

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Pola Asuh Orang Tua**

###### **a. Pola Asuh**

Pola asuh pada dasarnya memiliki dua ciri utama, yaitu pola dan pengasuhan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2023), pola berarti corak, cara kerja, struktur atau sistem yang tetap. Sedangkan pengasuhan berarti tindakan menjaga, membimbing, atau memimpin. Dalam konteks pengasuhan, pengasuhan berarti orang tua memberikan pengasuhan yang menyeluruh kepada anak, yang meliputi pendidikan, pemeliharaan, dan pemenuhan kebutuhan dasar anak sepanjang masa perkembangannya, mulai dari masa kanak-kanak hingga dewasa.

Pengasuhan merupakan pendekatan holistik dalam membesarkan anak yang melibatkan keahlian, pengalaman, dan rasa tanggung jawab orang tua. Pola asuh mencakup peran orang tua dalam membentuk anak menjadi pribadi yang memenuhi harapan keluarga dan masyarakat. Proses ini tidak hanya tentang pemenuhan kebutuhan langsung, tetapi juga tentang membekali anak dengan keterampilan dan nilai-nilai yang diperlukan untuk integrasi masa depan mereka dalam masyarakat.

Pola asuh sebagai metode paling efektif yang tersedia bagi orang tua untuk mendidik anak-anak mereka, yang menyoroti pentingnya tanggung jawab orang tua. Fitriyani (2015) menekankan bahwa pola asuh melibatkan berbagai praktik termasuk bagaimana orang tua memperlakukan, mendidik, membimbing, mendisiplinkan, dan melindungi anak-anak mereka. Praktik-praktik ini sangat penting dalam membantu anak-anak menjadi dewasa dan mengembangkan perilaku yang

konsisten dengan norma dan nilai-nilai masyarakat, yang memastikan keberhasilan transisi mereka menuju kedewasaan.

Pola asuh sangat bervariasi di setiap keluarga, dipengaruhi oleh berbagai faktor termasuk latar belakang budaya, kondisi sosial ekonomi, pengetahuan dan pengalaman orang tua, dan paparan pendidikan sebelumnya (Satrianingrum & Setyawati, 2021). Pengaruh-pengaruh ini berkontribusi pada cara-cara unik keluarga dalam membesarkan anak-anak mereka, yang memengaruhi bagaimana praktik pengasuhan diterapkan dan bagaimana praktik-praktik tersebut memenuhi berbagai kebutuhan anak.

Pengasuhan yang efektif sangat penting untuk memenuhi kebutuhan dasar anak-anak dan harus dimulai sejak dini untuk memastikan bahwa pendekatan pengasuhan efektif dalam membentuk karakter mereka. Keberhasilan dalam mengembangkan karakter anak sangat bergantung pada kemampuan orang tua untuk menerapkan gaya pengasuhan ini secara efektif. Strategi pengasuhan yang dijalankan dengan baik memainkan peran penting dalam menumbuhkan sifat-sifat karakter positif dan perkembangan menyeluruh pada anak-anak.

#### **b. Orang tua**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, istilah "orang tua" tidak hanya mencakup ibu dan ayah kandung, tetapi juga orang-orang yang disegani dan orang-orang yang berpengetahuan luas dalam masyarakat. Definisi yang luas ini menyoroti berbagai peran yang dapat dimainkan oleh orang tua, termasuk mereka yang dihormati karena kebijaksanaan dan pengalamannya. Pengakuan ini menggarisbawahi pentingnya pengaruh biologis dan sosial dalam pemahaman tentang peran sebagai orang tua.

Menurut Novrianda (2017) orang tua didefinisikan sebagai pasangan suami istri yang berdedikasi untuk memenuhi tanggung jawab yang terkait dengan membesarkan anak-anak mereka. Komitmen ini

penting karena orang tua memiliki dampak yang signifikan terhadap pendidikan, kesejahteraan mental, dan perkembangan fisik anak-anak mereka. Hubungan yang penuh kasih antara orang tua dan anak-anak, dikombinasikan dengan lingkungan rumah yang harmonis, sangat penting untuk menumbuhkan pertumbuhan anak-anak dan membekali mereka untuk kesuksesan di masa depan.

Adrian dan Saifudin (2017) lebih lanjut menguraikan bahwa orang tua berperan sebagai pendidik utama dalam unit keluarga, yang menjadikan peran mereka dalam pendidikan sebagai pusat perkembangan anak-anak mereka. Efektivitas praktik pengasuhan anak secara langsung memengaruhi kemampuan anak untuk mengembangkan kreativitas, kemandirian, dan berkontribusi secara bermakna di masa depan. Dengan demikian, keterlibatan aktif orang tua dalam pendidikan anak-anak mereka sangat penting untuk mencapai tujuan perkembangan ini.

### **c. Jenis Pola Asuh Orang tua**

Diana Baumrind (2013) mengklasifikasikan pola asuh orang tua menjadi tiga jenis, yaitu:

#### **1) Pola Asuh Demokratis (*Authoritative*)**

Pola asuh demokratis (*authoritative*) dicirikan oleh pendekatan yang metodis dan berorientasi pada masalah untuk membimbing aktivitas anak, yang meliputi pembinaan komunikasi terbuka dan penjelasan yang jelas mengenai alasan di balik keputusan orang tua (Darmagita & Susanto, 2022). Pola asuh ini menyeimbangkan antara memberi anak kebebasan yang wajar dan menegakkan ekspektasi perilaku yang jelas. Orang tua yang mengadopsi pendekatan demokratis (*authoritative*) dikenal tegas dan responsif, menunjukkan kemauan untuk mendengarkan anak-anak mereka sambil mempertahankan batasan yang ditetapkan.

Penelitian secara konsisten menemukan bahwa pola asuh demokratis (*authoritative*) berhubungan positif dengan gaya belajar yang efektif, khususnya di antara siswa berprestasi tinggi (Baumrind, 1978). Pola asuh ini tidak hanya menekankan kontrol dan responsivitas, tetapi juga mencakup sikap hangat dan suportif terhadap anak-anak. Lingkungan seperti itu membantu anak-anak memahami ekspektasi sambil merasa didukung dalam perkembangan mereka.

Anak-anak yang tumbuh dalam pola asuh demokratis (*authoritative*) sering kali lebih puas dan mandiri, menunjukkan kapasitas yang lebih tinggi untuk mengelola stres secara efektif. Pola asuh ini menumbuhkan suasana yang mendorong rasa percaya diri dan keterampilan sosial yang baik, sifat-sifat yang membuat mereka disukai oleh kelompok sebayanya.

Secara keseluruhan, pola asuh yang berwibawa dikaitkan dengan banyak hasil positif pada anak-anak, termasuk peningkatan kebahagiaan, kemandirian, dan kompetensi sosial. Lingkungan yang mendukung dan terstruktur yang diciptakan oleh orang tua yang berwibawa memainkan peran penting dalam mempersiapkan anak-anak untuk meraih kesuksesan di masa depan, baik secara akademis maupun sosial.

## **2) Pola Asuh Otoriter (*Authoritarian*)**

Pola asuh otoriter (*authoritarian*) ditandai dengan penekanan pada kepatuhan dan konformitas, dengan orang tua menegakkan aturan ketat yang diharapkan untuk diikuti tanpa memberikan penjelasan. Pendekatan ini ditandai dengan kurangnya kepercayaan dan keterlibatan dalam kehidupan anak, seperti yang dicatat oleh Hoskins (2014), "*authoritarian parents exhibit low levels of trust and engagement toward their child, discourage open communication, and engage in strict control.*"

Hal ini menunjukkan bahwa orang tua otoriter cenderung memiliki komunikasi terbuka yang minimal dan menerapkan kontrol ketat atas perilaku anak-anak mereka. Kontrol ketat ini disertai dengan kekakuan dalam ekspektasi, di mana aturan diterapkan secara tidak fleksibel dan tanpa mempertimbangkan perspektif atau pemahaman anak.

Wahyuni (2021) lebih lanjut menguraikan bahwa gaya pengasuhan otoriter melibatkan hukuman yang keras untuk setiap perilaku yang dianggap tidak diinginkan, dengan aturan yang ditegakkan secara kaku. Pendekatan ini sering kali tidak memiliki fleksibilitas untuk beradaptasi dengan keadaan individu dan gagal mempertimbangkan sudut pandang anak, sehingga menghasilkan lingkungan yang membatasi. Tingkat keparahan konsekuensi dan tidak adanya penjelasan yang memadai berkontribusi pada lingkungan di mana anak-anak merasa dibatasi dan tidak didukung.

Anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh otoriter cenderung menunjukkan tingkat kepatuhan yang tinggi, tetapi mereka sering menghadapi tantangan dalam hal kepercayaan diri dan regulasi diri, terutama dalam interaksi mereka dengan teman sebaya. Pujian yang jarang mereka terima dari orang tua dapat menyebabkan meningkatnya rasa frustrasi dan menurunnya minat dalam kegiatan akademis, seperti yang disoroti oleh Wahyuni (2021). Meskipun memiliki harapan yang tinggi yang mirip dengan pola asuh demokratis, pola asuh otoriter tidak memiliki kehangatan dan hubungan yang mendukung yang diberikan oleh praktik pola asuh otoriter (Alice, 2009)

Menurut Yulya, et al., (2023) pola asuh otoriter memiliki dampak negatif antara lain kurang percaya diri dan adanya kecenderungan anak untuk menarik diri dari lingkungan. Anak-anak dari latar belakang otoriter sering kali berjuang dengan harga diri yang rendah dan kurangnya kepercayaan diri. Fokus pada kontrol dan tidak

adanya dukungan emosional yang melekat dalam gaya pengasuhan ini berkontribusi pada hasil negatif ini, yang mempengaruhi harga diri anak secara keseluruhan dan kemampuan mereka untuk menavigasi interaksi sosial secara efektif. Sifat pola asuh otoriter membatasi dan merusak perkembangan rasa percaya diri dan ketahanan emosional pada anak-anak.

### 3) Pola Asuh Permisif (*Permissive*)

Orang tua yang menerapkan pola asuh permisif diwujudkan oleh fokus mereka pada kebutuhan anak-anak mereka, menunjukkan kehangatan yang tinggi tetapi hanya memberikan sedikit kontrol. Menurut Baumrind orang tua yang permisif menghindari konflik dan enggan mendisiplinkan anak-anak mereka. Mereka lebih suka dipandang sebagai pengasuh yang memenuhi keinginan anak-anak mereka tanpa secara aktif terlibat dalam pembentukan atau perubahan kepribadian atau perilaku anak-anak mereka untuk keuntungan di masa depan (Baumrind, 2013).

Pola asuh permisif ini cenderung mengabaikan kebutuhan akan hukuman, mencerminkan rasa tanggung jawab orang tua yang lebih rendah dan terkadang mengabaikan kebutuhan anak-anak mereka. Akibatnya, anak-anak dari orang tua yang permisif sering kali mengalami kesulitan dalam regulasi diri dan kontrol perilaku karena mereka tidak menerima bimbingan yang tepat. Anak-anak ini mungkin juga menunjukkan kurangnya kemandirian dan kesulitan dalam pengendalian diri (Alice, 2009).

Wahyuni (2021) mencatat bahwa, meskipun tampak bahagia, anak-anak yang dibesarkan dengan pola asuh permisif mungkin merasa kesulitan untuk mengatasi stres dan cenderung mengecewakan jika keinginan mereka tidak terpenuhi. Anak-anak seperti itu dapat menunjukkan ketidakdewasaan, agresi, dan kecenderungan untuk mendominasi teman sebayanya, seringkali tidak memiliki pola pikir

yang berorientasi pada hasil. Baumrind (2013) mengidentifikasi dua sub tipe pola asuh permisif: permisif-manja dan permisif-acuh tak acuh. Orang tua yang permisif-manja sangat terlibat dalam kehidupan anak-anak mereka tetapi menetapkan sedikit batasan atau aturan, yang menyebabkan anak-anak mungkin tidak belajar disiplin diri dan terus-menerus mengharapkan keinginan mereka terpenuhi.

Di sisi lain, orang tua yang permisif-acuh tak acuh hanya terlibat sedikit dalam kehidupan anak-anak mereka. Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua yang permisif acuh tak acuh biasanya memiliki rasa percaya diri yang rendah, pengendalian diri yang buruk, dan harga diri yang rendah. Kurangnya keterlibatan orang tua ini berkontribusi pada kesulitan mereka dalam mengembangkan regulasi diri dan ketahanan emosional yang efektif.

#### **d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh Orang Tua**

Nufus & Adu (2020) melaporkan bahwa menurut Mindell terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan pola asuh dalam keluarga, yaitu:

##### **1) Budaya setempat**

Meliputi semua peraturan, standar, tradisi, dan praktik budaya yang berkembang di dalamnya.

##### **2) Ideologi Diri Orang Tua**

Orang tua yang memiliki keyakinan dan ideologi tertentu cenderung menanamkan pandangan ini kepada anak-anak mereka dengan harapan bahwa nilai-nilai dan prinsip-prinsip ini akan diserap dan dipupuk oleh anak-anak saat mereka tumbuh dewasa. Dengan berbagi perspektif dan keyakinan mereka sendiri, orang tua bertujuan untuk menanamkan ideologi-ideologi ini pada anak-anak mereka, dengan harapan bahwa ide-ide dasar ini akan membentuk

sikap dan perilaku anak-anak di masa depan, dan menjadi bagian integral dari perkembangan pribadi mereka.

### **3) Letak Geografis dan Norma Etis**

Penduduk daerah dataran tinggi memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan dengan penduduk yang tinggal di daerah dataran rendah, yang dibentuk oleh tuntutan dan tradisi khusus yang telah berkembang di setiap daerah. Kondisi lingkungan dan praktik budaya yang unik di daerah ini berkontribusi terhadap perbedaan yang terlihat dalam gaya hidup, adat istiadat, dan norma sosial antara penduduk dataran tinggi dan dataran rendah. Variasi ini mencerminkan bagaimana faktor regional memengaruhi cara masyarakat beradaptasi dengan lingkungan mereka dan menegakkan cara hidup tradisional mereka.

### **4) Orientasi Religius**

Orang tua yang menganut agama tertentu dan memegang kepercayaan agama tertentu sering kali berupaya keras untuk memastikan bahwa anak-anak mereka akan menganut kepercayaan yang sama di masa mendatang. Mereka secara aktif berusaha mewariskan praktik dan nilai-nilai agama mereka, dengan harapan bahwa anak-anak mereka tidak hanya akan memahami tetapi juga memeluk dan mengikuti tradisi-tradisi ini. Upaya ini berakar pada keinginan untuk menjaga kesinambungan iman dalam keluarga dan melihat anak-anak mereka selaras dengan prinsip-prinsip dan praktik spiritual yang mereka junjung tinggi.

### **5) Status Ekonomi**

Perekonomian yang mapan, beserta peluang, fasilitas, dan lingkungan material yang tersedia, cenderung memengaruhi perkembangan pola pengasuhan yang paling sesuai untuk anak. Ketika orang tua memiliki akses ke sumber daya keuangan yang memadai dan lingkungan yang mendukung, mereka cenderung mengadopsi pendekatan pengasuhan yang secara efektif memenuhi

kebutuhan dan kesejahteraan anak-anak mereka. Konteks material yang mendukung ini membantu membimbing orang tua dalam menciptakan lingkungan yang mendorong perkembangan positif dan sejalan dengan kebutuhan serta potensi anak mereka.

## **6) Gaya Hidup**

Gaya hidup individu yang tinggal di daerah pedesaan dibandingkan dengan mereka yang tinggal di kota besar sering kali menunjukkan variasi yang jelas dalam cara interaksi antara orang tua dan anak dikelola dan diatur. Di lingkungan pedesaan, cara orang tua berinteraksi dengan anak-anak mereka dan dinamika kehidupan keluarga secara keseluruhan mungkin berbeda secara signifikan dari mereka yang tinggal di lingkungan perkotaan. Ketimpangan ini muncul dari konteks sosial, ekonomi, dan budaya yang berbeda antara kehidupan di pedesaan dan kota, yang memengaruhi cara keluarga membangun dan memelihara hubungan dan interaksi mereka. Akibatnya, metode dan praktik pengasuhan dan komunikasi dapat sangat bervariasi tergantung pada apakah seseorang tinggal di daerah pedesaan atau perkotaan.

### **e. Pengukuran Pola Asuh Orang tua**

*Parental Authority Questionnaire (PAQ)* yang awalnya dikembangkan oleh Buri pada tahun 1991, dirancang untuk menilai berbagai pola pengasuhan anak. Menyadari perlunya pendekatan yang diperbarui maka pada tahun 2002 dikembangkan kembali alat ukur pola asuh orangtua tersebut dengan sebutan *Parental Authority Questionnaire-Revised (PAQ-R)*. Alat ukur ini didesain berdasarkan klasifikasi gaya pengasuhan Baumrind (Reitman et al., 2002), yang mencakup pendekatan otoriter, demokratis, dan permisif. Instrumen yang diperbaharui ini menampilkan total 30 pernyataan, dengan masing-masing gaya pengasuhan diwakili oleh 10 item tertentu.

Kuesioner menggunakan skala likert bagi responden untuk menunjukkan jawaban mereka, yang memungkinkan evaluasi praktik pengasuhan anak.

## **2. Regulasi Diri**

### **a. Pengertian**

Zimmerman (1989) dalam jurnalnya menyebutkan bahwa *“In general, students can be described as self-regulated to the degree that they are metacognitively, motivationally, and behaviorally active participants in their own learning process”*. Regulasi diri merupakan proses komprehensif yang mencakup aspek metakognitif, motivasi, dan sikap, di mana peserta didik mengambil peran aktif dalam pembelajaran mereka sendiri. Hal ini melibatkan inisiatif dan pengarahan usaha mereka secara mandiri, alih-alih bergantung pada sumber bimbingan eksternal seperti guru atau orang tua.

Agar peserta didik dianggap memiliki regulasi diri, mereka harus menggunakan strategi khusus yang dirancang untuk mencapai tujuan akademis mereka, didorong oleh rasa percaya diri mereka sendiri. Hakikat regulasi diri bergantung pada tiga elemen mendasar: penggunaan strategi pembelajaran yang diatur sendiri, keyakinan kuat terhadap kemampuan diri sendiri, dan komitmen yang berdedikasi untuk mencapai tujuan akademis.

### **b. Tahapan Regulasi Diri**

Pengembangan regulasi diri melibatkan beberapa tahap, yang masing-masing penting bagi individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Menurut Manab (2016) tahapan regulasi diri ini meliputi:

### **1) *Receiving***

Tahap awal bagi seorang siswa melibatkan penerimaan dan pemrosesan informasi awal. Pada tahap ini, sangat penting bahwa informasi yang diberikan berkualitas tinggi dan relevan, karena informasi tersebut menjadi dasar bagi perjalanan belajar siswa. Informasi awal yang efektif memungkinkan siswa untuk mulai menghubungkan pengetahuan baru dengan konsep yang sudah ada, sehingga memfasilitasi pemahaman yang lebih terintegrasi dan komprehensif tentang materi pelajaran.

### **2) *Evaluating***

Tahap ini melibatkan pemrosesan informasi awal yang telah dikumpulkan siswa. Dalam fase ini, siswa terlibat dalam analisis komparatif, menyandingkan isu lingkungan yang mereka hadapi dengan opini dan pengetahuan yang telah mereka bentuk sebelumnya. Tahap ini penting karena memungkinkan siswa untuk menyusun dan menilai informasi dan perbandingan yang telah mereka buat. Melalui evaluasi ini, siswa dapat mengidentifikasi langkah selanjutnya yang tepat untuk diambil, sehingga membentuk pendekatan mereka untuk menyelesaikan masalah dan memandu proses pembelajaran mereka yang sedang berlangsung.

### **3) *Searching***

Tahap ini melibatkan pencarian solusi untuk masalah tersebut. Setelah siswa menyelesaikan proses *evaluating*, mereka melanjutkan ke tahap ini untuk mengatasi dan menyelesaikan setiap perbedaan yang telah diidentifikasi. Tujuannya adalah untuk mengembangkan dan menerapkan solusi yang secara efektif mengatasi masalah dan mengurangi perbedaan yang muncul. Proses pemecahan masalah ini penting untuk mengatasi tantangan dan mencapai hasil yang diinginkan.

### **4) *Formulating***

Tahap ini melibatkan penetapan tujuan atau rencana yang berfungsi sebagai target, sambil mempertimbangkan berbagai faktor seperti waktu, lokasi, sumber daya, dan elemen pendukung lainnya. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa tujuan-tujuan ini dicapai dengan cara yang efektif dan efisien. Dengan mempertimbangkan aspek-aspek ini, siswa dapat membuat pendekatan yang terstruktur dengan baik yang secara optimal mendukung upaya mereka dalam mencapai tujuan mereka.

#### **5) *Implementing***

Tahap ini melibatkan pelaksanaan rencana yang telah disusun sebelumnya. Selama fase ini, tindakan yang dilakukan harus selaras dengan rencana dan difokuskan pada pencapaian tujuan yang ditetapkan. Memastikan bahwa setiap langkah dilaksanakan secara efektif dan sesuai dengan strategi yang direncanakan sangat penting untuk mencapai kemajuan menuju tujuan.

#### **6) *Assessing***

Tahap ini merupakan fase terakhir dalam mengevaluasi efektivitas rencana dan tindakan yang telah dilaksanakan pada langkah-langkah sebelumnya. Tahap ini melibatkan penilaian seberapa baik strategi dan upaya ini telah berkontribusi dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan mengukur keberhasilan rencana dan tindakan yang dilaksanakan, seseorang dapat menentukan kemandirian keseluruhannya dan membuat penyesuaian yang diperlukan untuk perbaikan di masa mendatang.

### **c. Aspek Regulasi Diri**

Regulasi diri dapat diartikan juga sebagai ketahanan diri terhadap rangsangan dari lingkungan luar. Lebih lanjut Manab (2016) melaporkan ada beberapa aspek yang mendasari terbentuknya regulasi diri, yaitu:

## 1) Metakognitif

Metakognisi melibatkan kemampuan individu untuk mengenali dan memahami proses kognitif mereka sendiri, yang pada dasarnya merefleksikan pemikiran mereka sendiri. Konsep ini tidak hanya mencakup kesadaran akan aktivitas mental seseorang, tetapi juga kapasitas untuk merefleksikan dan mengevaluasi proses-proses ini secara kritis. Metakognisi sering kali terwujud sebagai peningkatan rasa ingin tahu atau minat pada subjek tertentu, yang memotivasi individu untuk lebih memahaminya. Kesadaran diri yang meningkat ini penting karena memungkinkan individu untuk menentukan dan menerapkan strategi efektif yang dapat meningkatkan kinerja kognitif mereka dari waktu ke waktu. Dengan memperoleh wawasan tentang pola belajar dan berpikir mereka, individu dapat menyempurnakan pendekatan mereka terhadap pemecahan masalah dan pembelajaran, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan kognitif mereka secara keseluruhan. Pengetahuan metakognitif ini berperan penting dalam membimbing individu untuk mengatur dan menyempurnakan strategi kognitif mereka, yang mengarah pada peningkatan kinerja dan hasil belajar yang lebih sukses.

## 2) Motivasi

Istilah "motif" berasal dari kata Latin "movere", yang berarti bergerak atau *to move*. Istilah ini menggambarkan kekuatan internal yang mendorong organisme untuk bertindak. Oleh karena itu, motivasi mencakup faktor apa pun yang mendorong seseorang untuk bertindak atau *driving force*. McDonald menjelaskan bahwa motivasi melibatkan perubahan energi internal, yang ditandai dengan munculnya perasaan tertentu dan didorong oleh tujuan tertentu. Pergeseran energi ini terlihat melalui aktivitas fisik. Salah satu manfaat utama motivasi adalah menumbuhkan motivasi intrinsik, otonomi, dan tingkat kepercayaan diri yang tinggi terhadap

kemampuan seseorang. Elemen-elemen ini secara kolektif meningkatkan dorongan seseorang untuk bertindak dan mencapai tujuan mereka.

Dapat disimpulkan, motivasi berfungsi sebagai katalis bagi individu untuk memulai perubahan pribadi yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi merupakan pendorong penting yang mendorong upaya dan tekad seseorang. Orang yang memiliki tingkat motivasi tinggi dalam upaya belajar mereka menunjukkan kepercayaan diri dan kegigihan yang lebih besar, sehingga memungkinkan mereka untuk mencapai hasil akademis yang unggul. Dorongan yang kuat ini tidak hanya meningkatkan kinerja mereka tetapi juga membantu mereka mengatasi rintangan dan bertahan dalam upaya mereka untuk mencapai keunggulan (Djamarah, 2012).

### **3) Perilaku**

Perilaku belajar mencakup sikap dan tindakan yang ditunjukkan siswa dalam menanggapi kegiatan belajar mengajar, yang mencerminkan tingkat antusiasme dan rasa tanggung jawab mereka terhadap kesempatan pendidikan ini. Perilaku ini menyoroti seberapa terlibat dan berkomitmennya siswa dalam proses pembelajaran mereka. Perilaku melibatkan lebih dari sekadar reaksi; perilaku mencakup upaya sadar individu untuk mengatur diri sendiri, membuat pilihan yang tepat, dan menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitas mereka. Ini berarti bahwa siswa secara aktif mengelola proses pembelajaran mereka sendiri, memilih strategi yang tepat, dan membentuk lingkungan mereka untuk mendukung upaya pendidikan mereka, sehingga meningkatkan pengalaman akademis mereka secara keseluruhan.

#### **d. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri**

Zimmerman (1989) mengidentifikasi tiga faktor kunci yang mempengaruhi regulasi diri, yaitu :

##### **1) Individu**

Aspek individu dipengaruhi oleh tiga faktor utama: pengetahuan individu, kemampuan metakognitif, dan penetapan tujuan yang ingin dicapai. Siswa dengan pengetahuan yang lebih besar akan lebih mudah mengelola perilaku dan proses pembelajaran mereka sendiri, karena mereka memiliki pemahaman yang lebih luas tentang pokok bahasan. Demikian pula, tingkat kemampuan metakognitif yang lebih tinggi berkontribusi pada pengelolaan diri yang lebih efektif, yang memungkinkan siswa untuk memantau dan mengendalikan proses kognitif mereka dengan lebih baik.

Selain itu, memiliki tujuan yang lebih banyak mendorong siswa untuk meningkatkan kapasitas regulasi diri mereka, karena keinginan untuk mencapai tujuan ini memotivasi mereka untuk mengadopsi strategi regulasi diri yang lebih baik. Faktor-faktor ini memainkan peran penting dalam meningkatkan kemampuan siswa untuk mengatur pembelajaran dan perilaku mereka sendiri secara efektif.

##### **2) Perilaku**

Perilaku berkaitan dengan bagaimana seseorang memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya. Ada tiga tahap yang terkait dengan regulasi diri, yaitu:

###### *a) Self Observation*

Peserta didik merenungkan keadaan diri dan perilaku mereka sendiri.

#### *b) Self Judgement*

Peserta didik menilai kinerja aktual mereka dengan mengukurnya berdasarkan standar dan tujuan yang telah ditetapkan. Perbandingan ini memungkinkan mereka untuk mengidentifikasi kekurangan atau area di mana kinerja mereka kurang. Dengan mengevaluasi hasil mereka dalam kaitannya dengan kriteria yang telah ditentukan, Peserta didik dapat mengenali kelemahan tertentu dan mengidentifikasi peluang untuk perbaikan. Proses reflektif ini membantu mereka memahami seberapa baik mereka memenuhi tujuan mereka dan di mana penyesuaian mungkin diperlukan untuk meningkatkan kinerja mereka..

#### *c) Self Reaction*

Peserta didik menyesuaikan diri dengan rencana yang telah dibuat dan ditetapkan.

### **3) Lingkungan**

Teori kognitif sosial sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor dan pengalaman sosial yang dialami siswa, yang dibentuk oleh lingkungan sekitar mereka. Lingkungan ini memainkan peran penting dalam memfasilitasi atau menghambat perkembangan mereka. Teori ini menyatakan bahwa cara siswa belajar dan berkembang sangat dipengaruhi oleh konteks sosial tempat mereka berada, dengan faktor-faktor eksternal yang memberikan dukungan atau menghadirkan tantangan bagi pertumbuhan mereka. interaksi dan pengalaman dalam lingkungan ini sangat penting dalam menentukan seberapa efektif siswa dapat maju dan berhasil.

## **e. Langkah-Langkah Regulasi Diri**

Menurut Zimmerman (1989), terdapat tiga proses dalam langkah-langkah regulasi diri, yaitu :

### **1) Observasi diri**

Melalui pengamatan diri, Peserta didik dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang kinerja mereka sendiri, yang memungkinkan mereka untuk membuat penyesuaian dan perbaikan yang tepat. Dengan menilai tindakan dan hasil mereka secara kritis, mereka memperoleh wawasan tentang area yang perlu ditingkatkan dan dapat mengubah pendekatan mereka sesuai dengan itu untuk meningkatkan kinerja mereka secara keseluruhan. Proses reflektif ini membantu mereka mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan, yang memungkinkan mereka untuk menyempurnakan strategi mereka dan mencapai hasil yang lebih baik..

### **2) Evaluasi diri**

Melalui evaluasi diri, siswa dapat menilai apakah tindakan mereka berjalan ke arah yang benar atau tidak.

### **3) Reaksi diri**

Reaksi diri ini dapat menghasilkan dorongan internal dalam diri peserta didik untuk mengenali dan menunjukkan kompetensi mereka sendiri. Saat mereka mencapai penguasaan ini, siswa merasakan kepuasan pribadi, yang meningkatkan antusiasme mereka untuk terlibat dalam tugas. Minat yang meningkat ini, pada gilirannya, meningkatkan ketahanan dan kemampuan mereka untuk mengatasi berbagai tantangan, menumbuhkan pendekatan yang lebih bertekad dan gigih untuk mengatasi rintangan.

### 3. Wellbeing Peserta Didik

#### a. Pengertian

*Wellbeing* dalam lingkungan pendidikan mencakup berbagai komponen penting, termasuk peran guru, siswa, orang tua, lingkungan sekolah secara keseluruhan, dan ketersediaan fasilitas pendukung. Masing-masing elemen ini memainkan peran penting dalam menciptakan suasana positif dan mendukung yang mendukung pertumbuhan dan pembelajaran peserta didik. *wellbeing* yang efektif di sekolah bergantung pada interaksi antara faktor-faktor ini, yang memastikan bahwa semua aspek pengalaman pendidikan berkontribusi pada kesehatan dan kebahagiaan peserta didik secara keseluruhan.

Konsep *wellbeing* Richard M. Ryan diartikulasikan melalui dua pendekatan yang berbeda yaitu *hedonic approach* dan *eudaimonic approach*. Perspektif hedonis berfokus pada pencapaian *wellbeing* melalui kesenangan dan penghindaran ketidaknyamanan dan tantangan. Perspektif ini berpusat pada gagasan bahwa kehidupan yang memuaskan adalah kehidupan di mana siswa dapat menikmati diri mereka sendiri dan menghindari masalah. Di sisi lain, perspektif eudaimonik menekankan pertumbuhan pribadi dan realisasi potensi seseorang, yang menunjukkan *wellbeing* sejati muncul dari upaya aktualisasi diri dan pemenuhan fungsi manusia yang melekat pada diri seseorang (Ryan, 2001).

Dalam praktiknya, pembinaan *wellbeing* siswa di sekolah memerlukan upaya kolaboratif di antara semua pemangku kepentingan, dengan mengintegrasikan kesejahteraan ke dalam setiap aspek proses pembelajaran. Ini termasuk memastikan bahwa siswa memiliki akses ke sumber daya dan fasilitas yang diperlukan, membina hubungan sosial yang positif, mendorong pengembangan sifat-sifat karakter yang membangun, dan menjaga kesehatan fisik mereka. Dengan menangani area-area ini, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan siswa secara keseluruhan dan mengoptimalkan pengalaman pendidikan mereka.

### **b. Faktor Yang Mempengaruhi Terciptanya Wellbeing Peserta Didik**

Penelitian tentang wellbeing siswa, yang awalnya difokuskan pada orang dewasa, kini telah meluas hingga mencakup masa kanak-kanak dan remaja. Pergeseran ini menyoroti pentingnya pengalaman wellbeing di awal, dengan mengakui bahwa pengalaman tersebut memainkan peran penting dalam membentuk hasil kehidupan di masa depan. Telah menjadi jelas bahwa *wellbeing* siswa terkait erat dengan pengalaman pendidikan mereka, terbukti melalui kepuasan mereka terhadap sekolah, keterlibatan dalam kegiatan belajar, dan perilaku sosial dan emosional mereka (Ianah A., 2021).

Pentingnya memastikan *wellbeing* siswa dalam lingkungan pendidikan tidak dapat dilebih-lebihkan, karena hal itu berdampak signifikan pada kinerja akademik. Beberapa faktor berkontribusi terhadap *wellbeing* siswa, yang mencakup karakteristik individu dan kondisi eksternal. Kehadiran lingkungan belajar yang mendukung dan penerapan metode pendidikan yang menarik, seperti permainan interaktif dan permainan peran, sangat penting dalam menumbuhkan rasa wellbeing yang positif di kalangan siswa.

Keselarsan lembaga pendidikan dengan harapan siswa juga memainkan peran penting dalam meningkatkan wellbeing mereka. Sekolah yang memenuhi atau melampaui harapan ini berkontribusi pada pengalaman pendidikan yang lebih positif dan memuaskan. Oleh karena itu, menciptakan lingkungan yang mendukung wellbeing siswa melalui fasilitas yang memadai dan metode pengajaran yang inovatif adalah kunci untuk meningkatkan kepuasan mereka secara keseluruhan dan keberhasilan akademis (Green, et al., 2013).

### **c. Karakteristik Wellbeing Peserta Didik**

Noble dan McGrath mendefinisikan *wellbeing* siswa sebagai kondisi emosional berkelanjutan yang ditandai oleh beberapa karakteristik seperti *positivity* (*mood/suasana hati*) yang umumnya optimis dan perilaku

yang konstruktif, *resilience* (ketahanan), *self optimisation* (optimisasi diri), dan *satisfaction* (kepuasan) (Aris, 2017).

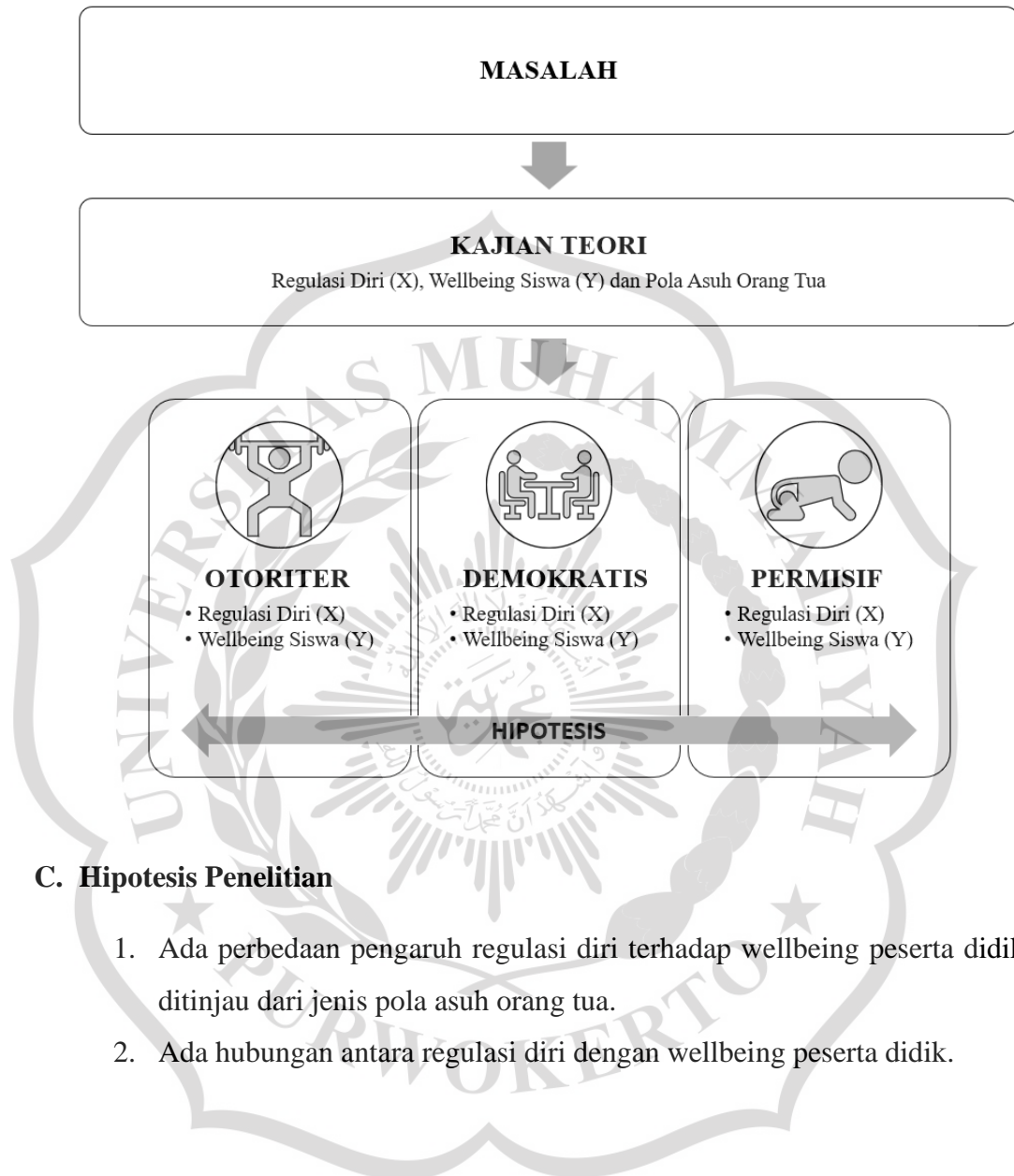
*Positivity* mencakup pengembangan hubungan positif dengan teman sebaya dan guru, serta kepuasan yang diperoleh siswa dari pengalaman pendidikan mereka. Kondisi ini terbukti dalam pandangan emosional siswa secara keseluruhan, interaksi mereka dengan orang lain, dan sikap umum mereka terhadap lingkungan sekolah mereka.

*Resilience* adalah aspek penting lain dari kesejahteraan siswa, yang mewakili kemampuan untuk bangkit kembali dan mempertahankan emosi positif bahkan dalam menghadapi kesulitan. Sifat ini menyoroti kapasitas siswa untuk menghadapi tantangan, menjaga stabilitas emosional selama masa-masa sulit, dan akhirnya kembali ke kondisi kesejahteraan. Ketahanan menggarisbawahi pentingnya memiliki sistem pendukung yang kuat dan *resilience* pribadi dalam menangani dan mengatasi rintangan hidup secara efektif.

*Self optimisation* melibatkan kesadaran realistis siswa dan pemanfaatan kemampuan mereka untuk meningkatkan potensi pribadi mereka di berbagai aspek kehidupan mereka. Ini termasuk dimensi intelektual, sosial, emosional, fisik, dan spiritual. Konsep ini mencerminkan dorongan siswa untuk menerapkan dan mengembangkan keterampilan serta bakat mereka guna mencapai pertumbuhan dan peningkatan pribadi. Konsep ini merupakan pendekatan optimis untuk memanfaatkan kemampuan seseorang demi pengembangan berkelanjutan.

*Satisfaction* (kepuasan), yang mengacu pada rasa puas yang dirasakan siswa terkait kualitas dan relevansi pengalaman pendidikan mereka. Konsep ini mencakup bagaimana siswa memandang peran dan pengaruh mereka dalam proses pembelajaran. Kepuasan terkait dengan seberapa terlibat dan puasnya siswa dengan perjalanan pendidikan mereka dan keterlibatan mereka secara keseluruhan di dalamnya (Aris, 2017).

## B. Kerangka Pikir Penelitian



## C. Hipotesis Penelitian

1. Ada perbedaan pengaruh regulasi diri terhadap wellbeing peserta didik ditinjau dari jenis pola asuh orang tua.
2. Ada hubungan antara regulasi diri dengan wellbeing peserta didik.