

## HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DAN *SELF-EFFICACY* DENGAN HASIL BELAJAR BIOLOGI DI KELAS XI MIPA

Masyitoh Khumrotun Zulaikhah, Romy Faisal Mustofa, Dita Agustian\*

<sup>1</sup>Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi, Jl. Siliwangi No. 24 Tasikmalaya, Jawa Barat, Indonesia

\*corresponding author | email: [dita.agustian@unsil.ac.id](mailto:dita.agustian@unsil.ac.id)

Received: 4 Oktober 2023

Accepted: 20 Februari 2024

Published: 28 Februari 2024

### ABSTRAK

doi <http://dx.doi.org/10.17977/um052v15i1p1-8>

Keberhasilan belajar peserta didik dipengaruhi oleh banyak faktor di antaranya *self-management* dan *self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dari kedua aspek tersebut dengan hasil belajar pada pelajaran biologi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis data uji korelasi berganda. Penelitian dilakukan di salah satu SMA Negeri di Kota Tasikmalaya dengan sampel penelitian sebanyak 50 peserta didik yang ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan terdiri dari instrumen *self-management* yang terdiri dari empat indikator yaitu *self-motivation*, *self-organization*, *self-control*, dan *self-development*, serta instrumen *self-efficacy* yang terdiri dari 3 indikator yaitu *magnitude*, *strength*, dan *generality*. Sementara itu, data hasil belajar diperoleh dari nilai PAS (Penilaian Akhir Semester) peserta didik. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji regresi korelasi bivariat. Berdasarkan hasil penelitian, besar koefisien korelasi antara *self-management* dan *self-efficacy* terhadap hasil belajar adalah sebesar 0,303 dan berada pada kategori yang rendah. Kemudian diperoleh juga nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,092 atau 9,2% artinya terdapat sedikit kontribusi dari kedua variabel bebas terhadap hasil belajar Biologi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *self-management* dan *self-efficacy* dengan hasil belajar Biologi peserta didik.

**Kata Kunci :** *Self-management, Self-efficacy, Hasil Belajar*

Students' learning success is influenced by many factors including self-management and self-efficacy. This research aims to find out the relationship of these two aspects with the results of learning in biology lessons. This research uses quantitative methods with double correlation test data analysis techniques. The research was conducted at one of the State High Schools in the city of Tasikmalaya with a sample of 50 pupils determined using purposive sampling techniques. The instruments used consist of self-management instruments that consist of four indicators: self-motivation, self-organization, Self-control, and self-development, as well as self-efficacy instruments which consist of three indicators namely magnitude, strength, and generality. Meanwhile, learning results data is obtained from PAS (Semester End Assessment) students. The data analysis technique used is a bivariate correlation regression test. Based on the results of the study, the large correlation coefficient between self-management and self-efficacy towards learning outcomes is 0.303 and is in the low category. Then obtained also the value of the determination factor ( $R^2$ ) of 0.092 or 9.2%, which means there is little contribution of both free variables to the learning outcome of Biology. So it can be concluded that there is no significant correlation between self-management and self-efficacy with the learning results of Biology students.

**Keywords :** *Self-management, Self-efficacy, Learning Outcome*

Sekolah adalah salah satu lembaga pendidikan formal yang memiliki tanggung jawab untuk mempersiapkan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi. Sekolah tidak hanya bertugas mengembangkan kemampuan kognitif siswa, tetapi juga aspek afektif dan psikomotorik. Ketiga kemampuan siswa tersebut dapat dicapai apabila guru mampu mengarahkan proses pembelajaran yang aktif, bermakna, dan menyenangkan bagi siswa. Dengan kata lain sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang dirancang untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan anak di bawah bimbingan dan pengawasan dari guru (Dewi, 2019).



<http://journal2.um.ac.id/index.php/jpb>



[jpb.journal@um.ac.id](mailto:jpb.journal@um.ac.id)

Aspek afektif (sikap) adalah salah satu komponen penting yang mendukung proses belajar siswa. Untuk menilai aspek afektif siswa, salah satu yang bisa diperhatikan adalah kemampuan pengelolaan diri atau manajemen diri (*self-management*). Setiap siswa perlu mampu mengatur dan mengelola dirinya dengan baik, terutama dalam kegiatan belajar. Jawwad (2004) menyatakan bahwa manajemen diri adalah proses mengatur, menata, dan mengorganisasikan diri seseorang sehingga dapat mengelola semua urusannya dengan baik. Dalam konteks pembelajaran, *self-management* adalah kemampuan individu untuk mengatur dan mengelola berbagai aspek diri mereka selama proses belajar. Contoh-contoh dari *self-management* meliputi kemampuan mengendalikan emosi, menghargai orang lain, mengatur waktu dengan efektif, mengelola fokus dan konsentrasi dalam belajar, serta menghindari perilaku yang menyimpang dengan mematuhi aturan dan norma yang berlaku (Dewi, 2019).

*Self-management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie, 2000). Lebih lanjut Gie menyatakan bahwa *self-management* mencakup sekurang-kurangnya empat bentuk perbuatan sebagai berikut: (1) pendorongan diri (*Self-motivation*); (2) penyusunan diri (*Self Organization*); (3) pengendalian diri (*Self-control*); dan (4) pengembangan diri (*Self-development*) (Supriyati, 2013).

Selain *self-management*, *self-efficacy* juga dibutuhkan untuk memaksimalkan hasil belajar peserta didik. *Self-efficacy* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas dengan baik. Dengan adanya *self-efficacy*, seseorang cenderung melakukan tindakan yang memiliki arah dan tujuan yang jelas, yang akan membimbingnya menuju keberhasilan (Oktariani, 2018). Dalam proses pembelajaran, hasil belajar yang diperoleh saja tidak cukup karena pada kenyataannya banyak peserta didik yang masih kurang yakin dengan kemampuannya (Bandura, 1994). Oleh karena itu *self-efficacy* memiliki peran penting dalam kegiatan belajar karena *self-efficacy* mampu membangkitkan motivasi di dalam diri sehingga membantu seseorang dalam mencapai tujuannya (Rizkiana, 2017). Maka dari itu, dalam pembelajaran Biologi hendaknya setiap peserta didik harus mampu menyadari dan mengembangkan kemampuan *self-management* dan *self-efficacy* yang dimilikinya secara optimal untuk memperbaiki kualitas diri dalam meningkatkan hasil belajar Biologi yang didapatkan (Andrini, 2021 )

Dalam pendidikan, *self-management* dan *self-efficacy* sangat dibutuhkan oleh setiap peserta didik, karena dua aspek afektif tersebut merupakan pengelolaan perilaku dan keyakinan kemampuan diri siswa, dengan *self-management* dan *self-efficacy* siswa dapat menyadari tujuan apa yang akan dicapai dalam belajar. Sehingga, dalam seluruh jenjang pendidikan siswa harus dapat menyadari *self-management* dan *self-efficacy* dalam belajar. Salah satunya pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) terutama pada mata pelajaran Biologi. Biologi adalah salah satu bagian dari Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) yang mempelajari makhluk hidup, lingkungan serta hubungan antara makhluk hidup tersebut dengan lingkungan alam sekitarnya. Materi biologi tidak hanya menekankan pada penguasaan konsep, fakta atau prinsip-prinsip saja, akan tetapi juga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan siswa terhadap lingkungan. Jadi, dalam pembelajaran Biologi siswa harus dapat mengenali *self-management* (pengelolaan diri) dan *self-efficacy* (keyakinan kemampuan diri) dalam belajar.

*Self-management* dan *self-efficacy* dalam proses pembelajaran Biologi juga digunakan untuk melatih siswa berusaha semaksimal mungkin mengelola dirinya dan memiliki keyakinan dalam belajar, dimana siswa dapat menetapkan tujuan bagi dirinya sendiri dan mengontrol perilaku sendiri dalam belajar untuk mendapatkan hasil belajar yang baik. Sehingga, salah satu cara yang dapat dikembangkan untuk melatih *self-management* dan *self-efficacy* adalah dengan membuat siswa menjadi termotivasi dan aktif dalam pembelajaran (Novrianti, 2018).

Pada kenyataannya, kondisi yang terjadi di kelas XI MIPA pada salah satu SMA Negeri di Tasikmalaya dalam pembelajaran Biologi, guru lebih banyak menggunakan metode ceramah sehingga proses pembelajaran Biologi bersifat verbalistis yang mengakibatkan aktivitas siswa cenderung pasif. Siswa hanya mencatat dan mendengarkan penjelasan dari guru, sehingga mengakibatkan hasil belajar

pada mata pelajaran Biologi tersebut menjadi kurang memuaskan. Hal tersebut didukung oleh fakta bahwa tidak ada kelas yang memenuhi kriteria ketuntasan minimal Penilaian Akhir Semester yaitu sebesar 75. Oleh karena itu, untuk mengatasi permasalahan tersebut, peserta didik harus memiliki konsentrasi tinggi dan kesadaran akan pentingnya *self-management* dan *self-efficacy*, motivasi belajar, serta rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri. Peserta didik harus mempelajari kembali konsep - konsep yang diberikan oleh guru dalam pembelajaran Biologi agar lebih mudah dipahami.

Dalam hal ini peserta didik dituntut untuk memiliki inisiatif sendiri seperti membaca buku, membuat catatan dan resume sendiri, mengulang kembali konsep yang diberikan oleh guru dan juga mengerjakan tugas. Kegiatan tersebut sangat diperlukan siswa untuk menguatkan pemahaman yang telah diterima sebelumnya ketika proses pembelajaran, khususnya pada kegiatan membuat catatan dan resume pembelajaran (Rossana Ramirez-Avila et al., 2021). Hal ini dilakukan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dan peserta didik mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Selain itu, agar proses pembelajaran berhasil, guru harus berperan secara aktif untuk memberi motivasi dan membantu mengembangkan *self-management* dan *self-efficacy* peserta didik. *Self-management* dan *self-efficacy* dapat memicu respons positif untuk mendukung berbagai macam upaya pembelajaran siswa. Sehingga timbul motivasi belajar dalam diri siswa untuk menerima berbagai materi pembelajaran yang diberikan oleh guru. Namun, motivasi dalam diri peserta didik masing-masing tidak sama dan tidak tetap. Oleh karena itu, guru harus mampu menciptakan pembelajaran yang menarik dan menyenangkan agar peserta didik memiliki motivasi belajar yang tinggi (Amelia, 2021). Maka dari itu, penting dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara *self-management* dan *self-efficacy* terhadap hasil belajar Biologi peserta didik.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional yaitu merupakan penelitian yang bertujuan untuk mencari apakah terdapat hubungan antara dua variabel atau lebih dan seberapa besar hubungan antar variabel yang diteliti (Kurniawan, 2016). Pada penelitian ini terdapat dua variabel bebas yaitu *self-management* dan *self-efficacy* serta satu variabel terikat yaitu hasil belajar Biologi peserta didik. Sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 50 orang peserta didik yang berasal dari kelas XI MIPA 1 dan XI MIPA 4.

Data dikumpulkan dengan membagikan kuesioner tertutup kepada peserta didik sebagai responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi instrumen untuk mengukur kemampuan *self-management* dengan menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari (Rapika, 2022) yang terdiri dari 19 pernyataan. Setiap item memiliki alternatif jawaban yang menunjukkan derajat kesesuaian atau ketidakesesuaian dengan diri subjek. Alternatif jawaban terdiri dari empat pilihan, yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Terdapat empat indikator yang diteliti pada *self-development* ini yaitu *self-motivation*, *self-organization*, *self-control*, dan *self-development*.

Sementara *self-efficacy* peserta didik diukur menggunakan kuesioner yang dibuat berdasarkan indikator dan skala keyakinan dari Albert Bandura (1977) yang terdiri dari 23 pernyataan dengan pengisian menggunakan skala 0 sampai 10. Dari 23 pernyataan tersebut, terdapat 12 pernyataan positif dan 11 pernyataan negatif. Kemudian untuk indikator yang dinilai pada *self-efficacy* ini yaitu *magnitude*, *strength*, dan *generality*. Kedua kuesioner tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu. Selain itu, hipotesis diuji menggunakan regresi korelasi bivariat. Sebelum uji hipotesis dan uji regresi dilakukan, terlebih dahulu data diuji normalitas dan linearitasnya sebagai uji prasyarat analisis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis uji regresi korelasi dengan menggunakan SPSS versi 29 *for Windows* diperoleh hasil pada Tabel 1 dan Tabel 2.

**Tabel 1 Hasil Uji Korelasi *Self-management* dan *Self-efficacy* terhadap Hasil Belajar Peserta Didik**

Koefisien R	R Square	Signifikansi
0,303	0,092	0,104

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh nilai koefisien R sebesar 0,303. Nilai ini menyatakan terdapat hubungan yang positif antara *self-management* dan *self-efficacy* dengan hasil belajar peserta didik. Adapun kekuatan hubungan ketiga variabel tersebut berada pada kategori yang rendah. Kemudian berdasarkan tabel tersebut juga diketahui nilai signifikansi sebesar 0,104 (signifikansi > 0,05). Artinya tidak terdapat korelasi yang signifikan antara *self-management* dan *self-efficacy* terhadap hasil belajar peserta didik. Selain itu, juga diketahui nilai koefisien determinasinya sebesar 0,092, yang menyatakan bahwa variabel *self-management* dan *self-efficacy* meskipun tidak berpengaruh secara signifikan, namun memiliki kontribusi sebesar 9,2% terhadap hasil belajar peserta didik apabila diterapkan. Sementara sisanya 90,8% merupakan pengaruh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kemudian untuk mengetahui pola persamaan dan juga besaran pengaruh di antara variabel, maka dilanjutkan pada persamaan regresi. Penjelasan lebih lanjut mengenai persamaan regresi disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2. Rangkuman Uji Regresi**

Model	B	Standar error	Signifikansi
Konstanta	25,536	20,084	0,210
<i>Self-management</i>	0,510	0,330	0,129
<i>Self-efficacy</i>	0,074	0,054	0,179

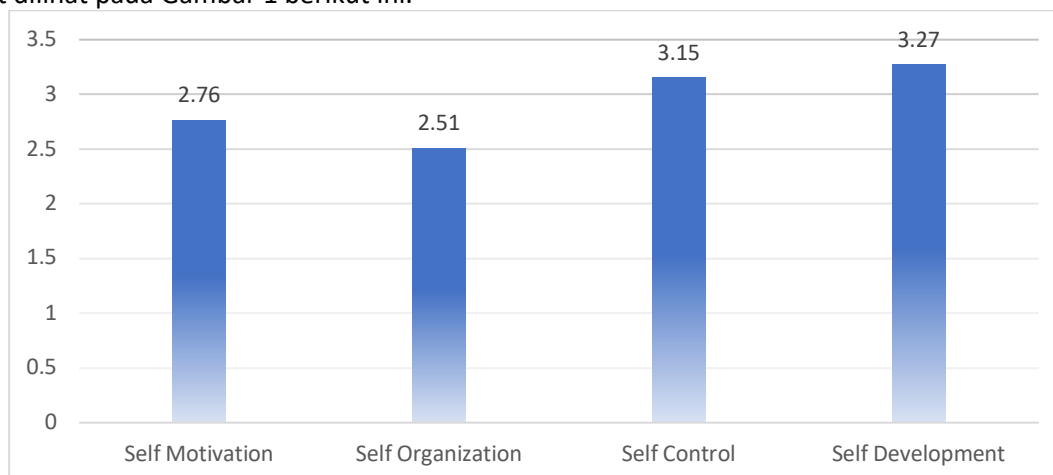
a. Variabel dependen : Hasil belajar

b. Variabel Independen : *self-management* dan *self-efficacy*

Berdasarkan hasil uji regresi diperoleh persamaan garis regresi yaitu  $\hat{Y} = 25,536 + 0,510x_1 + 0,074x_2$ . Konstanta sebesar 25,536 mengandung arti bahwa nilai konsistensi variabel hasil belajar peserta didik sebesar 25,536. Sedangkan koefisien regresi  $x_1$  sebesar 0,510 dan  $x_2$  sebesar 0,074 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *self-management* dan *self-efficacy*, maka nilai hasil belajarnya bertambah 0,510 dan 0,074. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah hubungan variabel X terhadap variabel Y positif.

### *Self-management*

Kemampuan *self-management* diukur dengan menggunakan instrumen pernyataan kuesioner yang berbentuk pernyataan positif dan pernyataan negatif yang totalnya berjumlah 19 butir pernyataan. Pernyataan terbagi ke dalam empat indikator yaitu indikator *Self-motivation*, *Self-organization*, *Self-control*, dan *Self-development*. Rata-rata skor pencapaian tiap tingkatan indikator dapat dilihat pada Gambar 1 berikut ini.



**Gambar 1. Diagram Skor Rata – Rata Indikator *Self-management***

Berdasarkan Gambar 1 dapat dilihat bahwa nilai rata – rata keempat indikator tersebut tidak terlalu jauh berbeda. Adapun indikator dengan nilai rata – rata yang paling tinggi yaitu indikator *Self-development* dengan nilai rata – rata sebesar 3,27. Indikator ini merupakan indikator dengan jumlah soal terbanyak dalam kuesioner yaitu sebanyak 8 soal. Sedangkan indikator dengan nilai rata – rata yang paling rendah yaitu indikator *Self-organization* dengan nilai rata – rata sebesar 2,51 yang juga merupakan indikator dengan jumlah soal paling sedikit dalam kuesioner yaitu hanya sebanyak 2 soal. Berdasarkan tabel tersebut dapat diindikasikan bahwa kemampuan peserta didik dalam peningkatan kualitas diri jauh lebih baik dibandingkan dengan kemampuan peserta didik dalam mengatur dan mengurus diri sendiri.

Indikator *Self-development* dengan nilai 3,27 termasuk pada level sedang (Supriyati, 2013). Hal ini menggambarkan bahwa peserta didik cukup berupaya optimal untuk menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal terutama dalam aspek kecerdasan pikiran, kemampuan kognitif, keterampilan, sikap, karakteristik kepribadian, dan perilaku. Hasilnya siswa menjadi lebih cerdas dalam berpikir dan mempunyai karakteristik kepribadian yang lebih baik sehingga siswa dapat bersosialisasi dengan baik. Selain itu, *self-development* juga dapat membantu peserta didik dalam menyiapkan strategi pembelajaran yang baik untuk dapat mencapai target pengembangan dirinya (Rismayanti et al., 2023).

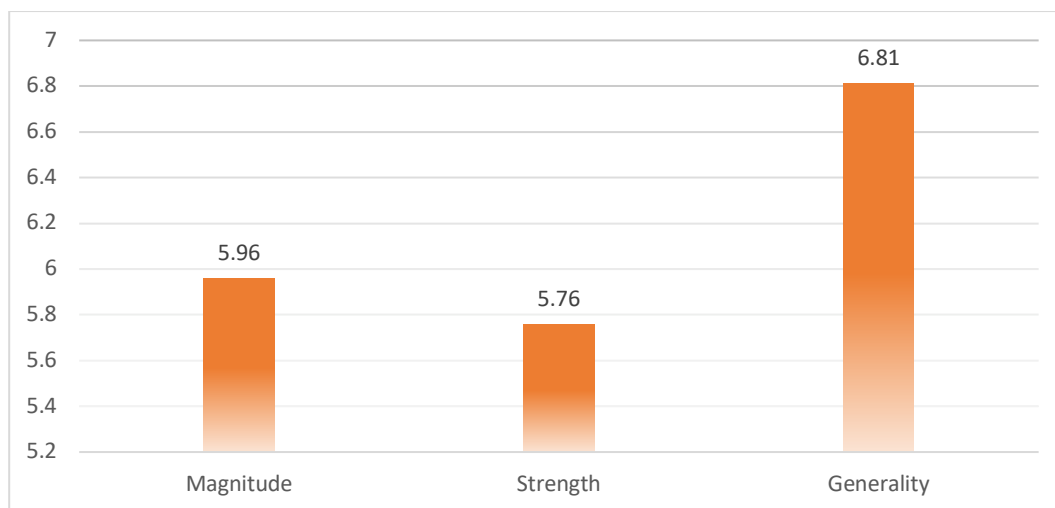
Pada aspek pengendalian diri, siswa berada pada tingkat sedang. Ini berarti upaya siswa sudah cukup optimal dalam membina tekad untuk mendisiplinkan diri, meningkatkan semangat, dan mengarahkan energi untuk benar-benar melakukan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Pengendalian diri yang kuat tentunya akan menghasilkan tekad atau keinginan yang kuat untuk melakukan apa yang perlu dilakukan. Keinginan yang kuat ini akan mendorong semangat untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pengendalian diri yang baik juga membantu siswa memperkuat diri agar bisa menghindari hal-hal yang tidak penting bagi masa depannya dan lebih fokus pada prioritasnya, yaitu belajar sebagai seorang siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian (Bridgett et al., 2013) yang menyatakan bahwa upaya lebih di dalam pengendalian diri dapat membantu seseorang untuk memilih keputusan yang memiliki dampak positif terhadap dirinya.

Aspek selanjutnya yaitu *Self-motivation* berada pada level sedang. Dorongan diri pada peserta didik akan menumbuhkan minat dan keinginan yang kuat untuk belajar, membuat mereka lebih mudah berkonsentrasi selama proses belajar, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, mampu belajar dalam jangka waktu yang lama, serta merasakan kepuasan batin karena belajar telah membantu memperluas pengetahuan tentang berbagai hal yang dipelajari. Hasilnya siswa memiliki minat yang besar dalam belajar dan lebih menikmati waktu yang dihabiskannya untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Selain itu, tingginya motivasi diri peserta didik juga mampu mendorong sikap gigih, sabar, dan pantang menyerah untuk mencapai tujuan (Cronin-Golomb & Bauer, 2023; Mwangi et al., 2023).

Aspek terakhir adalah pengorganisasian diri (*self-organization*), yang juga berada pada level sedang. Aspek ini berkaitan dengan kemampuan siswa dalam mengatur sebaik mungkin pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan berbagai sumber daya lainnya dalam kehidupannya sebagai seorang siswa sehingga tercapai efisiensi pribadi. Pengorganisasian diri juga merupakan upaya mengatur segala sesuatu yang berhubungan dengan pikiran, waktu, tempat, benda, dan sumber daya lainnya untuk mendukung pembentukan manajemen diri. Jika semuanya diatur dengan baik, siswa akan mencapai kehidupan yang lebih efisien. Akibatnya, siswa mampu mengelola pikiran, mengatur waktu, tenaga, dan tempat dengan baik, sehingga mereka tidak lagi terlambat datang ke sekolah, tidak ada buku pelajaran yang tertinggal, dan mereka juga secara rutin mengerjakan PR di rumah. Dari perilaku yang ditunjukkan tersebut siswa mengalami peningkatan dalam perilakunya yang menunjukkan tingkat *Self-management* dalam belajar yang semakin baik (Supriyati, 2013).

### *Self-efficacy*

Kemampuan *self-efficacy* diukur dengan menggunakan kuesioner sejumlah 23 butir pernyataan yang terbagi ke dalam tiga indikator yaitu *Magnitude*, *Strength*, dan *Generality*. Untuk lebih jelasnya rata-rata skor pencapaian tiap tingkatan indikator dapat dilihat pada Gambar 2 berikut ini.



Gambar 2. Diagram Skor Rata – Rata Indikator *Self-efficacy*

Berdasarkan Gambar 2 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata ketiga indikator tersebut tidak terlalu jauh berbeda. Adapun indikator dengan nilai rata-rata paling tinggi yaitu indikator *Generality* dengan nilai rata-rata sebesar 6,81. Sedangkan indikator dengan nilai rata-rata paling rendah yaitu indikator *Strength* yaitu sebesar 5,76. Berdasarkan tabel tersebut dapat diindikasikan bahwa kemampuan peserta didik dalam merefleksikan pengalamannya lebih baik dibandingkan dengan kemampuan peserta didik untuk tetap konsisten dalam melaksanakan setiap tugas yang dihadapinya.

Sunaryo (2017) menjelaskan dalam hasil penelitiannya bahwa dimensi *Generality* setelah dilakukan pengukuran berada pada level sedang. Artinya keyakinan siswa untuk menyelesaikan tugas yang berbeda – beda berada pada level sedang. Siswa tidak pesimis tetapi juga tidak optimis. Cukup berusaha menyelesaikan tugas yang berbeda-beda tanpa mencari strategi untuk menyelesaikannya dengan baik. Selanjutnya pada dimensi *Magnitude* siswa juga berada pada level sedang. Hal ini menggambarkan bahwa siswa cukup berupaya optimal dalam melaksanakan tugas yang dianggap dapat dilakukan dan menghindari situasi dan perilaku yang di luar batas kemampuannya. Sementara itu, dimensi yang terakhir yaitu *Strength* sama seperti dimensi - dimensi sebelumnya juga berada pada level sedang. Siswa memiliki pengharapan dan tekad yang cukup besar dan kuat sehingga siswa terdorong cukup gigih dalam melakukan upaya optimal untuk menyelesaikan tugas secara mandiri dengan baik sekalipun belum memiliki pengalaman yang mumpuni. Hal ini sejalan dengan penelitian dari (Cronin-Golomb & Bauer, 2023) yang menyatakan bahwa *self-efficacy* dapat mendorong seseorang untuk mau terlibat belajar secara mandiri tanpa bergantung kepada orang lain.

#### Hubungan Antara *Self-management* dan *Self-efficacy* terhadap Hasil Belajar Peserta Didik

Hasil menunjukkan bahwa *self-management* dan *self-efficacy* tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap hasil belajar Biologi peserta didik. Hal ini dapat dipahami, karena *self-management* dan *self-efficacy* bukan merupakan satu satunya variabel yang berpengaruh besar terhadap hasil belajar. Masih banyak variabel lainnya yang perlu diteliti terkait hubungannya terhadap hasil belajar, seperti lingkungan belajar, motivasi, atau metode pembelajaran yang digunakan. Dalam kasus seperti ini, penting untuk mengevaluasi dan mempertimbangkan faktor lain yang mungkin memainkan peran yang lebih besar dalam mencapai hasil belajar yang diinginkan. Dalam penelitian ini meskipun hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dan *self-efficacy* terhadap hasil belajar Biologi peserta didik, namun ditemukan sedikit kontribusi sebesar 9,2% apabila kemampuan ini diterapkan pada setiap peserta didik dalam proses pembelajaran untuk memberikan hasil belajar yang lebih optimal.

Hal ini dapat terjadi karena *self-management* melibatkan kemampuan untuk mengatur waktu, sumber daya, dan strategi pembelajaran secara efektif. Sementara itu, *self-efficacy* mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan

tertentu. Ketika seseorang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi, mereka cenderung lebih termotivasi untuk mengatasi rintangan dan bekerja menuju tujuan mereka. Namun, karena dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara *self-management* dan *self-efficacy* terhadap hasil belajar, kemungkinan besar terdapat faktor lain yang mempengaruhi variabel tersebut atau mungkin terdapat variabel ketiga yang memainkan peran penting dalam hasil belajar. Selain itu, perlu diingat bahwa setiap studi dapat memiliki konteks dan metodologi yang berbeda, sehingga hasilnya dapat bervariasi.

Variabel lain yang dapat berkontribusi dalam meningkatkan hasil belajar, misalnya seperti yang dinyatakan oleh Baharudin dan Wahyuni (2010:10-28) mencakup faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi faktor fisiologis (kondisi fisik, penglihatan, pendengaran, struktur tubuh, dan sebagainya) dan faktor psikologis (kecerdasan atau intelegensi peserta didik, bakat, prestasi yang dimiliki, motivasi, minat, sikap). Faktor eksternal meliputi faktor lingkungan sosial (lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat) dan faktor lingkungan nonsosial (kondisi lingkungan, seperti fasilitas rumah, fasilitas belajar, udara yang segar, intensitas matahari yang cukup, suasana yang sejuk, serta penyesuaian materi yang diberikan dengan perkembangan peserta didik).

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dan *self-efficacy* dengan hasil belajar Biologi peserta didik. Namun kedua variabel tersebut memiliki sedikit kontribusi berdasarkan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,092 atau 9,2% terhadap hasil belajar Biologi. Hal ini terjadi karena terdapat pengaruh dari variabel lain yang lebih besar namun tidak diteliti dalam penelitian ini.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penulis mengajukan beberapa saran yaitu Peserta didik diharapkan mampu meningkatkan kemampuan *self-management* dan *self-efficacy* pada mata pelajaran Biologi. Adapun cara meningkatkan *self-management* dan *self-efficacy* dapat bervariasi salah satunya yaitu dapat dilakukan dengan menumbuhkan minat dan keinginan besar dalam belajar Biologi, menentukan teknik dan metode pembelajaran yang tepat untuk mempelajari materi Biologi, mengatur fokus dalam kegiatan pembelajaran Biologi, semangat dalam menempuh berbagai kegiatan pembelajaran Biologi, menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam pembelajaran Biologi, dll. Sementara itu, untuk guru diharapkan dapat memberikan dan menyediakan fasilitas dan sarana yang memudahkan peserta didik dalam proses pembelajarannya melalui berbagai kegiatan positif yang juga dapat meningkatkan *self-management* dan *self-efficacy* mereka agar dapat meningkatkan hasil belajar mereka. Selain itu, pihak sekolah juga dituntut untuk menciptakan lingkungan belajar yang nyaman bagi peserta didik guna meningkatkan perkembangan hasil belajar peserta didik.

## DAFTAR RUJUKAN

- Amelia, A. E. (2021). *Hubungan Self Directed Learning dan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Biologi ( Studi Korelasi di Kelas X MIPA SMA Negeri 1 Cigalontang Tahun Ajaran 2020/2021 )*. Universitas Siliwangi ( UNSIL ).
- Baharudin, & W. E. N. (2010). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. AR-RUZZ MEDIA.
- Bandura, A. (1994). *Self Efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed). *Encyclopedia of human behavior*. Academic Press.
- Bridgett, D. J., Oddi, K. B., Laake, L. M., Murdock, K. W., & Bachmann, M. N. (2013). Integrating and Differentiating Aspects of Self-Regulation: Effortful Control, Executive Functioning, and Links to Negative Affectivity. *Emotion*, 13(1), 47–63. <https://doi.org/10.1037/a0029536>

- Cronin-Golomb, L. M., & Bauer, P. J. (2023). Self-motivated and directed learning across the lifespan. *Acta Psychologica*, 232. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103816>
- Dewi, S. L. (2019). *Analisis Self Management dan Bimbingan Guru dalam Penguatan Karakter Siswa Kelas IV SDN Ngadiro 01 Kecamatan Mijen Kota Semarang*. Universitas Negeri Semarang (UNNES).
- Gie, T. L. (2000). *Cara Belajar yang Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua*. Gadjah Mada University Press.
- Jawwad, A. A. (2004). *Manajemen Diri*. Syaamil Citra Media.
- Kurniawan, A. W. , & P. Z. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Mwangi, L. W., Kitainge, P. K., & Nyabuto, E. (2023). Relationship Between Self-Motivation and Student Academic Performance in Public Secondary School in Nyeri County. *Global Scientific Journal*, 11(3). [www.globalscientificjournal.com](http://www.globalscientificjournal.com)
- Novrianti, M. (2018). *HUBUNGAN SELF-REGULATION DENGAN HASIL BELAJAR BIOLOGI KELAS XI IPA MAN GUNUNG PADANG PANJANG SKRIPSI*. Institut Agama Islam Negeri ( IAIN ) Batusangkar.
- Oktariani. (2018). Hubungan Self-Efficacy dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Self Regulated Learning pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Jurnal Kognisi*, 2(2), 98–112.
- Rapika. (2022). *Pengaruh Self Management Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik MTsN Model Palopo Kelas VIII A*. Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Rismayanti, Mustofa, R. F., & Agustian, D. (2023). Hubungan Self Development dengan Self Regulated Learning Peserta Didik pada Pembelajaran Biologi. *Khazanah Pendidikan-Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 17(2), 312–318. <https://doi.org/10.30595/jkp.v17i2.17943>
- Rizkiana, A. (2017). PENGARUH SELF EFFICACY TERHADAP HASIL BELAJAR MAHASISWA BERPRESTASI (MAWAPRES) STKIP PGRI BANGKALAN. *Equilibrium*, 5(2), 117–122.
- Rossana Ramirez-Avila, M., Paola, J., Universidad, B., & Grande, C. (2021). The Effect of Summarizing Narrative Texts to Improve Reading Comprehension. *Journal of Foreign Language Teaching and Learning*, 6(2), 94–110.
- Sunaryo, Y. (2017). PENGUKURAN SELF-EFFICACY SISWA DALAM PEMBELAJARAN MATEMATIKA DI MTs N 2 CIAMIS. *Jurnal Teori Dan Riset Matematika*, 1(2), 39–44.
- Supriyati, A. (2013). *Upaya Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII D di SMPN 1 Jakenan Pati*. Universitas Negeri Semarang (UNNES).