



**MERDEKA
BELAJAR**



**Tanoto
Foundation**

MEMAHAMI PEMELAJAR MANDIRI



Memahami Pemelajar Mandiri



Salam dan Bahagia.

Ibu dan Bapak Guru, dokumen ini merupakan rangkuman belajar modul 'Memahami Pemelajar Mandiri'. Dokumen ini tidak menggantikan video, tapi untuk membantu memperkuat pemahaman Ibu dan Bapak. Jadi kami tetap merekomendasikan Ibu dan Bapak untuk menyimak video dan menggunakan dokumen ini untuk:

- Mengulas ulang apa yang sudah dipelajari di modul ini
- Bahan bacaan untuk mengerjakan post test
- Referensi dalam mengerjakan aksi nyata
- Bahan diskusi dengan rekan sejawat terkait topik Refleksi
- Referensi Ibu dan Bapak Guru untuk membangun siklus regulasi diri dalam kesehariannya sebagai pendidik.

Proses regulasi diri terbentuk dari kebiasaan yang konsisten. Maka, proses belajar Ibu dan Bapak harus tetap berlanjut, walaupun sudah mempelajari modul ini. Gunakan kembali referensi ini ketika Ibu dan Bapak melakukan refleksi mengenai regulasi diri.



Pemelajar Mandiri dan Regulasi Diri

- **Pemelajar Mandiri** adalah pemelajar yang memiliki regulasi diri dan memahami dirinya dengan baik.
- **Kemampuan Regulasi Diri** ialah pengaturan diri terhadap kemampuan berpikir, perilaku, emosi, dan motivasi melalui penggunaan strategi untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Seorang pemelajar yang memiliki regulasi diri mampu mengatur pencapaian belajar dan memilih aksi yang perlu ditunjukkan.
- Menurut Zimmerman, proses regulasi diri dalam belajar dapat digambarkan dengan model siklus yang terdiri dari 3 fase, yaitu:



1. **Fase Pemikiran Awal**
 2. **Fase Aksi**
 3. **Fase Refleksi Diri**
- Setelah melalui fase refleksi diri, pemelajar akan kembali melalui fase pemikiran awal ketika melakukan kegiatan belajar selanjutnya. Dalam diri seorang pemelajar mandiri, siklus ini akan terus berlangsung.

Fase Pemikiran Awal

Fase ini dilakukan saat sebelum melakukan kegiatan belajar.
2 Proses yang terdapat dalam Fase ini ialah:

Proses Analisis Tugas berupa:

- **Penetapan tujuan**, berisi tentang penetapan hasil belajar yang ingin dicapai oleh seseorang. Tujuan yang ditetapkan adalah tujuan yang spesifik, konkrit, dan praktikal.
- **Perencanaan strategi**, yaitu pemilihan cara, strategi, atau keterampilan yang cocok digunakan dan berguna untuk mencapai tujuan belajar.

Proses Motivasi Diri

Yang menekankan pada keyakinan yang sudah dimiliki pemelajar. Dari keyakinan ini pemelajar dapat memunculkan semangat dan mengelola motivasi selama proses belajar hingga menyelesaikan/mencapai tujuan belajarnya. Keyakinan tersebut ialah:

- **Efikasi Diri**, yaitu keyakinan terhadap kemampuan diri untuk belajar atau menyelesaikan tugas. Apabila pemelajar yakin terhadap kemampuannya untuk mengatasi tugas belajar tertentu, maka motivasi dirinya akan lebih besar untuk mencapai tujuan belajar.
- **Hasil yang Diharapkan**, yaitu keyakinan terhadap kesuksesan tercapainya suatu tujuan belajar. Motivasi juga akan dipengaruhi oleh keyakinan pemelajar terhadap hasil yang akan diperoleh. Jika kita sudah pesimis dari awal, maka motivasi pun akan cenderung rendah.
- **Orientasi tujuan**, yaitu keyakinan bahwa tujuan belajar yang sudah ditetapkan memang relevan dan penting bagi dirinya. Selain 3 keyakinan diatas, terdapat juga Ketertarikan Intrinsik yaitu ketertarikan khusus pada suatu tugas dibandingkan tugas yang lain sehingga timbul motivasi untuk menyelesaikannya.



Fase Aksi

Fase ini dilakukan saat sedang melakukan kegiatan belajar. Di fase ini, seorang pemelajar melakukan berbagai tindakan dan strategi untuk memantau proses belajar serta mempertahankan konsentrasi dan motivasi.

Pengendalian Diri

Yaitu strategi yang digunakan untuk menjaga fokus dan konsentrasi pada tugas, serta mempertahankan minat dan motivasi pada proses belajar.

Mengapa pengendalian diri ini penting dalam proses belajar? Agar sukses belajar, menjaga motivasi dan semangat sama pentingnya dengan strategi dalam kemampuan berpikir.

Ciri-ciri orang yang dapat mengendalikan diri, ialah:

- Mampu memberi instruksi pada diri sendiri
- Mampu mempertahankan fokus dan menjaga konsentrasi
- Mampu memilih dan menyusun strategi belajar yang tepat
- Mampu membayangkan langkah-langkah tugas yang sedang dijalani

Observasi Diri

Yaitu memantau diri sendiri dalam pelaksanaan kegiatan belajar, serta membandingkan proses yang telah dilakukan dengan rencana dan kriteria keberhasilan untuk memastikan kualitas proses belajar. Terdiri dari dua subproses yaitu:

- **Rekam Mandiri** yaitu merekam proses belajar secara mandiri
- **Coba Mandiri** yaitu mencoba berbagai strategi dan memilih strategi yang lebih efektif dan sesuai dengan diri

Fase Refleksi Diri

Fase ini dilakukan saat setelah melakukan kegiatan belajar. Pada fase ini, pemelajar akan menilai hasil belajar yang telah dicapai, proses belajar yang telah dilalui, dan menyimpulkan penyebab utama dari keberhasilan atau kegagalan yang didapatkan.

Fase ini terdiri dari dua proses yang saling mempengaruhi, yaitu:

Penilaian Diri

Yaitu mengetahui sejauh mana kegiatan belajar yang sudah dilakukan. Terdiri dari dua subproses, yaitu:

Evaluasi Diri

Yaitu evaluasi terhadap proses dan hasil belajar secara mandiri. Evaluasi yang dilakukan dapat mengacu pada tujuan belajar yang sudah ditetapkan dan/atau mengacu pada standar kriteria yang ditentukan oleh modul/guru/pelatih. Untuk membentuk regulasi dalam diri pemelajar, sebaiknya kriteria penilaian disampaikan di awal proses belajar atau awal pengerjaan tugas. Jadi pemelajar dapat secara mandiri memastikan kualitas hasil belajar dan mengetahui cara memperbaiki kesalahan sebelum mendapatkan penilaian akhir dari guru/pembelajar.

Dalam subproses penilaian diri, umumnya pemelajar mendasarkan evaluasi diri pada tiga kriteria.

- **Kriteria objektif** yang fokus pada kompetensi yang ingin dikuasai atau dipelajari oleh pemelajar
- **Kriteria progres/ kemajuan diri** yang fokus pada peningkatan kemampuan dari kondisi sebelumnya
- **Kriteria perbandingan sosial** yang fokus pada posisi pemelajar apabila membandingkan dengan kondisi orang lain

Menilai diri dengan kriteria objektif dan kriteria progres adalah cara yang sehat/bermanfaat dan positif karena berfokus pada pengembangan diri. Sebaliknya, **kriteria perbandingan sosial merupakan cara evaluasi diri yang tidak sehat/tidak bermanfaat** untuk berefleksi tentang kegagalan atau keberhasilan yang diperoleh.

Atribusi Kausal

Yaitu proses membuat kesimpulan di dalam diri pemelajar yang menjelaskan penyebab keberhasilan/kegagalan proses pembelajaran.

Reaksi Diri

Yang memberikan gambaran berupa tanggapan yang akan muncul pada diri sendiri ketika sedang belajar. Terdiri dari dua subproses, yaitu:

Kepuasan Diri

Kepuasan diri yang menggambarkan tingkat kepuasan terhadap kinerja diri dalam belajar.

- Jika menimbulkan perasaan positif/puas motivasi meningkat.
- Jika menimbulkan perasaan negatif/tidak puas, maka motivasi menurun, membuat diri cenderung menghindari tugas.

Reaksi adaptif dan defisit

- Pemelajar yang bereaksi secara adaptif akan menunjukkan usaha untuk meningkatkan efektivitas belajar sehingga memperoleh hasil yang lebih baik.
- Pemelajar dengan reaksi defensif menunjukkan usaha untuk menghindari dari proses belajar agar tidak mengalami kegagalan lagi, sehingga menimbulkan sikap apatis (tidak peduli), rendahnya motivasi, dan penundaan tugas.