi diri dalam aktivitas belajar seperti cara berfikir, pemantauan proses belajar, mengulangi pelajaran agar tercapai tujuan belajar, penguasaan pengetahuan dan keterampilan bagi individu serta pengaturan jadwal belajar guna untuk mencapai tujuan dalam belajar.

Sikap sopan santun dipengaruhi oleh kognitif manusia, pada dasarnya sikap sopan santun melibatkan pemahaman dan penggunaan aturan sosial yang telah dipelajari oleh individu selama hidupnya. Sopan santun melibatkan interaksi kompleks antara pikiran dan lingkungan sosial sehingga dapat dikatakan kognitif manusia sangat mempengaruhi bagaimana kita bersikap sopan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut penjelasan diatas sopan santun memiliki persamaan dengan teori *Self-Regulation* yang berkaitan dengan kognitif manusia (Zimmerman; dalam Ismuniar, 2018).

METODE PENELITIAN

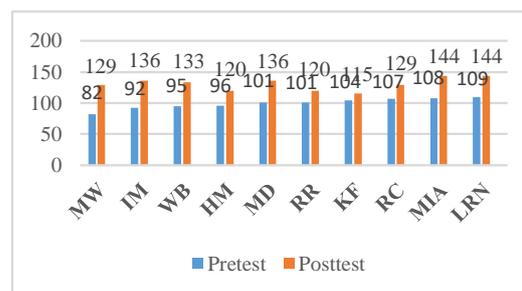
Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain *One-Group Pretest-Posttest*. Desain pada penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang memiliki 100 siswa sebagai populasi dan 10 siswa sebagai sampel. Dalam penelitian ini siswa akan diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen berupa

pemberian konseling kelompok dengan menggunakan teknik *Self-Regulation*, pertama dengan menyebarkan skala pretest, kemudian diberi perlakuan sebanyak 3 kali pertemuan, lalu akan diberikan kembali skala posttest untuk melihat perbandingan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan analisis inferensial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulation* terhadap sikap sopan santun siswa. Pada awal kegiatan *pretest*, siswa terlihat masih malu malu disaat memperkenalkan diri mereka dan saat diajak berbicara, selanjutnya setelah peneliti membangun keakraban beberapa siswa mulai percaya diri dan antusias menanyakan hal-hal apa yg akan peneliti lakukan selama disekolah. Pada pertemuan selanjutnya sama seperti pertemuan sebelumnya, diantara mereka masih ada yang malu untuk berbicara dengan peneliti. Kemudian peneliti kembali membangun keakraban dengan siswa dengan tujuan agar siswa bisa lebih santai dan percaya diri. Selanjutnya pada pertemuan ini siswa sudah tampak lebih santai tanpa harus peneliti membangun keakraban.

Pada pertemuan ini siswa dan peneliti banyak berdiskusi bagaimana sikap siswa dengan guru disekolah ataupun dengan orang tua mereka dirumah.. Peneliti dan siswa juga berdiskusi tentang apa saja sikap yang baik yang telah mereka pelajari. Berdasarkan kategorisasi sikap sopan santun siswa sebelum diberikan perlakuan *pretest*, sikap sopan santun siswa sebelum menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulation* berada pada kategori tinggi memiliki interval ($93 < X \leq 112$) dengan presentase 16% , pada kategori rendah memiliki interval ($74 < X < 93$) dengan presentase 2%. Sedangkan kategorisasi sikap sopan santun siswa setelah diberi perlakuan (*posttest*) terjadi peningkatan, sikap sopan satu siswa menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulation* berada pada kategori sangat tinggi dengan interval ($X > 112$) dengan presentase 100% .



Gambar Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Dari hasil *posttest* dapat disimpulkan bahwa tingkat sikap sopan santun siswa mengalami peningkatan. Berdasarkan tabel hasil persentase skor *pretest* dan *posttest* dapat dilihat bahwa hasil rata-rata sebelum siswa diberikan perlakuan diperoleh rata-rata 100 dengan kategori tinggi, sedangkan hasil rata-rata setelah siswa diberikan perlakuan diperoleh rata-rata 131 dengan kategori sangat tinggi.

Berdasarkan perbandingan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan skor peningkatan sebesar 31. Dalam penelitian ini dengan judul “Pengaruh Teknik *Self-Regulation* terhadap Sikap Sopan Santun Siswa Kelas X di SMAN 2 Tarakan” dapat dikatakan berpengaruh dikarenakan sejak yang menjadi sampel penelitian telah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulation* menunjukkan adanya peningkatan pada perilaku sikap sopan santun siswa. Dalam penelitian Rosita Sitorus (2021), dengan judul “Upaya Meningkatkan Sikap Sopan Santun Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI”, menunjukkan bahwa dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan sikap sopan santun siswa. Dibuktikan dengan adanya perubahan sikap siswa menjadi lebih sopan dalam bersikap terhadap guru, dan santun ketika berbicara dengan guru, orang yang lebih dewasa, dan teman-teman sebayanya. Persamaan penelitian diatas dengan penulis sama sama menggunakan variabel Sopan Santun dan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka teknik *Self-Regulation* berpengaruh secara signifikan terhadap sikap sopan santun siswa. Berdasarkan analisis inferensial secara keseluruhan diperoleh bahwa data sikap sopan santun siswa sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan seluruhnya berdistribusi normal dan homogen. Hasil uji

paired sample t test diperoleh nilai hitung sebesar -6.688 < 1.833, sebagaimana dasar pengambilan keputusan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata sikap sopan santun *pretest* dengan *posttest* yang artinya terdapat pengaruh dalam penerapan teknik *Self-Regulation* terhadap sikap sopan santun siswa kelas X SMAN 2 Tarakan. Hal ini karena subjek yang menjadi sampel penelitian setelah diberikan teknik *Self-Regulation* berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan pada sikap sopan santun dengan hasil rata-rata sebelum siswa diberikan perlakuan diperoleh rata-rata 100 dengan kategori tinggi, sedangkan hasil rata-rata setelah siswa diberikan perlakuan diperoleh rata-rata 131 dengan kategori sangat tinggi. Berdasarkan perbandingan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan skor peningkatan sebesar 31. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dalam penerapan teknik *Self-Regulation* terhadap sikap sopan santun siswa kelas X di SMAN 2 Tarakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahrudin, Faiz. (2018). Penanaman Karakter Sopan Santun di SDN Ngabeyan 03 Kartasura. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Inzlicht, M., Werner, K. M., Briskin, J. L., & Roberts, B. W. (2021). Integrating models of self-regulation. *Annual review of psychology*, 72, 319-345.
- Ismuniar, Cici. (2018). Rancangan Intervensi untuk Meningkatkan Self Regulation sebagai Upaya Preventif Terhadap Perilaku Seksual Pra Nikah Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (Studi Kasus Pada Siswa SMP Swasta X Di Kota Tarakan). (Tesis). Universitas Padjadjaran: Sumedang.
- Kamal Pasaribu, Ira. (2017). Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Sopan Santun Siswa Kelas XI Mas PP Irsyadul Islamiyah Tanjung Medan Kabupaten Labuhanbatu Selatan. (Skripsi). Universitas Islam Negeri: Medan.
- M. Yasdar; Mulyadi. (2018). Penerapan Teknik Regulasi Diri (self regulation) untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul – (Jurnal Pendidikan)*, 2(2).
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., ... & Caspi, A. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 108(7), 2693-2698.
- Novita Sari, Dewi.. (2023). Pengaruh Teknik Self Management Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 14 Tarakan (Skripsi). Universitas Borneo Tarakan : Tarakan.
- Nur Ramadhani, Firdayanti dkk. (2022). Penerapan Teknik Self Regulation Learning untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa. *Cakrawala Ilmiah Mahasiswa – RIEN: Makassar*. 2(1).
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. S. (2022). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6).
- Rahman,A., Munandar, S.A, dkk. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1).
- Sitorus, Rosita. (2021). Upaya Meningkatkan Sikap sopan Santun Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas XI. *Journal of Education Action Research: Sumatera Utara*. 5(1).
- Subagja, Slamet dkk. (2021). Upaya Guru BK dalam Membentuk Karakter Sopan Santun Peserta didik Kelompok A di Taman Kanak Kanak Labora Islam: Jambi. 1(1).
- Wardah, F., Hastuti, D., & Krisnatuti, D. (2019). Pengaruh Metode Sosialisasi Orangtua Dan Kontrol Diri Terhadap Karakter Sopan Santun Remaja. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2)