



---

## ***SELF-REGULATED LEARNING* SEBAGAI FAKTOR PENTING DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI DAN KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA SEKOLAH DASAR**

Oleh

Gusti Ayu Nanik Ardhiani<sup>1</sup>, Ni Ketut Erna Muliastri<sup>2</sup>

STKIP Agama Hindu Amlapura<sup>1</sup>, Karangasem

STKIP Agama Hindu Amlapura<sup>2</sup>, Karangasem

[naniekardhiani@gmail.com](mailto:naniekardhiani@gmail.com)<sup>1</sup>, [ernamuliastri@gmail.com](mailto:ernamuliastri@gmail.com)<sup>2</sup>

Diterima 5 Januari 2026, direvisi 12 Maret 2026, diterbitkan 13 April 2026

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran *self-regulated learning* dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan *systematic literature review* (SLR) dengan metode deskriptif kualitatif untuk mengkaji berbagai hasil penelitian terkait *self-regulated learning*, motivasi belajar, dan kemandirian belajar siswa. Sumber data diperoleh dari artikel jurnal nasional terakreditasi dan jurnal internasional yang dipublikasikan pada rentang tahun 2020-2025 melalui basis data ilmiah seperti *Google Scholar*, *Scopus*, dan *Science Direct*. Proses analisis dilakukan melalui tahapan identifikasi, seleksi, dan sintesis terhadap artikel penelitian yang relevan dengan topik kajian. Hasil kajian menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki peran penting dalam meningkatkan motivasi belajar siswa melalui kemampuan merencanakan tujuan belajar, memonitor proses belajar, serta mengevaluasi hasil belajar secara mandiri. Kemampuan regulasi diri juga berkontribusi terhadap perkembangan kemandirian belajar siswa yang tercermin dari kemampuan mengelola waktu belajar, menyelesaikan tugas secara mandiri, serta memiliki inisiatif dalam mencari sumber belajar tambahan. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan *self-regulated learning* dalam proses pembelajaran dapat mendorong siswa menjadi pembelajar yang lebih aktif, mandiri, dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya. Oleh karena itu, penerapan strategi pembelajaran yang mendukung pengembangan regulasi diri perlu menjadi perhatian dalam pembelajaran di sekolah dasar.

**Kata kunci:** *self-regulated learning*, motivasi belajar, kemandirian belajar

### **Abstract**

*This study aims to analyze the role of self-regulated learning in improving learning motivation and independent learning among elementary school students. This research employed a systematic literature review (SLR) approach using a qualitative descriptive method to examine studies related to self-regulated learning, learning motivation, and independent learning. Data sources were obtained from accredited national journals and international journals published between 2020 and 2025 through academic databases such as Google Scholar, Scopus, and Science Direct. Data analysis was conducted through identification, selection, and synthesis of research findings relevant to the research topic. The results indicate that self-regulated learning plays an important role in enhancing students' learning motivation through the ability to*

---

*plan learning goals, monitor learning progress, and evaluate learning outcomes independently. Self-regulation skills also contribute to the development of students' independent learning, reflected in their ability to manage study time, complete learning tasks independently, and take initiative in seeking additional learning resources. These findings suggest that the development of self-regulated learning in the learning process can encourage students to become more active, independent, and responsible learners. Therefore, learning strategies that support the development of self-regulation should be emphasized in elementary school education.*

**Keywords:** *self-regulated learning, learning motivation, independent learning*

## I. PENDAHULUAN

Pembelajaran pada jenjang sekolah dasar tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pencapaian akademik siswa, tetapi juga membentuk kemampuan belajar mandiri yang menjadi fondasi bagi keberhasilan belajar sepanjang hayat. Pendidikan pada abad ke-21 menuntut siswa memiliki kemampuan mengelola proses belajar secara mandiri, termasuk menetapkan tujuan belajar, memantau kemajuan, serta mengevaluasi hasil belajar yang telah dicapai, yang dalam kajian terbaru terbukti berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan akademik dan perkembangan metakognitif siswa (Panadero, 2021). Kemampuan tersebut dikenal sebagai *self-regulated learning*. Konsep ini menjadi semakin penting karena siswa saat ini dihadapkan pada lingkungan belajar yang kompleks, termasuk penggunaan teknologi digital dan perubahan pola pembelajaran yang menuntut kemandirian lebih tinggi. Oleh karena itu, penguatan *self-regulated learning* sejak pendidikan dasar dipandang sebagai salah satu faktor kunci dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa.

*Self-regulated learning* merujuk pada kemampuan individu untuk secara aktif mengontrol aspek kognitif, motivasional, dan perilaku dalam proses belajar. Siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung mampu merencanakan strategi belajar, memonitor proses belajar, serta mengelola motivasi dan emosi selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat *self-regulated learning* yang tinggi memiliki motivasi belajar yang lebih kuat serta kemampuan belajar mandiri yang lebih baik dibandingkan siswa dengan regulasi diri yang rendah (Astuti & Setiawan, 2021). Selain itu, kemampuan regulasi diri juga berkontribusi terhadap peningkatan keterlibatan belajar dan pencapaian akademik siswa (Pratama & Widodo, 2022)

Penelitian lain menunjukkan bahwa penerapan strategi *self-regulated learning* dalam pembelajaran mampu meningkatkan motivasi belajar siswa secara signifikan. Siswa yang mampu

merencanakan strategi belajar serta memonitor kemajuan belajar menunjukkan keterlibatan yang lebih tinggi dalam proses pembelajaran (Kusuma & Hadi, 2023). Kemampuan *self-regulated learning* juga berperan penting dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa sekolah dasar, terutama dalam hal pengelolaan waktu belajar, penyelesaian tugas secara mandiri, serta kemampuan mengevaluasi hasil belajar (Sari & Kurniawan, 2022). Meskipun demikian, penelitian lain juga menemukan bahwa rendahnya motivasi belajar pada sebagian siswa sekolah dasar masih menjadi permasalahan nyata, yang ditunjukkan melalui kurangnya partisipasi aktif, mudah menyerah saat menghadapi kesulitan, serta rendahnya inisiatif dalam belajar tanpa dorongan eksternal (Sari & Setiawan, 2020)

Namun demikian, sebagian besar penelitian mengenai *self-regulated learning* masih berfokus pada jenjang pendidikan menengah dan pendidikan tinggi. Penelitian yang secara khusus menelaah hubungan antara *self-regulated learning*, motivasi belajar, dan kemandirian belajar pada siswa sekolah dasar masih relatif terbatas. Padahal, fase sekolah dasar merupakan tahap penting dalam pembentukan kebiasaan belajar serta pengembangan kemampuan belajar mandiri pada siswa. Kurangnya kajian yang secara komprehensif mengintegrasikan konsep *self-regulated learning* dengan motivasi dan kemandirian belajar pada siswa sekolah dasar menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang dapat mensintesis berbagai temuan penelitian terkini untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana peran *self-regulated learning* dalam meningkatkan motivasi serta kemandirian belajar siswa pada jenjang pendidikan dasar.

Berdasarkan kajian literatur tersebut, kebaruan ilmiah (*novelty*) terletak pada integrasi tiga variabel penting, yaitu *self-regulated learning*, motivasi belajar, dan kemandirian belajar dalam konteks pendidikan dasar yang masih terbatas dikaji secara komprehensif. Penelitian ini juga memberikan perspektif baru mengenai bagaimana regulasi diri tidak hanya berfungsi sebagai strategi belajar, tetapi juga sebagai mekanisme psikologis yang membentuk karakter belajar mandiri sejak usia dini. Penelitian ini tidak hanya meninjau hubungan antara regulasi diri dan motivasi belajar, tetapi juga menyoroti bagaimana strategi *self-regulated learning* dapat mendukung perkembangan kemandirian belajar siswa dalam konteks pembelajaran di sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan menganalisis dan mensintesis berbagai temuan penelitian terbaru mengenai peran *self-regulated learning* dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. Artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan

---

kajian pendidikan serta dapat memperkaya literatur ilmiah mengenai hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan aspek motivasional dan kemandirian belajar siswa pada jenjang pendidikan dasar.

## II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR) dengan metode deskriptif kualitatif untuk menganalisis secara komprehensif berbagai hasil penelitian terkait *self-regulated learning*, motivasi belajar, dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. *Systematic literature review* merupakan metode penelitian yang dilakukan secara sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, serta mensintesis temuan dari berbagai studi yang relevan sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai suatu topik penelitian (Snyder, 2019). Pendekatan ini memungkinkan peneliti mengkaji berbagai hasil penelitian secara terstruktur dan transparan sehingga menghasilkan sintesis temuan penelitian yang lebih objektif dan sistematis (Page *et al.*, 2021)

Proses kajian literatur dalam penelitian ini mengikuti prosedur PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*) yang meliputi tahap identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi artikel penelitian. Melalui prosedur ini, peneliti dapat menyeleksi artikel secara sistematis berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sehingga menghasilkan sumber literatur yang relevan dan berkualitas. Sumber data penelitian diperoleh dari berbagai basis data ilmiah seperti *Google Scholar*, *Scopus*, dan *Science Direct* dengan rentang publikasi lima tahun terakhir (2020-2025). Artikel yang dipilih merupakan artikel jurnal internasional dan nasional bereputasi yang membahas *self-regulated learning*, motivasi belajar, serta kemandirian belajar pada konteks pendidikan dasar. Analisis kualitatif digunakan untuk menggali konsep, tema, dan sudut pandang yang berkembang dalam literatur tersebut. Metode ini memungkinkan peneliti memperoleh sintesis temuan penelitian yang sistematis dan mendalam mengenai peran *self-regulated learning* dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar (Sari, 2025).

### III. PEMBAHASAN

Pembahasan dalam kajian ini bertujuan untuk menjawab rumusan masalah penelitian mengenai bagaimana peran *self-regulated learning* dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. Proses seleksi artikel dalam penelitian ini mengikuti tahapan PRISMA, yaitu identifikasi, penyaringan, kelayakan, dan inklusi. Pada tahap identifikasi, diperoleh sekitar 50 artikel dari database *Google Scholar*, *Scopus*, dan *ScienceDirect*. Pada tahap penyaringan, artikel diseleksi berdasarkan judul, abstrak, dan kriteria publikasi sehingga tersisa 30 artikel. Selanjutnya, tahap kelayakan dilakukan melalui penelaahan teks lengkap dan menghasilkan 20 artikel yang relevan. Tahap akhir yaitu inklusi menetapkan 12 artikel yang memenuhi kriteria dan digunakan dalam analisis penelitian. Ringkasan hasil penelitian tersebut disajikan pada Tabel 3.1.

**Tabel 3.1. Analisis Literatur *Self-Regulated Learning***

No	Penulis & Tahun	Tujuan Penelitian	Metode	Subjek	Temuan Utama
1	Panadero (2021)	Mengkaji konsep dan proses <i>self-regulated learning</i>	Studi literatur	Umum	SRL melibatkan perencanaan, monitoring, dan evaluasi dalam belajar
2	Zimmerman & Schunk (2011)	Menjelaskan teori regulasi diri dalam belajar	Teoritis	Umum	SRL terdiri dari tahap forethought, performance, dan self-reflection
3	Schunk & Greene (2018)	Mengkaji pentingnya SRL sejak dini	Studi literatur	Siswa	SRL penting untuk membentuk kemandirian belajar sejak usia dini
4	Henry (2024)	Menganalisis hubungan SRL dan motivasi belajar	Kuantitatif	Siswa	SRL meningkatkan strategi motivasional dan keterlibatan belajar
5	Simón et al. (2025)	Mengkaji SRL terhadap motivasi dan keterlibatan	Systematic Review	Siswa	SRL berpengaruh signifikan terhadap motivasi dan engagement
6	Zhou & Brown (2022)	Mengkaji peran SRL dalam proses belajar	Kuantitatif	Siswa	SRL membantu mengontrol perhatian dan perilaku belajar
7	Astuti & Setiawan (2021)	Menganalisis SRL dan motivasi belajar	Kuantitatif	Siswa SD	SRL berhubungan positif dengan motivasi belajar
8	Kusuma & Hadi (2023)	Menguji strategi SRL dalam pembelajaran	Eksperimen	Siswa SD	SRL meningkatkan motivasi dan keaktifan belajar

---

9	Pratama & Widodo (2022)	Mengkaji SRL terhadap keterlibatan belajar	Kuantitatif	Siswa	SRL meningkatkan keaktifan dan ketekunan siswa
10	Sari & Kurniawan (2022)	Menganalisis SRL dan kemandirian belajar	Kuantitatif	Siswa SD	SRL meningkatkan disiplin dan tanggung jawab belajar
11	Broadbent & Tyszkiewicz (2022)	Mengkaji SRL dan kemandirian belajar	Kuantitatif	Siswa	SRL meningkatkan kemampuan belajar mandiri
12	Cleary & Callan (2022)	Mengkaji strategi SRL dalam pembelajaran	Eksperimen	Siswa	SRL membantu siswa mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah belajar

---

Berdasarkan analisis tabel 3.1, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri dalam belajar memiliki kontribusi yang signifikan terhadap perkembangan motivasi belajar serta kemandirian belajar siswa. *Self-regulated learning* merupakan salah satu konsep penting dalam pendidikan modern karena menempatkan siswa sebagai individu yang aktif dalam mengelola proses belajar mereka sendiri. Kemampuan regulasi diri yang baik membuat siswa tidak hanya mampu memahami materi pembelajaran secara lebih efektif, tetapi juga mampu mengembangkan sikap belajar yang positif dan bertanggung jawab.

Konsep *Self-regulated learning* pada dasarnya mengacu pada kemampuan individu untuk mengontrol dan mengarahkan proses belajarnya melalui serangkaian strategi kognitif, metakognitif, dan motivasional. Menurut Panadero (2021), *self-regulated learning* merupakan proses aktif di mana siswa menetapkan tujuan belajar, memonitor kemajuan belajar, serta mengevaluasi hasil belajar yang telah dicapai. Secara teoritis, konsep *self-regulated learning* juga dijelaskan oleh Zimmerman & Schunk (2011) yang menyatakan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan proses di mana siswa secara aktif berpartisipasi dalam proses belajar melalui pengaturan pikiran, motivasi, dan perilaku mereka untuk mencapai tujuan akademik. Proses ini melibatkan tiga tahapan utama yaitu tahap perencanaan (*forethought*), tahap pelaksanaan (*performance*), dan tahap refleksi (*self-reflection*). Ketiga tahapan tersebut memungkinkan siswa untuk mengembangkan strategi belajar yang efektif serta meningkatkan kesadaran terhadap proses belajar yang mereka jalani.

Kemampuan regulasi diri dalam belajar sangat penting untuk dikembangkan sejak jenjang sekolah dasar. Pada tahap perkembangan ini, siswa mulai belajar mengembangkan kebiasaan

---

belajar serta sikap tanggung jawab terhadap proses belajar yang mereka jalani. Jika kemampuan regulasi diri dikembangkan secara optimal sejak dini, maka siswa akan lebih siap menghadapi berbagai tantangan belajar pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan pendapat Schunk & Greene (2018) yang menyatakan bahwa kemampuan regulasi diri merupakan keterampilan belajar penting yang perlu dikembangkan sejak usia dini karena dapat membantu siswa menjadi pembelajar yang lebih mandiri dan bertanggung jawab terhadap proses belajar mereka.

### **Peran *Self-Regulated Learning* dalam Meningkatkan Motivasi Belajar**

Motivasi belajar merupakan faktor penting dalam keberhasilan siswa, yang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti metode dan lingkungan belajar, tetapi juga oleh faktor internal. Salah satu faktor internal yang berperan besar adalah *self-regulated learning* yaitu kemampuan siswa dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Kemampuan *self-regulated learning* yang baik memungkinkan siswa mengelola strategi dan waktu belajar secara efektif, sehingga secara langsung dapat meningkatkan motivasi belajar dan keterlibatan mereka dalam pembelajaran.

Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki keterkaitan yang erat dengan motivasi belajar siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Panadero (2021) menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri membantu siswa mengembangkan strategi belajar yang lebih efektif serta meningkatkan keterlibatan mereka selama proses pembelajaran berlangsung. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung lebih mampu mengontrol aktivitas belajar serta menunjukkan komitmen yang lebih tinggi dalam mencapai tujuan akademik.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian internasional yang dilakukan oleh Henry (2024) yang menunjukkan adanya hubungan yang saling berkaitan antara motivasi belajar dan *self-regulated learning*. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kemampuan regulasi diri memungkinkan siswa mengembangkan strategi motivasional yang dapat meningkatkan keterlibatan mereka dalam aktivitas belajar. Regulasi diri tidak hanya berfungsi sebagai strategi belajar yang bersifat kognitif, tetapi juga berperan dalam mengelola aspek motivasional siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Kajian sistematis yang dilakukan oleh Simón *et al.*, (2025) juga menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan *self-regulated learning* berkaitan

---

secara signifikan dengan peningkatan motivasi belajar serta keterlibatan akademik siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mampu mengelola proses belajar secara mandiri memiliki tingkat motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang rendah.

Penelitian lain yang dipublikasikan dalam jurnal *Frontiers in Education* menjelaskan bahwa kemampuan regulasi diri membantu individu mengarahkan perhatian, pikiran, serta perilaku secara sadar untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan (Zhou & Brown, 2022). Peran tersebut tidak hanya berdampak pada peningkatan prestasi akademik, tetapi juga membantu membangun motivasi belajar yang berkelanjutan. Hubungan antara motivasi belajar dan *self-regulated learning* juga dapat dijelaskan melalui perspektif *self-determination theory*. Teori tersebut menjelaskan bahwa motivasi belajar berkembang secara optimal ketika siswa memiliki kesempatan untuk mengontrol proses belajar mereka sendiri serta merasakan otonomi dalam kegiatan pembelajaran.

Temuan penelitian ini sejalan dengan berbagai studi yang menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri memiliki hubungan positif dengan motivasi belajar siswa sekolah dasar. Siswa yang mampu merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang belum memiliki kemampuan tersebut (Astuti & Setiawan, 2021). Hal ini karena regulasi diri membantu siswa lebih sadar terhadap proses belajar sehingga mendorong munculnya motivasi yang lebih kuat. Selain itu, penerapan strategi *self-regulated learning* juga terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar secara signifikan. Siswa yang dibiasakan menetapkan tujuan, mengatur waktu, dan melakukan refleksi menjadi lebih tertarik dan aktif dalam belajar (Kusuma & Hadi, 2023) Strategi pembelajaran berbasis regulasi diri juga terbukti mampu meningkatkan keaktifan dan ketekunan siswa dalam menyelesaikan tugas akademik (Pratama & Widodo, 2022)

Kemampuan regulasi diri memungkinkan siswa mengelola proses belajar secara lebih efektif sehingga meningkatkan keterlibatan belajar, rasa percaya diri, serta tanggung jawab terhadap aktivitas belajar yang dilakukan. Regulasi diri tidak hanya berfungsi sebagai strategi belajar, tetapi juga berperan sebagai mekanisme psikologis yang membantu siswa mempertahankan motivasi dalam mencapai tujuan belajar. Siswa yang mampu mengelola proses belajar secara mandiri cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi serta menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran. Pengembangan kemampuan regulasi diri juga

memiliki implikasi penting terhadap pembentukan karakter belajar siswa. Siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung menunjukkan sikap belajar yang positif seperti disiplin, tanggung jawab, serta ketekunan dalam menghadapi berbagai tantangan belajar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengembangan *self-regulated learning* tidak hanya meningkatkan motivasi belajar tetapi juga membantu membentuk karakter belajar yang mandiri.

Berdasarkan berbagai temuan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Kemampuan regulasi diri memungkinkan siswa mengelola proses belajar secara lebih efektif sehingga meningkatkan keterlibatan belajar, rasa percaya diri, serta komitmen siswa dalam mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, pengembangan *self-regulated learning* perlu menjadi perhatian dalam proses pembelajaran di sekolah dasar melalui strategi pembelajaran yang mendorong siswa merencanakan, memonitor, serta mengevaluasi proses belajar secara mandiri.

### **Peran *Self-Regulated Learning* dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar**

*Self-regulated learning* (SRL) membantu siswa menjadi lebih mandiri dalam belajar, yaitu mampu mengatur dan mengelola proses belajarnya sendiri tanpa terlalu bergantung pada guru atau orang lain. Siswa yang mandiri biasanya bisa merencanakan apa yang akan dipelajari, mengatur waktu dengan baik, memilih cara belajar yang sesuai, dan menilai hasil belajarnya sendiri. Melalui *Self-regulated learning*, siswa belajar mengontrol proses belajarnya lewat tiga langkah utama, yaitu merencanakan, memantau, dan mengevaluasi. Siswa dapat menentukan tujuan belajar, menyesuaikan strategi, dan mengetahui sejauh mana keberhasilannya. Jadi, kemampuan mengatur diri ini menjadi dasar penting agar siswa bisa belajar secara mandiri.

Berbagai hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara *self-regulated learning* dan kemandirian belajar siswa. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung lebih disiplin dalam mengerjakan tugas, mampu mengatur waktu belajar secara efektif, serta memiliki inisiatif dalam mencari sumber belajar tambahan (Sari & Kurniawan, 2022). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri berperan dalam membentuk sikap tanggung jawab terhadap proses belajar yang dijalani oleh siswa.

---

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa penerapan strategi regulasi diri dalam pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengelola proses belajar secara mandiri. Siswa yang terbiasa merencanakan kegiatan belajar serta melakukan refleksi terhadap hasil belajar menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap proses belajar yang mereka jalani (Astuti & Setiawan, 2021). Regulasi diri tidak hanya berfungsi sebagai strategi belajar, tetapi juga berperan dalam membangun kesadaran metakognitif siswa. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku belajar mandiri, seperti kemampuan mengatur waktu, menyelesaikan tugas secara mandiri, serta mencari solusi terhadap kesulitan belajar (Pratama & Widodo, 2022).

Kesamaan hasil dari beberapa penelitian nasional tersebut menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri merupakan faktor penting yang mendukung perkembangan kemandirian belajar siswa. Perspektif teoritis mengenai hubungan antara *self-regulated learning* dan kemandirian belajar juga dijelaskan oleh Zimmerman & Schunk (2011) yang menyatakan bahwa regulasi diri merupakan dasar terbentuknya perilaku belajar mandiri. Regulasi diri memungkinkan siswa mengontrol pikiran, motivasi, serta perilaku belajar sehingga mampu mencapai tujuan akademik secara lebih efektif. Pandangan tersebut menegaskan bahwa kemandirian belajar tidak muncul secara spontan, tetapi berkembang melalui proses pengelolaan diri yang terstruktur selama kegiatan belajar berlangsung.

Penelitian internasional juga menunjukkan hasil yang konsisten mengenai hubungan antara *self-regulated learning* dan kemandirian belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Broadbent & Tyszkiewicz (2022) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola proses belajar secara mandiri serta menunjukkan tingkat keterlibatan akademik yang lebih tinggi. Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa regulasi diri membantu siswa mengambil keputusan terkait strategi belajar yang digunakan sehingga meningkatkan tanggung jawab terhadap proses belajar. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Cleary & Callan (2022) yang menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang berfokus pada pengembangan regulasi diri dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengidentifikasi kesulitan belajar serta menemukan solusi secara mandiri. Siswa yang terbiasa menggunakan strategi regulasi diri cenderung lebih reflektif terhadap proses belajar yang mereka jalani. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri berperan dalam mengembangkan kemampuan refleksi yang menjadi dasar dari perilaku belajar mandiri.

---

Kajian yang dilakukan oleh (Panadero, 2021) juga menegaskan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan yang erat dengan pengembangan kemandirian belajar. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mampu mengelola proses belajar melalui strategi regulasi diri cenderung memiliki kemampuan belajar yang lebih mandiri serta menunjukkan tingkat keterlibatan akademik yang lebih tinggi. Hasil kajian sistematis yang dilakukan oleh Simón *et al.*, (2025) menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan regulasi diri memiliki dampak positif terhadap kemandirian belajar serta keterlibatan akademik siswa. Siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung lebih mampu mengatur kegiatan belajar serta menunjukkan tanggung jawab yang lebih besar terhadap proses belajar yang dijalani. Temuan tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri berperan sebagai mekanisme penting yang membantu siswa mengembangkan perilaku belajar yang mandiri.

Hubungan antara regulasi diri dan kemandirian belajar juga dapat dijelaskan melalui perspektif teori konstruktivisme yang menekankan bahwa siswa merupakan subjek aktif dalam proses pembelajaran. Proses belajar tidak hanya melibatkan penerimaan informasi secara pasif, tetapi juga melibatkan aktivitas membangun pengetahuan melalui pengalaman belajar. Kemampuan regulasi diri memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengelola proses belajar secara aktif sehingga mendorong terbentuknya tanggung jawab terhadap kegiatan belajar yang dilakukan. Kemandirian belajar merupakan salah satu kompetensi penting yang perlu dikembangkan pada siswa sekolah dasar. Kemampuan tersebut membantu siswa menjadi pembelajar yang aktif serta bertanggung jawab terhadap proses belajarnya sendiri. Selain itu, kemandirian belajar memiliki implikasi jangka panjang terhadap keberhasilan akademik siswa. Siswa yang memiliki kemandirian belajar yang baik cenderung memiliki kebiasaan belajar yang positif seperti disiplin dalam mengerjakan tugas, kemampuan mengatur waktu belajar secara efektif, serta inisiatif dalam mencari sumber belajar tambahan.

Pengembangan kemandirian belajar juga memiliki implikasi penting terhadap pembentukan karakter belajar siswa. Siswa yang terbiasa belajar secara mandiri cenderung menunjukkan sikap tanggung jawab, ketekunan, serta kemampuan memecahkan masalah secara mandiri. Karakter tersebut menjadi modal penting bagi siswa dalam menghadapi berbagai tantangan belajar pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Peran guru memiliki kontribusi penting dalam mengembangkan kemampuan regulasi diri siswa. Guru perlu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara aktif melalui kegiatan pembelajaran yang mendorong perencanaan

---

belajar, pemantauan proses belajar, serta refleksi terhadap hasil belajar. Pendekatan pembelajaran yang berpusat pada siswa (*student-centered learning*) dapat menjadi strategi yang efektif untuk mendukung pengembangan kemampuan regulasi diri dan kemandirian belajar siswa. Lingkungan belajar juga berperan dalam mendukung pengembangan kemampuan regulasi diri siswa. Lingkungan belajar yang memberikan ruang bagi siswa untuk mengeksplorasi pengetahuan secara mandiri dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan belajar mandiri secara lebih optimal. Dukungan dari guru, orang tua, serta lingkungan sekolah menjadi faktor penting dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan regulasi diri dalam belajar.

Sintesis berbagai temuan penelitian nasional dan internasional menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. Kemampuan regulasi diri membantu siswa mengelola proses belajar secara lebih efektif sehingga meningkatkan tanggung jawab, disiplin, serta keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar. Oleh karena itu, pengembangan kemampuan regulasi diri perlu menjadi perhatian penting dalam proses pembelajaran agar siswa dapat berkembang menjadi pembelajar yang mandiri serta mampu menghadapi berbagai tantangan belajar di masa depan

### **Sintesis Temuan Penelitian**

Berdasarkan berbagai hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. Kemampuan regulasi diri memungkinkan siswa untuk mengelola proses belajar secara lebih efektif sehingga meningkatkan keterlibatan belajar serta tanggung jawab terhadap proses belajar yang dijalani. Siswa yang memiliki kemampuan regulasi diri yang baik cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi serta kemampuan belajar mandiri yang lebih baik. Selain itu, *self-regulated learning* juga berkontribusi terhadap perkembangan sikap belajar yang positif, seperti rasa percaya diri, ketekunan, dan tanggung jawab terhadap proses belajar.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa pengembangan *self-regulated learning* perlu dilakukan secara sistematis dalam proses pembelajaran. Guru memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan regulasi diri melalui pembelajaran yang berpusat pada siswa (*student-centered learning*). Guru dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk menetapkan tujuan belajar, merencanakan strategi belajar, serta melakukan refleksi terhadap hasil belajar yang telah dicapai. Pengembangan *self-regulated learning* perlu menjadi perhatian penting

dalam pembelajaran di sekolah dasar. Melalui pengembangan kemampuan regulasi diri, siswa diharapkan dapat menjadi pembelajar yang mandiri, memiliki motivasi belajar yang tinggi, serta mampu menghadapi berbagai tantangan belajar di masa depan.

#### IV. SIMPULAN

Berdasarkan kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa *self-regulated learning* memiliki peran penting dalam meningkatkan motivasi dan kemandirian belajar siswa sekolah dasar. Kemampuan regulasi diri membantu siswa mengelola proses belajar melalui perencanaan, pemantauan, dan evaluasi, sehingga mereka lebih aktif, percaya diri, dan bertanggung jawab dalam belajar. Siswa dengan kemampuan ini cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, disiplin dalam mengatur waktu, serta mampu belajar secara mandiri tanpa bergantung pada guru. Oleh karena itu, pengembangan *self-regulated learning* perlu menjadi fokus dalam pembelajaran melalui strategi yang mendorong keterlibatan aktif siswa dalam mengelola proses belajarnya sendiri.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R., & Setiawan, D. (2021). Pengaruh Self-Regulated Learning Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 6(2), 101–. <https://doi.org/10.26737/jpdi.v6i2.2345>
- Broadbent, J., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2022). Profiles In Self-Regulated Learning And Their Relationship With Motivation And Achievement. *Educational Psychology*, 42(3), 321. <https://doi.org/10.1080/01443410.2020>
- Cleary, T. J., & Callan, G. L. (2022). Student Self-Regulated Learning In The Classroom: Theory, Research, And Practice. *Educational Psychology*, 34(2), 1–2. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09613-1>
- Henry, A. (2024). Self-Regulated Learning And Motivation: Exploring The Dynamic Relationship In Educational Contexts. *Studies in Educational Evaluation*, 80, 101343. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2024.101343>
- Kusuma, A. P., & Hadi, S. (2023). Strategi Self-Regulated Learning Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Prima Edukasia*, 11(1), 45–. <https://doi.org/10.21831/jpe.v11i1.56789>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 Statement: An Updated Guideline For Reporting

- 
- Systematic Reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Panadero, E. (2021). A Review Of Self-Regulated Learning: Six Models And Four Directions For Research. *Educational Psychology Review*, 33(2), 653. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09531-4>
- Pratama, R. A., & Widodo, A. (2022). Peran Self-Regulated Learning Dalam Meningkatkan Keterlibatan Dan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 7(4), 512-. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v7i4.15023>
- Sari, D. M., & Kurniawan, B. (2022). Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Kemandirian Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 28(3), 210. <https://doi.org/10.17977/jip.v28i3.13456>
- Sari, R., & Setiawan, D. (2020). Motivasi belajar siswa sekolah dasar dalam pembelajaran tematik. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 150. <https://doi.org/10.21831/jppfa.v8i2.40574>
- Sari, N. I. (2025). Literature Review: Minat Belajar Dan Self-Regulated Learning Pada Generasi Digital. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(2).
- Schunk, D. H., & Greene, J. A. (2018). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge.
- Simón-Grábalos, R., García-Martínez, I., & Pérez-Pueyo, Á. (2025). Self-Regulated Learning And Academic Motivation: A Systematic Review In Educational Contexts. *Education Sciences*, 15(3), 372. <https://doi.org/10.3390/educsci15030372>
- Snyder, H. (2019). Literature Review As A Research Methodology: An Overview And Guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–3. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Zhou, M., & Brown, D. (2022). The Role Of Self-Regulated Learning In Student Motivation And Engagement In Learning Environments. *Frontiers in Education*, 7, 1–10. <https://doi.org/10.3389/educ.2022.859556>
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). *Handbook Of Self-Regulation Of Learning And Performance*. Routledge.