



FASE 3

Refleksi Diri

Dokumen ini merupakan dokumen penyerta berisi lembar kerja yang dapat memandu Ibu dan Bapak melakukan refleksi dalam membangun siklus regulasi diri dalam keseharian sebagai pendidik. Dalam dokumen ini, kita akan lebih berfokus pada **Fase Refleksi Diri** dalam siklus regulasi diri. Fase refleksi diri merupakan proses regulasi diri setelah melakukan kegiatan belajar.

Fase ini yang terdiri dari 2 bagian:

1. Penilaian Diri
2. Reaksi Diri

Ibu dan Bapak guru dapat mengunduh dan menggunakan tiap lembar kerja yang ada di bawah ini untuk memandu melakukan refleksi di fase refleksi diri. Berikan waktu sejenak untuk menjawab beberapa pertanyaan di masing-masing lembar kerja. Selamat berefleksi!

Asesmen Mandiri

Refleksi Aktivitas Belajar Mandiri

Tanggal:		
Target Belajar:	Aspek yang Sudah dikuasai/Dicapai:	Tingkat Kepuasan Pribadi terhadap Hasil Belajar:
		Puas – Biasa – Tidak Puas <i>Lingkarilah sesuai dengan kondisi Anda.</i> Alasan:
Tindakan yang Sudah Saya Lakukan untuk Mencapai Target:	Tindak Lanjut/ Perbaikan yang Masih Perlu Dilakukan:	Pemahaman/Pengalaman Baru yang Saya Dapatkan:

Evaluasi Mandiri

Memahami Diri dan Refleksi Hasil Belajar

Simaklah pertanyaan pemantik berikut tentang hasil belajar dan target belajar. Berikanlah tanda checklist (✓) pada kotak yang sesuai, berdasarkan evaluasi diri Anda.

Pertanyaan Pemantik	Evaluasi terhadap Usaha Pribadi			
	Belum Berusaha/ Usaha Minim	Usaha Keras	Mampu Memenuhi Target Pribadi	Mampu Melebihi Target Pribadi
Apakah pilihan pribadi saya sehari-hari mendukung pencapaian target belajar saya?				
Apakah perilaku saya menunjukkan target yang ingin saya capai?				
Apakah kata-kata dan percakapan yang muncul dari diri bersifat positif dan mendukung kesuksesan belajar?				
Apakah saya telah mengembangkan rencana aksi untuk mengatasi kegagalan/kesulitan?				
Apakah saya telah mendaftarkan tiga sumber daya yang dapat mendukung untuk mencapai target?				
Apakah saya telah melakukan evaluasi diri tentang sejauh mana saya menjauhi/mendekati target belajar?				
Apakah saya merekam refleksi dalam catatan/jurnal sehingga saya dapat memantau perkembangan diri?				

Quote:

“Memahami diri butuh keberanian tinggi untuk jujur mengakui proses yang telah dijalani.”

Referensi:

- Bloom, M. (2013). Self-regulated learning: Goal setting and self-monitoring. *The Language Teacher*, 37(4), 46-51.
- Panadero, E., & Alonso Tapia, J. (2014). How do students self-regulate?: review of Zimmerman” s cyclical model of self-regulated learning. *Anales de psicología*.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into practice*, 41(2), 64-70.