

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

A. Tinjauan Pustaka

Beberapa penelitian terdahulu yang di tinjau penelitian ini adalah:

Penelitian yang dilakukan oleh Urifa (2018) yang berjudul “Hubungan Aspirasi Siswa Dengan *School Well-being* Pada Siswa MTS Penerima Dana Program Keluarga Harapan (PKH)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Aspirasi Siswa dengan *School Well-being* pada Siswa MTS Penerima Dana Program Keluarga Harapan (PKH). PKH atau Program Keluarga Harapan adalah program perlindungan sosial melalui pemberian uang non tunai kepada Rumah Tangga Sangat Miskin (RTSM). Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan menggunakan tehnik pengumpulan data berupa skala likert yaitu skala Aspirasi siswa yang terdiri dari 23 aitem dan skala *school well-being* terdiri dari 20item yang sudah melalui uji coba. Skala Aspirasi siswa memiliki reliabilitas 0,807 sedangkan skala *school well-being* memiliki reliabilitas sebesar 0,783. Subjek penelitian adalah siswa MTS berjumlah 92 siswa dan merupakan penelitian populasi. Hasil penelitian menggunakan uji product moment menunjukkan harga koefisien korelasi sebesar 0,608 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. artinya terdapat hubungan yang signifikan antara aspirasi siswa dengan *school well-being* sebesar 60%. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *well-being* pada siswa dari keluarga miskin. Perbedaan penelitian

terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Surabaya dan variabel independent lainnya yaitu aspirasi siswa tidak diteliti disini.

Penelitian yang dilakukan oleh Halim (2015) yang berjudul “Pengaruh *Self-Compassion* Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa Asal Luar Jawa Tahun Pertama Universitas Negeri Semarang”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *self-compassion* terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa asal luar Jawa tahun pertama Universitas Negeri Semarang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Data penelitian diambil dengan dua skala psikologi yaitu skala *subjective well-being* yang terdiri dari 36 item dan skala *self-compassion* yang terdiri dari 22 item. Skala *subjective well-being* memiliki koefisien validitas antara 0,313 sampai dengan 0,743 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,908. Skala *self-compassion* memiliki koefisien validitas antara 0,332 sampai dengan 0,741 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,896. Metode analisis data menggunakan analisis regresi sederhana yang dikerjakan menggunakan software SPSS. Penelitian ini menghasilkan R sebesar 0,568 dengan signifikansi atau $p = 0,000$, sehingga hipotesis yang menyatakan ada pengaruh antara *self-compassion* terhadap *subjective well-being* diterima. Dengan koefisien determinasinya (R Square) sebesar 0,323 yang berarti 32,3% variabel *subjective well-being* dipengaruhi oleh variabel *self-compassion*. Sisanya 67,7% di pengaruhi variabel lain. Hasil analisis data menunjukkan bahwa responden penelitian sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu 69,09% pada variabel *subjective well-being* dan

87,27% pada variabel *self-compassion*. Sedangkan tidak ada responden yang memiliki *subjective well-being* dan *self-compassion* yang rendah. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *well-being* pada pelajar. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Semarang dan variabel independent lainnya yaitu *Self-Compassion* tidak diteliti disini.

Penelitian yang dilakukan oleh Rusdian (2018) yang berjudul “Hubungan Antara *Psychological Well-Being* Dan Keterlibatan Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Disabilitas Intelektual Usia Kanak-Kanak (4-11 Tahun)”. Penelitian ini membahas tentang hubungan antara *psychological well-being* dan keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak disabilitas intelektual usia kanak-kanak (4-11 tahun). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological well-being* dan keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak disabilitas intelektual usia kanak-kanak ($r = 0.665$, $p < 0.01$). Analisis lebih mendalam menemukan bahwa dimensi *personal growth* dari *psychological well-being* memiliki sumbangan yang signifikan terhadap keterlibatan orang tua dalam pendidikan. Selain itu *psychological well-being* memberikan sumbangan paling besar terhadap keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak di rumah. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *psychological well-being* pada anak. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Jakarta dan variabel independent lainnya yaitu keterlibatan orangtua tidak diteliti disini.

Penelitian yang dilakukan oleh Fajrina dan Rosiana (2015) yang berjudul “Hubungan *Flow* dengan *Psychological Well-Being* Mahasiswa Psikologi UNISBA yang Aktif Organisasi”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa erat hubungan *flow* dengan *psychological well-being* mahasiswa Psikologi Unisba yang aktif organisasi. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji korelasi rank Spearman. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $rs=0,673$ dengan taraf korelasi yang erat. Artinya semakin sering mahasiswa merasakan pengalaman *flow* pada aktivitas organisasi, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dirasakannya. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *psychological well-being* pada pelajar. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Bandung dan subyek penelitian yang merupakan mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2017) yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar siswa. Metode penelitian adalah korelasi product moment. Berdasarkan analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara regulasi diri dengan prestasi belajar siswa yang signifikan dengan indeks $\alpha = 0,000 < \alpha = 0,05$; maka H_0 ditolak dan H_a diterima dengan nilai koefisien korelasi r hitung $0,843 > r_{tabel} 0,2423$. Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Seputih Raman Tahun Ajaran 2016/2017.

Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *Self-Regulated Learning*. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Bandar Lampung, dan subyek penelitian yang merupakan murid SMU.

Penelitian yang dilakukan oleh Ramdani dan Kahfi (2015) yang berjudul “Kontribusi *Fase Self-Regulated Learning* Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Psikologi Angkatan 2012 Universitas Islam Bandung”. Hasilnya menunjukkan bahwa *fase self-regulated learning* berkontribusi terhadap Prestasi Belajar dan *fase* yang paling berkontribusi adalah *fase forethought*. . Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *Self-Regulated Learning*. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Bandung, dan subyek penelitian yang merupakan mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti dan Hedi Wahyudi (2015) yang berjudul “Studi Deskriptif Mengenai *Self Regulation* Pada Siswa Atlet SMPN 1 Lembang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data mengenai gambaran *self-regulation* siswa atlet SMPN 1 Lembang. Berdasarkan hasil pengolahan data, maka didapatkan hasil yaitu sebanyak 4 siswa atlet (16,7%) memiliki *self regulation* tinggi dan sebanyak 20 siswa atlet (83,3%) memiliki *self regulation* rendah. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *Self-Regulated Learning*. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Bandung, dan subyek penelitian yang merupakan mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Nebore (2015) yang berjudul “Hubungan Antara *Self-Regulated Learning* Dengan *Psychological Well-Being* Pada Mahasiswa Papua Yang Berkuliah Di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga”. Dari hasil analisa data diperoleh koefisien korelasi(r) 0,831 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan positif yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan *psychological well-being*. Hal ini bermakna bahwa *self-regulated learning* mahasiswa yang tinggi akan diikuti pula dengan *psychological well-being* yang tinggi. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *Self-Regulated Learning* Dengan *Psychological Well-Being*. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Salatiga dan subyek penelitian yang merupakan mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Tavakolizadeh (2012) yang berjudul “*The Role Of Self Regulated Learning Strategies In Psychological Well Being Condition Of Students*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara strategi belajar pengaturan diri siswa dan psikologis yang baik. menjadi kondisi di kelas pertama sekolah menengah Gonabad di tahun ajaran 2010-2011. Hasil penelitian menunjukkan bahwa total regulasi diri strategi pembelajaran serta strategi kognitif dan meta-kognitif, orientasi tujuan, dan nilai intrinsik memiliki peran positif dan tes kecemasan memiliki peran negatif dalam prediksi kesejahteraan psikologis. Menurut hasil, belajar pengaturan diri strategi memiliki efek positif pada dimensi positif kesehatan mental siswa atau kondisi kesejahteraan

psikologis. Jadi begitulah pengajaran yang direkomendasikan tentang strategi belajar yang diatur sendiri untuk siswa sebagai strategi promotif dalam kesehatan mental. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *Self-Regulated Learning Dengan Psychological Well-Being*. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Iran dan subyek penelitian yang merupakan siswa SMU.

Penelitian yang dilakukan oleh Soheilaet *al.*, (2016), yang berjudul "*Influence of Cognitive Emotion Regulation on Psychological Well-being of Malaysian Graduates*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji sejauh mana komponen regulasi emosi kognitif yaitu menyalahkan diri sendiri, menyalahkan orang lain, perenungan, bencana, pemfokusan ulang positif, penilaian ulang positif, perencanaan dan penerimaan, mempengaruhi kesejahteraan psikologis di antara mahasiswa pascasarjana di satu Malaysia universitas. Deskriptif Analisis menunjukkan bahwa pengaruh penilaian positif tinggi di antara responden. Selagi persentase lebih rendah dalam menyalahkan orang lain dan menjadi bencana. Menggunakan *Structural Equation Modeling*, temuan mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa pascasarjana dipengaruhi oleh perencanaan, bencana, penilaian ulang, menyalahkan orang lain, menyalahkan diri sendiri, menempatkan ke dalam perspektif, dan penerimaan. Kesimpulannya, strategi ketujuh disebutkan di atas menjelaskan 41% dari kesejahteraan psikologis siswa lulusan. Persamaan dari penelitian ini adalah keduanya meneliti tentang *Self-Regulated*

Learning dengan *Psychological Well-Being*. Perbedaan penelitian terletak pada fokus di *Cognitive Self-Regulated Learning*, lokasi penelitian sebelumnya yang berada di Malaysia dan penelitian yang merupakan siswa SMU.

Semua penelitian terdahulu diatas menjadi rujukan dari penelitian ini. Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang kesejahteraan dan regulasi diri. Perbedaan dengan penelitian ini adalah metode penelitian data, dimana penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif, sedangkan penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Lokasi dan waktu penelitian juga berbeda, dimana penelitian ini berlokasi di SD Muhammadiyah Tamantirto Kasihan Bantul, dan dilakukan di tanggal 05-09 Agustus tahun 2019.

B. Kerangka Teori

1. Kesejahteraan Psikologis

a. Pengertian Kesejahteraan Psikologis

Menurut Ryff (dalam Maryam, 2015:17) kesejahteraan psikologi adalah suatu kondisi seseorang yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi lebih dari itu yaitu kondisi seseorang yang mempunyai kemampuan menerima diri sendiri maupun kehidupannya di masa lalu (*self-acceptance*), pengembangan atau pertumbuhan diri (*personal growth*), keyakinan bahwa hidupnya bermakna dan memiliki tujuan (*purpose in life*), memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain (*positive relationship with others*),

kapasitas untuk mengatur kehidupannya dan lingkungannya secara efektif (*environmental mastery*), dan kemampuan untuk menentukan tindakan sendiri (autonomi).

Konsep Ryff tentang kesejahteraan psikologi merujuk pada pandangan Rogers tentang orang yang berfungsi penuh (*fully-functioning person*), pandangan Maslow tentang aktualisasi diri (*self-actualization*), pandangan Jung tentang individuasi (*individuation*), konsep Allport tentang kematangan, konsep Erikson dalam menggambarkan individu yang mencapai integrasi dibanding putus asa, konsep Neugarten tentang kepuasan hidup, serta kriteria positif individu yang bermental sehat yang dikemukakan Johada (dalam Maryam, 2015:17).

b. Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Dan ada juga menurut Ryff (dalam Maryam, 2015:18), kesejahteraan psikologis meliputi dimensi sebagai berikut:

1) Penerimaan Diri (*Self-acceptance*)

Aspek ini didefinisikan sebagai karakteristik utama dari kesehatan mental dan juga merupakan karakteristik utama dari individu yang mencapai aktualisasi diri yang berfungsi secara optimal dan dewasa. Aspek ini juga menekankan penerimaan diri seseorang terhadap masa lalu. Sehingga orang yang memiliki penerimaan diri yang baik akan dapat memiliki sifat positif terhadap

diri sendiri dan menerima berbagai aspek diri termasuk sifat baik dan buruk.

2) Tujuan Hidup (*Purpose of Life*)

Menekankan pentingnya keyakinan yang memberikan satu perasaan dan pemahaman yang jelas tentang tujuan dan arti kehidupan. Individu yang memiliki tujuan hidup yang baik akan memiliki target dan cita-cita dalam hidupnya serta merasa bahwa kehidupan di saat ini dan masa lalu adalah bermakna, individu tersebut.

3) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Individu dalam berfungsi secara optimal secara psikologis harus berkembang, mengembangkan potensi-potensinya, untuk tumbuh dan maju. Pemanfaatan secara optimal seluruh bakat dan kapasitas yang dimiliki oleh individu merupakan hal yang penting dalam kesejahteraan psikologis. Individu yang terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru berarti individu tersebut akan terus berkembang bukan hanya mencari suatu titik yang diam di mana semua masalah terselesaikan. Individu yang mempunyai pertumbuhan diri yang baik (individu memiliki pertumbuhan diri yang baik dan memiliki perasaan yang terus berkembang) akan memiliki perasaan yang terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang terus berkembang, menyadari potensi-potensi

yang dimiliki dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan perilakunya dalam waktu ke waktu.

4) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive relations with others*)

Hubungan positif dengan orang lain diartikan sebagai kemampuan untuk mencintai dilihat juga sebagai karakteristik utama dari kesehatan mental. Individu yang mempunyai tingkatan yang baik pada dimensi hubungan positif dengan orang lain ditandai dengan memiliki hubungan yang hangat, memuaskan dan saling percaya dengan orang lain, memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan rasa empati, rasa sayang dan keintiman, serta memahami konsep memberi dan menerima dalam hubungan sesama manusia.

5) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Merupakan kemampuan individu untuk memilih atau menciptakan suatu lingkungan yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhannya, dapat didefinisikan sebagai salah satu karakteristik kesehatan mental. Penguasaan lingkungan yang baik dapat dilihat dari sejauh mana individu dapat mengambil keuntungan dari peluang-peluang yang ada di lingkungan. Individu juga mampu mengembangkan dirinya secara kreatif melalui aktivitas fisik maupun mental.

6) Otonomi (*Autonomy*)

Individu yang sudah mencapai aktualisasi diri dideskripsikan sebagai orang yang menampilkan sikap otonomi (*autonomy*). Individu yang berfungsi secara lengkap ini juga dideskripsikan memiliki internal *locus of control* dalam mengevaluasi dirinya, maksudnya individu tersebut tidak meminta persetujuan dari orang lain namun mengevaluasi dirinya sendiri dengan standar-standar pribadinya. Individu yang memiliki tingkat otonomi yang baik maka individu tersebut akan mandiri, mampu menolak tekanan sosial untuk berfikir dan berperilaku dengan cara tertentu, mampu mengatur perilaku diri sendiri dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar pribadi.

c. Faktor-faktor pengaruh kesejahteraan psikologis

Kemudian ada faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

1) Makna Hidup

Menurut Ryff (dalam Maryam, 2015:19), pemberian arti terhadap pengalaman hidup member kontribusi yang sangat besar terhadap tercapainya kesejahteraan psikologis. Salah satu pengalaman hidup yang dapat memberikan kontribusi tersebut adalah pengalaman memaafkan orang lain dalam kehidupan sosialnya.

2) Faktor Demografis

Faktor demografis mencakup beberapa area seperti usia, jenis kelamin, budaya dan status ekonomi. Ryff (dalam Maryam, 2015:19) menyatakan bahwa faktor-faktor demografis seperti perbedaan usia, jenis kelamin dan budaya memiliki kontribusi.

3) Kesehatan Fisik

Grossi *et al.* (dalam Seftiani, 2016:55) menyatakan bahwa kesehatan fisik turut berpengaruh pada kesejahteraan psikologis. Kesehatan fisik memainkan peranan penting dalam mendeterminasi *distress* maupun kesejahteraan psikologis. Di samping itu, dinyatakan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki koneksi dengan ketiadaan penyakit.

4) Pendidikan

Tingkat pendidikan turut memengaruhi kesejahteraan psikologis. Ketika individu menempuh pendidikan pada level atau tingkatan yang lebih tinggi, individu mempunyai informasi yang lebih baik. Kemudian individu akan memiliki kesadaran yang lebih baik dalam membuat suatu pilihan. Hal ini berdampak pada determinasi diri dan perilaku memelihara kesehatan. Sehingga berdampak pada munculnya kesejahteraan psikologis (Grossi *et al.* dalam Seftiani, 2016:56)

5) Agama dan Spiritualitas

Ivtzan, Chan, Gardner, dan Prashar (2011) menyatakan bahwa agama dan spiritualitas memiliki pengaruh pada kesejahteraan psikologis. Terdapat hubungan positif yang kuat diantaranya karena kesejahteraan psikologis dapat tercipta ketika ada pengembangan spiritualitas (Hafeez dan Rafique, 2013:115).

6) Kepribadian

Ciri-ciri kepribadian menggambarkan kecenderungan individu pada sebuah pola perilaku dan pemikiran yang stabil, bukan berdasarkan baik atau buruknya (Schmutte dan Ryff dalam Seftiani, 2016:46). Penelitian yang dilakukan Seftiani (2016) menunjukkan bahwa faktor kepribadian memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis.

2. Regulasi Diri

a. Pengertian Regulasi Diri

Menurut Bandura (dalam Suhardi, 2016:12) regulasi diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan berfikir dan dengan kemampuan itu mereka memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut. Menurut Bandura seseorang dapat mengatur sebagian dari pola tingkah laku dirinya sendiri. Secara umum regulasi diri adalah tugas seseorang untuk mengubah respon-respon, seperti mengendalikan impuls perilaku

(dorongan perilaku), menahan hasrat, mengontrol pikiran dan mengubah emosi (Suhardi, 2016:12).

Dengan demikian, regulasi diri adalah suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam mengontrol tingkah laku, dan memanipulasi sebuah perilaku dengan menggunakan kemampuan pikirannya sehingga individu dapat bereaksi terhadap lingkungannya. Regulasi diri berkaitan dengan bagaimana individu mengaktualisasikan dirinya dengan menampilkan serangkaian tindakan yang ditujukan pada pencapaian target. Menurut Bandura (Suhardi, 2016:12) regulasi diri merupakan kemampuan mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan.

b. Bentuk-bentuk regulasi diri

Brown et al. (dalam Suhardi, 2016:12) mengemukakan beberapa bentuk regulasi yang berdasarkan pada teori determinasi diri yaitu:

- 1) *Amotivation regulated*: keadaan pada saat individu merasakan tidak adanya hubungan antara tindakan dan hasil dari tindakan tersebut. Individu yang berada pada kondisi ini akan bertindak tanpa intensi dan memiliki keinginan untuk bertindak.
- 2) *External regulated*: ketika perilaku diregulasi oleh faktor eksternal seperti adanya hadiah dan batasan-batasan.

- 3) *Introjected regulated*: individu menjadikan motivasi diluar dirinya sebagai motivasi dirinya melalui proses tekanan internal seperti rasa cemas dan perasaan bersalah.
- 4) *Identified regulated*: perilaku muncul sebagai pilihan pribadi bukan untuk kepuasan dan kesenangan tetapi untuk mencapai suatu tujuan. Individu merasakan dirinya diarahkan dan bertujuan.
- 5) *Intrinsically motivated behavior*: muncul secara sukarela tanpa ada keterkaitan dengan faktor eksternal.

c. Ciri-Ciri Regulasi Diri

Menurut Zimmerman sebagaimana dikutip Ghufron dan Rini (2016), regulasi diri mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku:

1) Metakognitif

Matlin mengatakan metakognitif adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir, ia mengatakan bahwa metakognitif merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan. Flavell mengatakan bahwa metakognisi mengacu pada pengetahuan seseorang terhadap kognisi yang dimilikinya dan pengaturan dalam kognisi tersebut. Schank menambahkan bahwa pengetahuan tentang

kognisi meliputi perencanaan, pemantauan (pemantauan), dan perbaikan dari performansi atau perilakunya. Zimmerman dan Pons menambahkan bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan regulasi diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan mengintruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar. (Ghufron dan Rini, 2016;56)

2) Motivasi

Devi dan Ryan (Ghufron dan Rini, 2016;57) mengemukakan bahwa motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan pula oleh Zimmerman dan Pons bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu. (Ghufron dan Rini, 2016;57).

3) Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman dan Schank merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman dan Pons mengatakan bahwa individu memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan. Ketiga aspek diatas bila digunakan individu secara tepat

sesuai kebutuhan dan kondisi akan menunjang kemampuan pengelolaan diri yang optimal. (Ghufron dan Rini, 2016;59).

d. Faktor Pengaruh Regulasi Diri

Menurut Zimmerman dan Pons .(Ghufron dan Rini, 2016;60), ada tiga faktor yang mempengaruhi regulasi diri, yaitu:

1) Individu (diri)

Faktor individu meliputi hal-hal di bawah ini:

- a) Pengetahuan individu, semakin banyak dan beragam pengetahuan yang dimiliki individu akan semakin membantu individu dalam meregulasi diri.
- b) Tingkat kemampuan metakognisi yang dimiliki individu yang semakin tinggi akan membantu pelaksanaan pengelolaan diri dalam diri individu.
- c) Tujuan yang ingin dicapai, semakin banyak dan kompleks tujuan yang ingin diraih, semakin besar kemungkinan individu melakukan regulasi diri.
- d) Perilaku individu, mengacu kepada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengatur dan mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan pengelolaan atau regulasi diri pada diri individu.

2) **Perilaku**

Perilaku mengacu pada upaya individu menggunakan kemampuan yang dimiliki. Semakin besar dan optimal upaya yang dikerahkan individu dalam mengorganisasi suatu aktivitas akan meningkatkan regulasi diri pada diri individu.

3) **Lingkungan**

Teori sosial kognitif mencurahkan perhatian khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada fungsi manusia. Hal ini bergantung bagaimana lingkungan itu mendukung atau tidak mendukung.

e. **Tahapan Regulasi Diri**

Bandura (dalam Suhardi, 2016:27) menyatakan dalam perilaku ini, ada tiga tahap yang berkaitan dengan pengelolaan diri atau regulasi diri, diantaranya:

1) *Self observation*

Berkaitan dengan respons individu, yaitu tahap individu melihat ke dalam dirinya dan perilaku (performansinya).

2) *Self Judgment*

Merupakan tahap individu membandingkan performansi dan standar yang telah dilakukannya dengan standar atau tujuan yang sudah dibuat dan ditetapkan individu. Melalui upaya membandingkan performansi dengan standar tujuan yang telah dibuat dan ditetapkan, individu dapat melakukan evaluasi atas performansi yang telah

dilakukan dengan mengetahui letak kelemahan atau kekurangan performansinya.

3) *Self Reaction*

Merupakan tahap yang mencakup proses individu dalam menyesuaikan diri dan rencana untuk mencapai tujuan atau standar yang telah dibuat dan ditetapkan

3. Siswa Miskin

a. Pengertian Siswa Miskin

Siswa miskin adalah siswa yang latar belakangnya berbeda dengan orang berada. Menurut Urifa (2018), bahwa siswa miskin adalah siswa yang tergolong rendah akan tetapi ada kedudukan yang dimiliki. Dan untuk pengertian siswa miskin adalah suatu kondisi dimana fisik masyarakat yang tidak memiliki akses ke prasarana dan sarana dasar lingkungan yang memadai, dengan kualitas perumahan dan pemukiman yang jauh di bawah standar kelayakan serta mata pencaharian yang tidak menentu yang mencakup seluruh multidimensi, yaitu dimensi politik, dimensi sosial, dimensi lingkungan, dimensi ekonomi dan dimensi asset (Kementrian Agama, 2014:1)

Oleh sebab itu, pengertian dari siswa miskin dapat disimpulkan yaitu ketidak mampuan dalam *financial* atau materi yang ada pada latar belakang siswa miskin. Akan tetapi, siswa miskin juga memiliki hak untuk mempunyai pendidikan yang layak seperti pendidikan pada umumnya.

b. Ciri Siswa Miskin

Menurut Urifa (2018) menyatakan bahwa siswa miskin adalah siswa yang orang tuanya kurang mampu membiayai pendidikan anaknya, orang tua miskin atau rumah tangga miskin sesuai dengan kriteria antara lain sebagai berikut:

- 1) Siswa yang latar belakangnya berbeda sama yang lain
- 2) Siswa yang orang tuanya tidak mampu dalam membayar uang iuran sekolah atau SPP sekolah
- 3) Siswa yatim piatu
- 4) Siswa yang berasal dari panti asuhan
- 5) Siswa yang terkena musibah yang dinobatkan sebagai siswa miskin yang tidak mampu dalam *financial*.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat di simpulkan bahwa siswa miskin terdapat beberapa macam kategori yang peneliti paparkan, bahwa macam-macam kategori tersebut. Ada yang dari siswa miskin yang orang tuanya sudah tiada yang mengharuskan dia sulit untuk membayar uang sekolah, dan ada juga siswa yang latar belakangnya diambil dari panti asuhan. Kebanyakan anak atau siswa yang dari panti asuhan memang kurang dalam material yang mengakibatkan siswa tersebut kurang mampu dalam membiayai pendidikannya sendiri.

Kemudian, ada juga siswa yang latar belakangnya terkena musibah yang mengharuskan dia atau dikategorikan sebagai siswa miskin yang sulit untuk membayar uang sekolah. Akan tetapi menurut

peneliti bagi siswa yang latar belakangnya dari panti asuhan, seharusnya cukup mampu dalam membayar uang sekolah. Karena pembayaran, uang sekolah dilakukan oleh pengasuh dari panti asuhan yang siswa miskin tersebut tempati. Dengan demikian, siswa miskin tersebut mampu dalam bersekolah selayaknya orang yang mempunyai.