



PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP DISIPLIN DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN

Sarah Sausan Nafiah*, Vera Sholeha

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sebelas Maret, Indonesia

Corresponding author: sarahsausann20@student.uns.ac.id

ABSTRAK

Usaha dalam proses pendidikan menuju jenjang selanjutnya disebut dengan masa transisi. Keberadaan masa transisi menjadi bagian penting dalam kesiapan sekolah untuk beradaptasi di sekolah dasar. Kesiapan sekolah diwujudkan melalui proses pemenuhan masa transisi yang optimal dengan memerhatikan adanya beberapa dimensi kesiapan sekolah anak, salah satunya adalah disiplin diri. Penelitian ini mengkaji tentang pengaruh *self-regulated learning* terhadap disiplin diri anak usia 5-6 tahun karena pelaksanaannya masih belum optimal. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *one group pre-test post-test*. Subjek penelitian berjumlah 21 anak kelompok B di salah satu TK di Kecamatan Banjarsari. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan lembar instrumen *behavioral checklist*. Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji Shapiro Wilks dengan teknik *paired sample t-test*. Analisis data hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata *post-test* meningkat lebih signifikan sebesar 25.71 dibandingkan dengan nilai rata-rata *pre-test* yaitu 17.19. Hasil uji t memperoleh nilai signifikansi sebesar $<0,001 <0,05$ yang diartikan terdapat perbedaan signifikan antara data *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil pengujian tersebut, maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh *self-regulated learning* terhadap disiplin diri anak usia 5-6 tahun. Pendekatan *self-regulated learning* dapat dijadikan sebagai bahan referensi keilmuan mengembangkan disiplin diri anak dalam memaksimalkan masa transisi menuju tahapan selanjutnya.

Kata Kunci: *Self-regulated learning*; disiplin diri; anak usia 5-6 tahun

ABSTRACT

The effort in progressing through educational stages is known as the transition period. This period is a crucial part of school readiness, especially in helping children adapt to primary school. School readiness is achieved by optimizing this transition period while considering several key dimensions, one of which is self-discipline. This study examines the effect of self-regulated learning on the self-discipline of 5-6-year-old children, as its implementation has not yet been optimal. A quantitative approach was used with a one-group pre-test post-test design. The subjects were 21 children from Group B at a kindergarten in Banjarsari District. Data were collected through observation using a behavioral checklist instrument. The results were analyzed using the Shapiro-Wilk test and paired sample t-test. The post-test mean score increased significantly to 25.71, compared to the pre-test mean of 17.19. The t-test result showed a significance value of $<0.001 (<0.05)$, indicating a significant difference between pre-test and post-test scores. Thus, H_a is accepted, and H_0 is rejected. It can be concluded that self-regulated learning has a significant effect on children's self-discipline. This approach can serve as a scientific reference to enhance children's self-discipline during the transition to the next educational level.

Keywords: *Self-regulated learning*; self-discipline; 5-6 years old children

PENDAHULUAN

Masa transisi adalah masa pada anak usia dini yang mengalami perkembangan secara signifikan pada segi ragam aspek perkembangan dan usaha dalam melanjutkan pendidikan dari jenjang taman kanak-kanak menuju jenjang pendidikan sekolah dasar (Pagarwati dkk., 2021). Pada masa transisi anak usia dini, kesiapan sekolah menjadi kriteria yang harus diperhatikan dan dipenuhi berdasarkan karakteristik dan kemampuan diri anak untuk beradaptasi pada masa pendidikan baru, yakni di sekolah

dasar. Penelitian Rahmawati dkk, (2018) menyebutkan bahwasannya terdapat enam profil atau dimensi kesiapan sekolah anak, yakni pengetahuan akademik, keterampilan berpikir dasar, kesejahteraan fisik dan perkembangan motorik, kematangan sosial-emosional, disiplin diri, serta keterampilan komunikasi. Disiplin diri sebagai salah satu dimensi dalam kesiapan sekolah memengaruhi masa transisi anak menuju jenjang pendidikan selanjutnya. Ragam aspek perkembangan diharapkan dapat terpenuhi secara maksimal melalui usaha yang dilakukan.

Dimensi disiplin diri menjadi pembahasan yang akan diuji dalam penelitian ini. Disiplin diri pada anak usia dini menurut penelitian Faye dkk, (2016) merupakan keterampilan dalam mengatur diri selama proses pembelajaran untuk memperoleh pengalaman belajar dan kemauan dalam berkontribusi di lingkungan pembelajaran secara aktif dan mandiri. Indikator disiplin diri anak TK dan SD awal yang terdiri dari 7 indikator pada penelitian sebelumnya yakni duduk diam dan tenang di dalam kelas, tidak mengganggu proses belajar dan bermain, memerhatikan arahan guru, mengurus barang-barang di dalam kelas, menyelesaikan pekerjaan sampai dengan waktu yang ditentukan, mengurus diri dan mengembalikan barang pada tempatnya, dan berpindah dengan mudah dari aktivitas satu ke aktivitas lain. Disiplin diri dimaknai sebagai kemampuan kedisiplinan yang perlu diterapkan sejak usia dini karena dapat memberikan dampak baik di kehidupan selanjutnya dan menjadi salah satu faktor di masa anak-anak dalam meningkatkan kemampuan manajemen waktu dengan baik (Rahmah & Zirmansyah, 2021). Penelitian tentang profil kesiapan sekolah yang dilakukan oleh Rahmawati dkk, (2018) menyatakan bahwa disiplin diri berada di peringkat keempat dari enam profil kesiapan sekolah. Hal tersebut menunjukkan bahwa dimensi tersebut belum optimal dan memerlukan adanya perhatian dan stimulasi untuk meningkatkan dan mematangkan dimensi tersebut.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti di salah satu TK di Kecamatan Banjarsari terhadap dimensi disiplin diri, ditemukan bahwa peserta didik sering kali belum mampu mengikuti atau menyelesaikan tugas secara maksimal. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan beberapa peserta didik dalam mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama selama proses pembelajaran, sehingga mereka cenderung mendistraksi teman lain dan menyebabkan suasana kelas menjadi kurang kondusif. Proses pembelajaran yang diterapkan belum sepenuhnya menanamkan kedisiplinan diri, khususnya dalam hal peralihan waktu antara satu tugas ke tugas lainnya. Beberapa anak terlihat kesulitan mengerjakan tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan serta kurang memerhatikan tahapan-tahapan pengerjaan tugas sejak awal. Dalam hal perawatan dan manajemen terhadap barang-barang di dalam kelas, sebagian anak menunjukkan partisipasi dan kepekaan, namun mereka masih memerlukan pengingat dan arahan agar dapat membiasakan perilaku tersebut secara konsisten. Permasalahan disiplin diri yang ditemukan di lapangan ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain penerapan pembelajaran yang masih bersifat klasikal atau berpusat pada guru, kegiatan bermain dan belajar yang belum sepenuhnya menstimulasi keterampilan individual, kesempatan anak untuk aktif berinteraksi yang terbatas, serta minimnya eksplorasi pengetahuan secara mandiri.

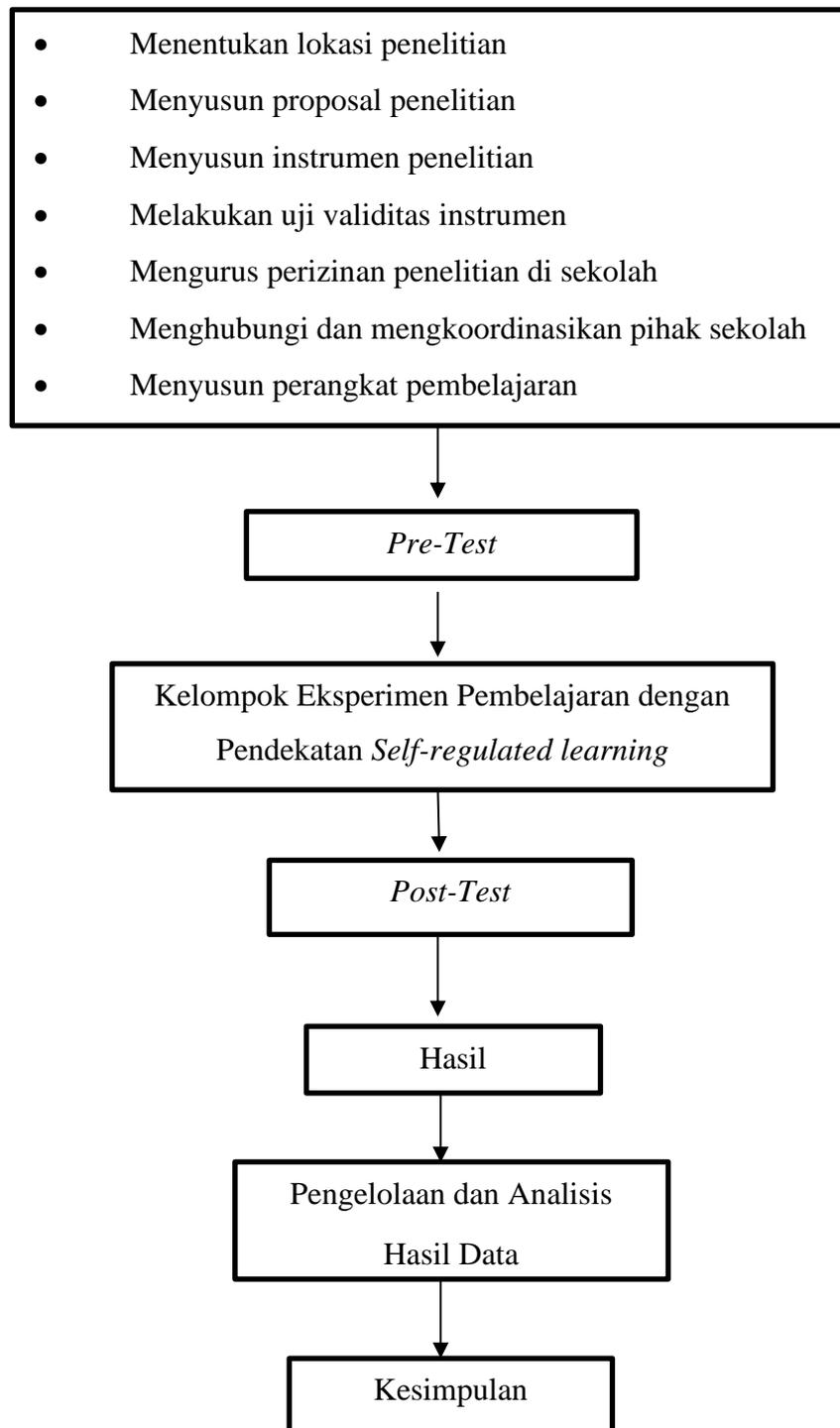
Pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada anak untuk mengeksplorasi ragam pengetahuan secara mandiri dan didasarkan pada kesadaran diri untuk bertindak secara bertanggung jawab sangat dibutuhkan dalam mendukung perkembangan berbagai aspek kompetensi diri, khususnya disiplin diri. Hal ini sejalan dengan penelitian mengenai penerapan *self-regulated learning* sebagai pendekatan pembelajaran, yang tidak hanya berfokus pada penguasaan pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga melibatkan kesadaran diri, motivasi internal, serta

keterampilan perilaku dalam menerapkan pengetahuan secara efektif (Zimmerman, 2002). Penerapan *self-regulated learning* pada anak usia prasekolah perlu mempertimbangkan beberapa aspek, antara lain kemampuan anak dalam menyesuaikan pola pikir dan menetapkan tujuan pada fase perencanaan dan pelaksanaan, kemampuan memusatkan perhatian pada fase kinerja, serta kemampuan merefleksikan pengalaman belajar pada fase evaluasi (Jacob dkk., 2019). Pendekatan *self-regulated learning* memberikan manfaat dalam mendukung anak belajar dan bermain secara aktif, mengeksplorasi pengalaman, serta mengembangkan kompetensi disiplin diri di taman kanak-kanak sebagai bekal untuk beradaptasi dengan lingkungan belajar yang lebih terstruktur di sekolah dasar. Penelitian lain oleh Pramesti dan Waluyo (2023) juga menunjukkan adanya peningkatan capaian pembelajaran anak usia dini melalui penerapan *self-regulated learning* dalam kegiatan bermain dan belajar yang dirancang secara sistematis dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

Berdasarkan hasil penelitian Pramesti dan Waluyo (2023), diketahui bahwa penerapan *self-regulated learning* berpengaruh dalam meningkatkan capaian pembelajaran anak usia dini. Penelitian tersebut mencakup enam aspek perkembangan anak secara menyeluruh. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara khusus pengaruh *self-regulated learning* terhadap salah satu dimensi kesiapan sekolah, yaitu disiplin diri pada anak usia 5–6 tahun. Permasalahan yang ditemukan di lapangan menunjukkan bahwa masih banyak anak yang mengalami kesulitan dalam menunjukkan perilaku disiplin diri selama proses pembelajaran. Oleh karena itu, penelitian ini akan menggali lebih dalam pengaruh pendekatan *self-regulated learning* terhadap pengembangan disiplin diri anak di salah satu TK di Kecamatan Banjarsari. Sebagai upaya untuk mencapai tujuan tersebut, pendekatan *self-regulated learning* akan diterapkan dalam kegiatan bermain dan belajar yang dirancang secara sistematis dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dan disesuaikan dengan kondisi pembelajaran di kelas. Penerapan pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan disiplin diri anak serta mendukung kematangan mereka dalam menjalani masa transisi menuju jenjang pendidikan berikutnya. Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh *self-regulated learning* terhadap disiplin diri anak usia 5–6 tahun.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi experiment* dan desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pre-test Post-test Design* sebagaimana dirujuk dalam desain penelitian menurut Sugiyono (2019). Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelompok B di salah satu TK di Kecamatan Banjarsari pada tahun ajaran 2024/2025, yang berjumlah 21 anak berusia 5–6 tahun. Skema alur prosedur penelitian yang dilakukan oleh peneliti disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Alur Bagan Skema Prosedur Penelitian

Pengumpulan data menggunakan teknik observasi diterapkan melalui lembar instrumen *behavioral checklist* yang memuat seluruh indikator dalam dimensi disiplin diri dan mengadaptasikan indikator-indikator disiplin diri dari penelitian oleh Fayeze (2016). Pada tabel 1 akan disajikan kisi-kisi instrumen penelitian yang digunakan oleh peneliti.

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Disiplin Diri Anak Usia 5-6 Tahun

Variabel	Nomor	Indikator
Disiplin diri	1	Duduk diam dan tenang di dalam kelas
	2	Tidak mengganggu proses belajar dan bermain
	3	Memerhatikan arahan guru
	4	Mengurus barang-barang di kelas
	5	Menyelesaikan pekerjaan sampai dengan waktu yang telah ditentukan
	6	Mengurus diri dan mengembalikan barang pada tempatnya
	7	Berpindah dengan mudah dari aktivitas satu ke aktivitas lainnya

Hasil perolehan data observasi pada *pre-test* dan *post-test* diukur atau dinilai menggunakan skala likert dengan rentang skala nilai 1) Belum Berkembang, 2) Mulai Berkembangan, 3) Berkembang Sesuai Harapan, dan 4) Berkembang Sangat Baik. Instrumen yang disusun akan dilakukan uji validitas instrumen melalui tahap penilaian oleh *expert judgment*. Tahapan selanjutnya, peneliti menerapkan instrumen penelitian yang telah valid dalam *pre-test* pada peserta didik TK tersebut sebelum diberi *treatment*. Peneliti melakukan penerapan *treatment* pendekatan pembelajaran *self-regulated learning* bagi kelompok B selama 16 kali pertemuan atau dalam jangka waktu 5 minggu. Setelah penerapan *treatment*, peneliti kemudian melakukan *post-test*. Proses *treatment* dilakukan yaitu dengan menerapkan pendekatan pembelajaran dengan dasar pedoman *treatment* sesuai fase-fase dari *self-regulated learning* yang telah disusun sebelumnya oleh peneliti. Ragam kegiatan yang digunakan dalam aktivitas bermain dan belajar anak tersedia dalam bentuk kegiatan individu dengan tujuan memberikan kesempatan besar bagi anak dalam memilih beberapa atau seluruh kegiatan yang diinginkan dan kegiatan kelompok berupa proyek bersama membuat kreasi sebuah karya tentang subtopik pembelajaran. Penerapan *treatment* dilakukan selama 150 menit yang meliputi fase pemikiran ke depan (kegiatan pembuka), yakni peneliti memberikan materi dan memfasilitasi ragam benda nyata dalam membangun pengetahuan anak, sehingga anak berperan aktif untuk saling berkomunikasi dengan peneliti atau teman sebaya tentang materi baru maupun materi yang sudah diketahui sebelumnya. Tahapan kedua adalah fase kinerja (kegiatan inti), yakni anak merupakan pemeran utama dalam melangsungkan proses bermain dan belajar secara mandiri baik secara kelompok dan individu, sehingga guru berperan sebagai pendamping atau pengamat proses kegiatan. Tahapan terakhir adalah fase refleksi diri (kegiatan penutup), yakni memberikan apresiasi, evaluasi, serta memberikan ruang diskusi bagi para peserta didik untuk mengetahui pengalaman belajar dan bermain para peserta didik. Tahapan terakhir dalam penelitian adalah menganalisis data perolehan *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji normalitas, yakni melalui metode Shapiro Wilks dan uji hipotesis yakni menggunakan teknik *Paired Sample T-Test* dengan bantuan aplikasi SPSS 30 for Windows.

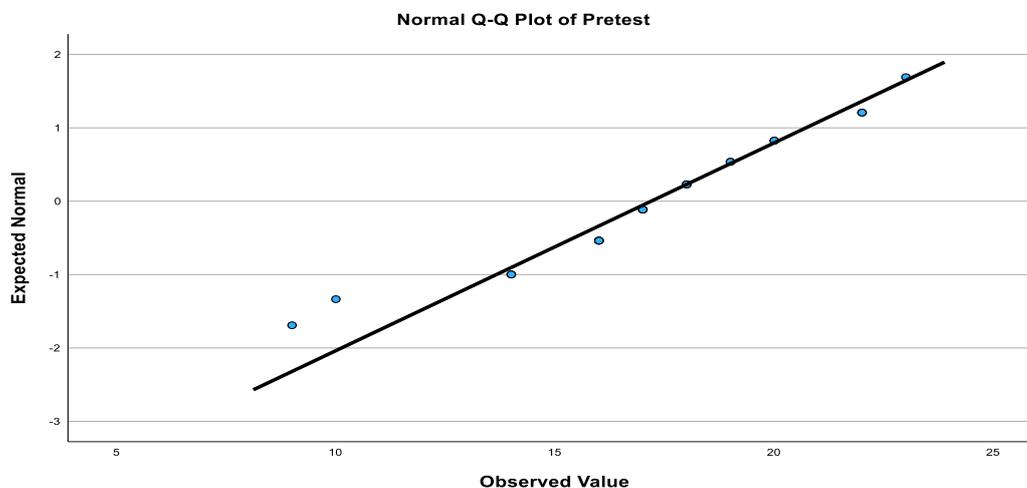
HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang telah dilaksanakan selama 5 minggu dengan pemberian perlakuan sebanyak 16 kali pertemuan memperoleh data *pre-test* dan *post-test*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 21 peserta didik kelompok B. Hasil perolehan data penelitian dan analisis data akan disajikan dalam beberapa tabel di bawah ini.

Tabel 2. Deskripsi Data

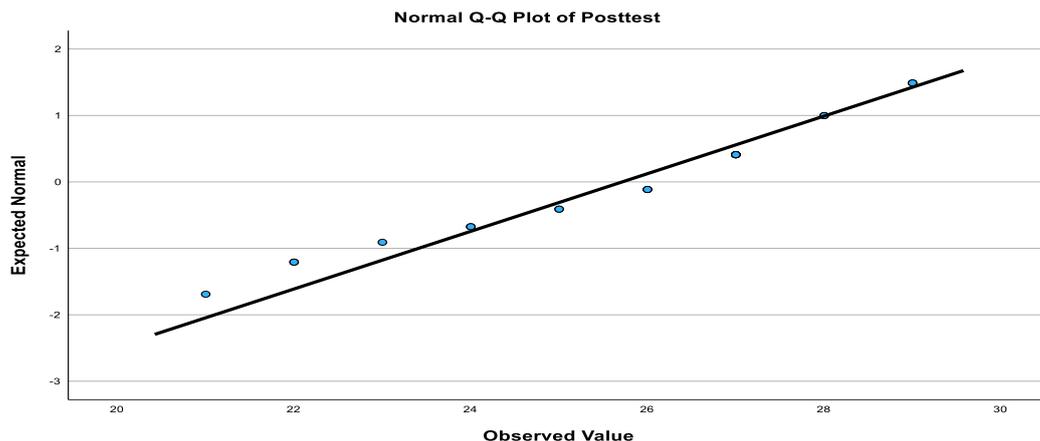
Test	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-test	21	14	9	23	17.19	3.530
Post-test	21	13	19	32	25.71	2.305

Berdasarkan Tabel 2, hasil *pre-test* yang dilakukan menggunakan *behavioral checklist* terhadap 21 peserta didik menunjukkan bahwa disiplin diri anak masih tergolong rendah dalam pelaksanaan kegiatan bermain dan belajar. Anak-anak tampak belum memiliki kepercayaan diri untuk bekerja sama dalam kelompok, lebih memilih kegiatan individu, kurang menunjukkan tanggung jawab terhadap barang pribadi maupun barang-barang di kelas, serta mudah terdistraksi sehingga kesulitan menyelesaikan tugas sesuai waktu yang ditentukan. Rincian hasil *pre-test* menunjukkan bahwa nilai tertinggi yang diperoleh peserta didik adalah 23, sedangkan nilai terendah adalah 9. Dengan demikian, rentang nilai (*range*) adalah 14. Nilai rata-rata *pre-test* sebesar 17,19 dan simpangan baku sebesar 3,530. Setelah pemberian *treatment*, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan dalam aspek disiplin diri. Anak-anak mulai terbiasa berkontribusi dalam kelompok, lebih aktif dan percaya diri dalam memilih kegiatan, menunjukkan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas hingga selesai, serta memiliki kemauan untuk merawat barang pribadi maupun barang di sekitar mereka. Selain itu, peserta didik juga mulai saling mengingatkan satu sama lain. Pada hasil *post-test*, nilai tertinggi meningkat menjadi 32 dan nilai terendah naik menjadi 19, dengan rentang nilai mengecil menjadi 13. Nilai rata-rata *post-test* meningkat menjadi 25,71, dengan selisih rata-rata sebesar 8,52 dari *pre-test*. Simpangan baku *post-test* menurun menjadi 2,305, yang mengindikasikan bahwa hasil setelah *treatment* lebih merata dan konsisten dibandingkan sebelumnya.



Gambar 2. Hasil Distribusi Nilai *Pre-test*

Berdasarkan grafik hasil distribusi data nilai *pre-test* diketahui adanya beberapa titik sumbu sejumlah 10, yang diartikan bahwa terdapat variasi dari rincian nilai *pre-test* terdiri dari 9, 10, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, dan 23. Titik-titik nilai pada grafik tersebut sebagian besar berada di sekitar garis diagonal, yang menunjukkan bahwa data nilai *pre-test* cenderung mengikuti garis normal dan dimaknai hasil distribusi data *pre-test* terdistribusi normal.



Gambar 3. Hasil Distribusi Nilai *Post-test*

Berdasarkan grafik hasil distribusi data nilai *post-test*, diketahui adanya beberapa titik sumbu sejumlah 9 yang diartikan bahwa terdapat variasi dari rincian nilai *post-test* terdiri dari 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, dan 29. Titik-titik nilai pada grafik tersebut sebagian besar berada di sekitar garis diagonal, yang menunjukkan bahwa data nilai *post-test* cenderung mengikuti garis normal dan dimaknai hasil distribusi data *post-test* berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
<i>Pre-Test</i>	.945	21	.268
<i>Post-Test</i>	.930	21	.141

Berdasarkan Tabel 3. dapat diketahui hasil uji *Shapiro-Wilk* menunjukkan data *pre-test* yakni 0,268 dan *post-test* yakni 0,141. Perolehan data tersebut dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen berdistribusi normal yang berdasar dengan nilai signifikansi $> 0,05$ dan memenuhi persyaratan uji normalitas.

Tabel 4. Hasil Uji *Paired Sample T-Test*

Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	df	Sig. (2-tailed)
-8.524	2.482	.542	-15.736	20	$< 0,001$

Tabel 4 menunjukkan bahwa uji *paired sample t-test* memiliki nilai signifikansi $< 0,001$ dan diartikan terdapat perbedaan yang signifikan pada data *pre-test* yakni 17.19 dan *post-test* yakni 25.71, yang dilihat dari nilai dasar keputusan $< 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Berdasarkan analisis data tersebut, dinyatakan adanya pengaruh penerapan *self-regulated learning* terhadap disiplin diri anak usia 5-6 tahun di TK tersebut.

Hasil analisis data kuantitatif yang dilakukan menunjukkan bahwa dari penerapan *self-regulated learning* memberikan pengaruh positif terhadap indikator-indikator disiplin diri anak usia 5-6 tahun secara menyeluruh. Indikator tersebut meliputi beberapa hal, yaitu: (1) Duduk diam dan tenang di dalam kelas; (2) Tidak mengganggu proses belajar dan bermain; (3) Memerhatikan arahan guru; (4) Mengurus barang-barang di dalam kelas; (5) Menyelesaikan pekerjaan sampai dengan waktu yang ditentukan; (6) Mengurus diri dan mengembalikan barang pada tempatnya; dan (7) Berpindah dengan mudah dari aktivitas satu ke aktivitas lain. Penelitian ini sejalan

dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dengan *self-regulated learning* dapat memberikan ruang mengembangkan kemandirian belajar siswa dalam mengatur dan mengendalikan diri pada proses belajar (Zamnah, 2017). Tahapan-tahapan perkembangan anak sangat penting untuk disesuaikan dengan ragam kegiatan yang dilakukan oleh anak, sehingga dengan *self-regulated learning*, anak mampu memberikan banyak peluang untuk berusaha belajar apa yang dikehendakinya atau dibutuhkannya secara mandiri (Pramesti & Waluyo, 2023).

Self-regulated learning memberikan pengaruh positif terhadap indikator kemampuan anak untuk duduk diam dan tenang di dalam kelas. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya kemampuan anak dalam menunjukkan sikap duduk diam dan tenang saat bermain dan belajar. Ketika anak mampu duduk dengan tenang, informasi dan materi yang disampaikan pada tahap awal pembelajaran dapat dipahami dengan lebih baik. Pemahaman tersebut kemudian membangun motivasi anak untuk beraktivitas secara mandiri maupun berkelompok tanpa mengganggu teman lain. Temuan ini sejalan dengan pernyataan Zimmerman (2002) yang menyatakan bahwa pada fase *forethought*, terdapat dua proses penting dalam pembelajaran anak, yaitu menganalisis tugas melalui penetapan tujuan dan penyusunan strategi perencanaan kegiatan belajar, serta membangun motivasi diri melalui keyakinan akan kemampuan belajar yang dimiliki dan harapan untuk mencapai hasil belajar sesuai tujuan awal. Penelitian oleh Pramesti dan Waluyo (2023) juga membuktikan bahwa pembiasaan *self-regulated learning* pada anak dapat meningkatkan kemandirian, termasuk dalam hal mengambil inisiatif, mengatur perilaku, menahan diri, mengambil keputusan, serta menyelesaikan permasalahan tanpa ketergantungan pada orang lain.

Self-regulated learning memberikan pengaruh pada indikator tidak mengganggu proses belajar dibuktikan anak menunjukkan kefokuskan diri tanpa mengganggu lingkungan sekitar selama 10-15 menit. Penelitian oleh Wilson & Korn (2007) menyebutkan dengan pemilihan waktu 10-15 menit maka penyimpanan dan pemahaman informasi secara fokus akan mencapai jangkauan 40 % dari suatu materi atau informasi yang didapat. Anak yang dengan sadar diri beradaptasi pada *self-regulated learning* dalam proses pembelajaran akan memfungsikan keterampilan diri dalam menganalisis tugas belajar, memutuskan tujuan, mengatur tata cara pelaksanaan tujuan, dan menerapkan keterampilan sesuai dengan kegiatan pembelajaran (Syafitri dkk., 2024). Adanya aktivitas kelompok inilah dapat dibuktikan seberapa jauh anak akan fokus melakukan kerja kelompok dalam rentang waktu 10-15 sehingga menghasilkan hasil kreasi kelompok atau tujuan bersama secara maksimal. Sejalan dengan penelitian oleh Wu, (2024) bahwa pada fase kinerja *self-regulated learning* anak menunjukkan kesadaran diri untuk terlibat langsung dalam proses belajar secara konsisten atas keinginan dan perhatian diri.

Self-regulated learning memberikan pengaruh pada indikator kemampuan anak dalam memperhatikan arahan guru, yang dibuktikan dengan kemampuan anak dalam menafsirkan perintah dan penjelasan guru. Hal ini sejalan dengan salah satu aspek ketercapaian dalam *self-regulated learning*, yaitu aspek kognisi, yang mencakup bagaimana individu memilih dan menggunakan strategi kognitif dalam belajar, berpikir, mengingat, menakar, dan memecahkan masalah (Wolters dkk., 2005). Kemampuan menafsirkan arahan juga berkaitan dengan keterampilan bahasa anak, yang diartikan sebagai upaya untuk memahami makna dan tujuan dari sebuah informasi serta mengumpulkan informasi secara lengkap (Kurniawan & Kasmianti, 2020). Bukti dari pencapaian indikator ini terlihat dalam keterlibatan anak dalam berbagai aktivitas seperti menjawab pertanyaan guru, mengungkapkan informasi yang didengar, mengingat kembali informasi secara bersama, serta memahami dan menerapkan

informasi yang diberikan pada fase kinerja. Anak yang menerapkan *self-regulated learning* disebut sebagai *self-regulated learner*, yaitu individu yang memiliki kemampuan untuk menyusun strategi pengorganisasian informasi secara efektif dalam menerima dan memahami materi pembelajaran (Syafitri dkk., 2024).

Self-regulated learning memberikan pengaruh pada indikator kemampuan anak dalam mengurus barang-barang di kelas, yang dibuktikan dengan kemampuan anak dalam menggunakan dan merawat alat serta bahan bermain-belajar di kelas. Penelitian ini difasilitasi oleh ketersediaan alat dan bahan yang dapat digunakan secara bebas oleh para peserta didik. Proses pembelajaran dengan pendekatan *self-regulated learning* berkaitan erat dengan keterlibatan individu bersama teman sebaya untuk menumbuhkan kemandirian, sikap, dan rasa tanggung jawab, serta kemampuan dalam menerapkan strategi penyelesaian masalah dalam aktivitas pembelajaran (Syafitri dkk., 2024). Kelompok peserta didik diharapkan bekerja sama dalam penggunaan alat dan bahan yang telah dipilih, seperti memperhatikan jenis dan jumlah alat bahan untuk kreasi kelompok, menggunakan alat dan bahan secara benar dan secukupnya, serta mengembalikan seluruh alat bahan ke tempat semula secara rapi bersama anggota kelompok. Hal tersebut sejalan dengan aspek perilaku dalam ketercapaian *self-regulated learning*, yang menunjukkan bahwa individu mampu mengamati, memantau, mengatur, dan mengontrol perilaku dirinya masing-masing (Wolters dkk., 2005).

Self-regulated learning memberikan pengaruh pada indikator kemampuan menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, yang dibuktikan dengan kemampuan anak dalam mempertahankan diri selama kegiatan inti serta menyelesaikan tugas bermain dan belajar hingga akhir. Hal ini sejalan dengan temuan Mulyani dkk. (2023) yang menyatakan bahwa *self-regulated learning* melatih peserta didik untuk secara bertahap aktif memahami konsep proses belajar guna memandirikan diri dalam bertanggung jawab atas aktivitas serta capaian yang ingin diraih. *Self-regulated learning* mencakup kemampuan merefleksikan proses berpikir, melakukan tindakan strategis seperti perencanaan, pemantauan, dan evaluasi kemajuan, serta didorong oleh motivasi diri untuk memperoleh pengetahuan (Wu, 2024). Selain itu, *self-regulated learning* juga memberikan kemandirian belajar kepada siswa dalam mengatur serta mengendalikan diri selama proses belajar berlangsung (Zamnah, 2017).

Self-regulated learning memberikan pengaruh pada indikator mengurus diri dan mengembalikan barang ke tempat semula, yang dibuktikan dengan kemampuan anak dalam menunjukkan tanggung jawab terhadap diri sendiri serta terhadap barang-barang di sekitarnya. Aktivitas pembelajaran yang mengintegrasikan konsep *self-regulated learning* mendukung peserta didik untuk mewujudkan hal-hal yang diinginkan dan dibutuhkan melalui upaya mandiri (Pramesti & Waluyo, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Mulyani dkk. (2023) menyatakan bahwa bagian penting dari penerapan langkah-langkah pembelajaran *self-regulated learning* adalah tumbuhnya kemauan intrinsik dalam diri anak untuk berusaha, yang kemudian memotivasi mereka untuk terlibat aktif dalam proses belajar yang efektif dan efisien. Sejalan dengan hal tersebut, Ghimby (2022) menekankan bahwa dalam pembelajaran, peserta didik secara metakognitif, perilaku, dan motivasional berperan aktif sebagai partisipan dalam mengelola proses belajar mereka sendiri. Dalam konteks penelitian ini, *self-regulated learning* berdampak pada meningkatnya tanggung jawab anak terhadap dirinya sendiri, khususnya dalam menggunakan alat dan bahan, memilih serta memilih peralatan dengan tepat, baik yang bersifat pribadi maupun milik kelas, serta merapikan kembali peralatan yang telah digunakan dengan penuh kesadaran.

Self-regulated learning memberikan pengaruh pada indikator kemampuan berpindah dengan mudah dari satu aktivitas ke aktivitas lainnya, yang dibuktikan

dengan meningkatnya sikap percaya diri dan kemandirian anak dalam menyelesaikan berbagai kegiatan secara berurutan. Sikap ini mencerminkan kematangan dalam pengendalian diri serta kesiapan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan situasi belajar. Pembuktian ini sejalan dengan hasil penelitian Pramesti & Waluyo (2023), yang menyatakan bahwa *self-regulated learning* mengantarkan peserta didik sejak usia dini untuk memiliki kemampuan dalam mengendalikan pikiran, tindakan, serta kesadaran diri dalam melaksanakan proses belajar tanpa perlu perintah eksternal, yang pada akhirnya berguna dalam jenjang pendidikan selanjutnya. Lebih lanjut, Whitcombe & Robinson (2000) menjelaskan bahwa anak usia 5 tahun sudah mulai mampu mengidentifikasi apa yang sedang dipelajarinya dan mengembangkan kemampuan dalam melacak proses perolehan pengetahuan melalui mendengar, melihat, serta menyimpulkan informasi secara mandiri. Selain itu, penelitian oleh Mohan & Verma (2023) menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang menerapkan *self-regulated learning* berkontribusi pada peningkatan ketahanan akademik anak, termasuk ketekunan, pengelolaan kecemasan, rasa percaya diri, serta kemampuan mengendalikan ketidakpastian (*uncertain control*). Dengan demikian, penerapan *self-regulated learning* tidak hanya memfasilitasi peralihan aktivitas yang lancar, tetapi juga memperkuat kesiapan mental dan emosional anak dalam menghadapi dinamika proses belajar.

SIMPULAN

Penelitian ini mengkaji pengaruh *self-regulated learning* terhadap disiplin diri anak usia 5–6 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari *self-regulated learning* terhadap peningkatan disiplin diri anak. Hal ini ditunjukkan melalui peningkatan nilai rata-rata hasil post-test kelompok eksperimen sebesar 25,71 setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*), dibandingkan dengan nilai rata-rata pre-test sebelum perlakuan yaitu sebesar 17,19. Hasil uji *t* menunjukkan nilai signifikansi $< 0,001$ ($< 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara pre-test dan post-test. Mengindikasikan bahwa *self-regulated learning* berpengaruh terhadap disiplin diri anak usia 5–6 tahun di TK tempat penelitian dilakukan.

Temuan ini memberikan kontribusi penting dalam bidang pendidikan anak usia dini, khususnya dalam memahami peran *self-regulated learning* dalam memaksimalkan kesiapan anak menghadapi masa transisi ke jenjang pendidikan selanjutnya. Pendekatan ini dapat dijadikan sebagai referensi keilmuan maupun sebagai masukan dalam merancang strategi pembelajaran yang menumbuhkan disiplin diri sejak dini. Penerapan *self-regulated learning* dikembangkan lebih lanjut melalui pemilihan dan penggabungan aktivitas bermain dan belajar yang beragam, serta pemanfaatan media yang sesuai dalam kegiatan individu maupun kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Fayez, M., Ahmad, J. F., & Oliemat, E. (2016). Jordanian kindergarten and 1st-grade teachers' beliefs about child-based dimensions of school readiness. *Journal of Research in Childhood Education*, 30(3), 293–305. <https://doi.org/10.1080/02568543.2016.1178195>.
- Ghimby, A. D. (2022). Pengaruh self-regulated learning terhadap kemampuan berpikir kritis dan hasil belajar. *JOEL: Journal of Educational and Language Research*, 1(12), 2091-2104. <https://bajangjournal.com/index.php/JOEL/article/view/3014>.
- Jacob, L., Dörrenbächer, S., & Perels, F. (2019). A pilot study of the online assessment of self-regulated learning in preschool children: Development of a direct,

- quantitative measurement tool. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 12(2), 115–126. <https://doi.org/10.26822/iejee.2019257655>.
- Kurniawan, H., & Kasmianti, K. (2020). *Pengembangan Bahasa Anak Usia Dini*. Banyumas: Rizquna.
- Mohan, V., & Verma, M. (2023). Self-regulated learning strategies in relation to academic resilience. *Voice of research*, 27, 34.
- Mulyani, R., Chandra, Y., Wira Nita, R. (2023). Self-regulated learning (SRL) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SDN 35 VII Koto Sungai Sarik. *Human: Journal of Community and Public Service*, 2(2), 23–30. <https://journal.haqipub.com/index.php/human/article/view/214/0>.
- Pagarwati, L. D. A., Prasajo, L. D., Sugito, S., & Rohman, A. (2021). Profil peran orang tua dan guru dalam penyiapan masa transisi anak ke sekolah dasar. *Sekolah Dasar: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan*, 30(1), 14. <https://doi.org/10.17977/um009v30i12021p014>.
- Pramesti, A. A., & Waluyo, E. (2023). Efektivitas self-regulated learning terhadap capaian pembelajaran anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6855–6866. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5699>.
- Rahmah, S., & Zirmansyah, Z. (2021). Meningkatkan disiplin anak kelompok B melalui permainan tradisional umpet batu. *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 1(2), 116. <https://doi.org/10.36722/jaudhi.v1i2.574>.
- Rahmawati, A., Tairas, M. M. W., & Nawangsari, N. A. F. (2018). Profil Kesiapan Sekolah Anak Memasuki Sekolah Dasar. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 12(2), 201–210. <https://doi.org/10.21009/jpud.122.01>.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syafitri, A., Atariq, D., & Saputri, R. E. (2024). Pengaruh self-regulation learning dan self- efficacy terhadap prestasi akademik. *Cendekia Pendidikan*, 3(6), 81–90.
- Whitcombe, E. L., & Robinson, E. J. (2000). Children’s decisions about what to believe and their ability to report the source of their belief. *Cognitive Development*, 15(3), 329–346. [https://doi.org/10.1016/S0885-2014\(00\)00033-2](https://doi.org/10.1016/S0885-2014(00)00033-2).
- Wilson, K., & Korn, J. H. (2007). Attention during lectures: Beyond ten minutes. *Teaching of Psychology*, 34(2), 85–89. <https://doi.org/10.1080/00986280701291291>.
- Wolters, C.A., Pintrich, P.R., Karabenick, S.A. (2005). Assessing academic self regulated learning. Dalam *What Do Children Need to Flourish? The Search Institute Series on Developmentally Attentive Community and Society*, 3, 251-270. https://doi.org/10.1007/0-387-23823-9_16.
- Wu, X. Y. (2024). Unveiling the dynamics of self-regulated learning in project-based learning environments. *Heliyon*, 10(5), e27335. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e27335>.
- Zamnah, L. N. (2017). Hubungan antara self-regulated learning dengan kemampuan pemecahan masalah matematis pada mata pelajaran matematika kelas VIII SMP Negeri 3 Cipaku Tahun Pelajaran 2011/2012. *Teorema*, 1(2), 31. <https://doi.org/10.25157/.v1i2.549>.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2.