

Pengaruh Kedisiplinan Terhadap *Self-Regulated Learning*

Arya Dwi Nugraha¹, Dini Rakhmawati², Venty³

^{1,2,3}*Universitas PGRI Semarang, Indonesia*

Corresponding Author:  dinirakhmawati@upgrsis.ac.id

ABSTRACT

ARTICLE INFO

Article history:

Received
July 20, 2026
Revised
August 31, 2026
Accepted
September 11,
2026

This study aimed to determine and analyze the effect of discipline on students' self-regulated learning. Discipline is considered an important factor in developing students' ability to manage, monitor, and evaluate their own learning processes. This research employed a quantitative approach using a simple linear regression design. The population consisted of students, and data were collected through questionnaires measuring discipline and self-regulated learning variables. Instrument validity was tested using Pearson product-moment correlation, while reliability was tested using Cronbach's Alpha. The results showed that all questionnaire items were valid ($p < 0.05$) and reliable, with Cronbach's Alpha values of 0.914 for discipline and 0.904 for self-regulated learning. Data analysis indicated that the data were normally distributed and the relationship between variables was linear. Simple linear regression revealed a significant positive effect of discipline on self-regulated learning ($p = 0.000$; $\beta = 0.496$). The coefficient of determination (R^2) was 0.284, indicating that discipline contributed 28.4% to self-regulated learning. These findings imply that improving students' discipline can enhance their ability to regulate their learning independently.

Keywords: *Discipline, Self-Regulated Learning, Students.*

How to cite

Nugraha, A. D., Rakhmawati, D., & Venty, V. (2026). Pengaruh Kedisiplinan Terhadap Self-Regulated Learning. *Journal of Society Counseling*. 4(3). DOI: <https://doi.org/10.59388/josc.v4i3.1004>

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open-access article under the CC BY-SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki posisi penting dalam kehidupan manusia (Ridwan et al., 2020). Kesadaran akan pentingnya pendidikan merupakan faktor yang paling penting dalam menunjang keberlangsungan kehidupan manusia (Herawati et al., 2021). Pendidikan adalah rangkaian proses dalam meraih ilmu pengetahuan, pemahaman dan belajar dalam penyesuaian tingkah laku dengan kebutuhan siswa. Perkembangan pada masa remaja sering memengaruhi sikap dan perilaku (Tri Wardani R, 2022). Menurut Yusuf et al. (2018), pendidikan menjadi wadah bagi siswa untuk melakukan perubahan sikap dan perilaku, baik secara individu maupun kelompok yang sedang berada pada fase untuk mendewasakan diri melalui cara pengajaran dan latihan. Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk membantu mengembangkan kecerdasan individu (Khairun & Dwi Nurmala, 2020). Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang menampung peserta didik dan membina mereka agar memiliki kemampuan, kecerdasan, dan keterampilan. Tujuan utama pendidikan adalah membentuk insan yang berakhlak mulia, beriman dan bertakwa

kepada Tuhan Yang Maha Esa (Muhibah, 2020). Salah satu faktor yang berperan penting dalam mencapai tujuan tersebut adalah kedisiplinan siswa, karena kedisiplinan belajar diketahui memiliki peran yang cukup dominan terhadap keberhasilan akademik siswa, sebagaimana ditunjukkan oleh (Bayhaqi dkk., 2025) yang menemukan bahwa kedisiplinan belajar memberikan pengaruh yang lebih besar dibandingkan kompetensi guru terhadap prestasi belajar siswa. Selain berdampak pada prestasi akademik, kedisiplinan juga menjadi fondasi penting yang perlu dibentuk sejak jenjang sekolah menengah pertama, karena pada usia tersebut siswa sedang berada pada masa pembentukan karakter dan kebiasaan belajar. (Via dan Padang, 2021) menegaskan bahwa penerapan tata tertib yang konsisten sangat berperan dalam membentuk disiplin belajar siswa SMP, sehingga kedisiplinan tidak dapat dianggap sebagai sesuatu yang tumbuh dengan sendirinya, melainkan perlu dibangun melalui pembiasaan yang terarah. Lebih jauh lagi, kedisiplinan juga terbukti berkontribusi terhadap kemandirian belajar siswa, yang merupakan salah satu aspek penting dari kemampuan mengatur diri dalam belajar. Hal ini sejalan dengan temuan Khayati, Safitri, dan Santa (2023) yang menunjukkan bahwa disiplin belajar berpengaruh sebesar 76% terhadap kemandirian belajar siswa. Dengan demikian, kedisiplinan dapat dipahami bukan hanya sebagai faktor pendukung prestasi akademik semata, tetapi juga sebagai fondasi yang membentuk kemampuan siswa untuk belajar secara mandiri dan bertanggung jawab.

Salah satu urgensi pendidikan adalah membangun karakter positif individu. (Yuliyantika S, 2017) Menyatakan bahwa kedisiplinan merupakan kondisi yang terbentuk dari sikap taat, patuh, komitmen, teratur, dan tanggung jawab. Disiplin berperan dalam menjaga perilaku siswa agar tidak menyimpang dari norma dan tata tertib sekolah (Isnaendyah et al., 2022). Siswa yang disiplin cenderung mampu mengelola waktu dan tanggung jawab dengan lebih baik, sedangkan siswa yang kurang disiplin sering menunda pekerjaan hingga mendekati batas waktu, sehingga hasil yang diperoleh kurang optimal (Afiati E, 2020). Perilaku disiplin di sekolah dapat dilihat dari ketepatan waktu, ketaatan terhadap aturan, serta tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas. (Maulida Sari A, 2023).

Namun demikian, fenomena yang terjadi di lapangan menunjukkan bahwa tingkat kedisiplinan siswa masih belum optimal, sebagaimana ditemukan pada observasi awal di sekolah yang menunjukkan masih adanya siswa yang datang terlambat, kurang memperhatikan saat pembelajaran berlangsung, serta melanggar tata tertib sekolah. Kondisi ini juga didukung oleh data kuantitatif hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) sebagaimana disajikan pada Tabel 1, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar, menunda-nunda tugas sekolah, serta cenderung baru belajar ketika akan menghadapi ujian, dengan ketiga kebutuhan tersebut tergolong dalam kategori prioritas tinggi.

Tabel 1. Hasil Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) terkait Kedisiplinan

Item Kebutuhan	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori Prioritas
Kesulitan mengatur waktu belajar dan bermain	32 dari 33	97,0%	Tinggi
Sering menunda-nunda tugas sekolah/PR	24 dari 33	72,7%	Tinggi
Belajar hanya ketika akan menghadapi ujian	16 dari 33	48,5%	Tinggi

Data ini memperkuat bahwa rendahnya kedisiplinan siswa bukan hanya terlihat dari sisi kualitatif melalui observasi, tetapi juga tercermin secara jelas pada kebutuhan yang dirasakan siswa itu sendiri. Sejalan dengan hal tersebut, hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan

Konseling (BK) juga menunjukkan bahwa banyak siswa yang belum memiliki kesadaran disiplin yang baik, khususnya dalam hal manajemen waktu dan tanggung jawab terhadap tugas akademik, di mana siswa cenderung belajar hanya ketika akan menghadapi ujian dan belum mampu mengatur strategi belajar secara mandiri. Hal ini diperkuat dengan hasil observasi di kelas yang menunjukkan bahwa siswa kurang aktif dalam proses pembelajaran, mudah terdistraksi, serta belum mampu mengontrol diri dalam kegiatan belajar.

Fenomena tersebut menunjukkan adanya permasalahan yang berkaitan dengan *self-regulated learning*, yaitu kemampuan siswa dalam mengatur, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya sendiri. Siswa dengan *self-regulated learning* yang baik seharusnya mampu merencanakan belajar, memonitor perkembangan, serta mengevaluasi hasil belajar secara mandiri. Namun, pada kenyataannya masih banyak siswa yang belum menunjukkan kemampuan tersebut secara optimal. Berdasarkan penelitian sebelumnya, kedisiplinan memiliki hubungan yang erat dengan *self-regulated learning*, meskipun pendekatan dan konteks penelitiannya bervariasi. (Oktariani dan Pelangi, 2022) Misalnya, ditemukan hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan disiplin siswa dengan koefisien korelasi sebesar 0,699 pada siswa SMK di Medan. Namun, penelitian tersebut menggunakan pendekatan korelasional dan berfokus pada jenjang SMK, berbeda dengan penelitian ini yang menggunakan pendekatan regresi pada jenjang SMP. Selain itu, (Aysah dkk., 2025) mengkaji peran karakter disiplin dalam membangun *self-regulated learning* siswa melalui pendekatan kualitatif deskriptif pada pembelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA, sehingga berbeda dari sisi metode maupun subjek penelitian dengan penelitian ini yang bersifat kuantitatif dan tidak terbatas pada satu mata pelajaran tertentu. Adapun Febriyanti dan Imami (2021) menganalisis *self-regulated learning* siswa SMP secara deskriptif tanpa mengaitkannya dengan variabel kedisiplinan, sehingga belum menjawab bagaimana kedisiplinan secara spesifik memengaruhi *self-regulated learning* siswa. Dengan demikian, masih terdapat *research gap*, yaitu belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh kedisiplinan terhadap *self-regulated learning* menggunakan pendekatan regresi linier sederhana dalam konteks siswa sekolah menengah pertama. Sebagian penelitian terdahulu lebih berfokus pada hasil belajar, motivasi, atau menggunakan pendekatan kualitatif, sehingga hubungan pengaruh antara kedisiplinan dan *self-regulated learning* pada jenjang SMP masih perlu diteliti lebih lanjut.

Kedisiplinan merupakan perilaku yang menjadi hasil pemikiran sekaligus kesepakatan bersama, di mana diperlukan unsur kesukarelaan dan kesadaran diri (Sion P., 2023). Artinya, kemauan dan kemampuan untuk berperilaku sesuai aturan yang ada tanpa adanya paksaan tanpa memandang usia, termasuk bagi anak-anak. Dengan adanya aturan-aturan kedisiplinan, anak akan dapat memahami bahwa tujuan disiplin adalah kehidupan yang lebih baik, karena kedisiplinan berhubungan dengan pola perilaku dan perkembangannya. (Rizal Saragih M, 2025). Kedisiplinan mencakup aspek seperti sikap mental, pemahaman yang baik dan tanggung jawab. Sikap mental merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dari latihan, pengendalian pikiran, dan pengendalian watak. Pemahaman yang baik menurut Prijodarminto dalam (Rahmania et al., 2021) Pemahaman yang baik mengenai sistem peraturan perilaku, norma, kriteria dan standar yang demikian rupa.

Kedisiplinan merupakan perilaku yang terbentuk dari kesepakatan bersama dan kesadaran diri tanpa adanya paksaan, yang bertujuan untuk membentuk pola tingkah laku yang lebih baik bagi perkembangan individu (Rizal Saragih et al., 2025; Sion & Rostikawati, 2023). Kedisiplinan mencakup tiga aspek utama, yaitu sikap mental, pemahaman yang baik, dan tanggung jawab. Sikap mental merupakan wujud ketaatan dan keteraturan berpikir sebagai hasil dari pembiasaan

dan pengendalian diri. Pemahaman yang baik mengenai norma dan sistem aturan akan menumbuhkan pengertian mendalam bahwa ketaatan terhadap aturan merupakan suatu kebutuhan (Priyodarminto, dalam Rahmania et al., 2021). Sementara itu, aspek tanggung jawab diartikan sebagai kesadaran moral individu dalam membedakan hal yang benar dan salah, mematuhi batasan yang dianjurkan dan dilarang, serta komitmen untuk menjauhi perilaku negatif demi memperoleh manfaat positif dalam proses perkembangannya (Ahmadi & Soleh, dalam Hidayati et al., 2021; Camaro Putra et al., 2025). Karakter disiplin yang terbentuk melalui ketiga aspek tersebut menjadi modal penting bagi siswa dalam mengarahkan aktivitas akademiknya secara teratur dan berkesinambungan. Dalam konteks pembelajaran, keteraturan dan pengendalian diri tersebut berakar pada kemampuan *self-regulated learning* (SRL). Landasan teoretis utama yang menjelaskan regulasi diri dalam belajar bertumpu pada teori kognitif sosial yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989, dalam Kitsantas et al., 2025). Zimmerman (2000, dalam Kitsantas et al., 2025) mendefinisikan SRL sebagai proses proaktif ketika peserta didik secara mandiri mengarahkan, mengontrol, dan mempertahankan pikiran, motivasi, serta perilakunya untuk mencapai tujuan belajar yang telah ditetapkan. Kemampuan ini bukanlah sifat bawaan yang statis, melainkan sebuah proses dinamis yang terbangun atas keterpaduan tiga dimensi pokok, yakni metakognisi, motivasi, dan perilaku, di mana masing-masing dimensi memiliki hubungan timbal balik yang erat dengan variabel kedisiplinan (Chang et al., 2023; Kitsantas et al., 2025; Zalazar-Jaime & Medrano, 2020).

Dimensi pertama, yaitu metakognisi, mencakup kesadaran kognitif siswa dalam menetapkan sasaran belajar (*goal setting*), merancang strategi, serta memantau dan mengevaluasi perkembangan pemahamannya secara berkala (Zimmerman, 2000, dalam Chang et al., 2023). Hubungan dimensi metakognisi dengan kedisiplinan terwujud melalui sikap mental dan pemahaman aturan; siswa yang memiliki kesadaran disiplin yang matang akan mampu menyusun rencana belajar yang terstruktur, menentukan target akademik yang realistis, serta melakukan refleksi kritis terhadap efektivitas belajarnya guna menghindari kebiasaan belajar mendadak hanya saat menjelang ujian. Dimensi kedua, yaitu motivasi, merefleksikan dorongan internal, keyakinan efikasi diri (*self-efficacy*), serta ekspektasi hasil yang mendorong siswa untuk tetap bertahan dalam proses belajar (Zimmerman & Moylan, 2009, dalam Zalazar-Jaime & Medrano, 2020). Hubungan aspek motivasi dengan kedisiplinan berperan sebagai fondasi komitmen dan kesadaran diri; regulasi motivasi yang baik membangkitkan kesadaran siswa untuk mematuhi ritme belajar dan menyelesaikan tugas-tugas akademiknya secara mandiri atas dasar tanggung jawab pribadi, bukan semata-mata karena adanya tekanan atau sanksi eksternal. Dimensi ketiga, yaitu perilaku (*behavioral*), berfokus pada tindakan nyata peserta didik dalam mengatur alokasi waktu, menciptakan lingkungan fisik yang kondusif, serta mengerahkan kontrol kemauan (*volitional control*) untuk membentengi diri dari berbagai distraksi (Zimmerman, 1998, dalam Kitsantas et al., 2025; Zimmerman & Moylan, 2009, dalam Zalazar-Jaime & Medrano, 2020). Dimensi perilaku ini menjadi manifestasi langsung dari kepatuhan terhadap aturan dan tanggung jawab akademik siswa. Siswa dengan kedisiplinan yang kokoh akan mampu mengendalikan perilakunya dari kecenderungan prokrastinasi, membagi waktu antara belajar dan aktivitas bermain secara proporsional, serta mengarahkan tindakannya secara konsisten demi mencapai prestasi akademik yang optimal. Maka, kedisiplinan bertindak sebagai fondasi perilaku yang menopang berjalannya seluruh siklus regulasi diri siswa dalam belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh kedisiplinan terhadap *self-regulated learning*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian regresi. Penelitian regresi bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh serta tingkat pengaruh antara variabel kedisiplinan dan *self-regulated learning*. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan desain regresi sederhana untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh kedisiplinan sebagai variabel independen (X) terhadap *self-regulated learning* sebagai variabel dependen (Y). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan teknik regresi linier sederhana. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 3 Guntur yang berlokasi di Desa Tangkis, Kec. Guntur, dan berlangsung pada semester genap tahun ajaran 2025/2026. Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel, yaitu variabel bebas (X) kedisiplinan dan variabel terikat (Y) *self-regulated learning*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di SMPN 3 Guntur pada tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 90 orang dan terbagi ke dalam beberapa kelas paralel. Untuk menentukan sampel dari populasi tersebut, penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Selanjutnya, teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kuesioner atau skala Likert. Instrumen penelitian berupa angket tertutup yang terdiri atas empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Angket kedisiplinan disusun berdasarkan indikator sikap mental, pemahaman yang baik, dan tanggung jawab, sedangkan angket *self-regulated learning* disusun berdasarkan indikator metakognisi, motivasi, dan perilaku. Instrumen penelitian ini terdiri atas 24 item pernyataan untuk variabel kedisiplinan dan 24 item pernyataan untuk variabel *self-regulated learning*. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen tersebut terlebih dahulu diuji validitasnya menggunakan korelasi Pearson Product Moment dan diuji reliabilitasnya menggunakan metode Cronbach's Alpha.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS versi 26, melalui beberapa tahapan, yaitu uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, uji linearitas, analisis regresi linear sederhana, serta uji koefisien determinasi. Uji normalitas dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk dengan taraf signifikansi 0,05. Selanjutnya, uji linearitas digunakan untuk mengetahui hubungan linear antara variabel, sedangkan regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh kedisiplinan terhadap *self-regulated learning*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Vaiditas Instrumen

Uji validitas item dilakukan untuk mengetahui apakah setiap butir pernyataan pada instrumen benar-benar mengukur variabel yang dimaksud. Pengujian ini menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment antara skor tiap item dengan skor total variabelnya, dengan kriteria bahwa item dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel sebesar 0,381 untuk jumlah responden 60, serta nilai signifikansi kurang dari 0,05.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Item Variabel Kedisiplinan dan Self-Regulated Learning

Variabel	Jumlah Item	Rentang r hitung	Sig. (2 tailed)	Item Valid	Item Gugur
Kedisiplinan (X)	24	0,526 sampai 0,780	0,000	24	0
Self-Regulated Learning (Y)	24	0,432 sampai 0,733	0,000	24	0

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel Kedisiplinan memiliki nilai r hitung yang bergerak dari 0,526 pada item terendah hingga 0,780 pada item tertinggi, sementara seluruh item pada variabel *Self-Regulated Learning* memiliki nilai r hitung yang bergerak dari 0,432 pada item terendah hingga 0,733 pada item tertinggi. Seluruh item pada kedua variabel tersebut memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, yang berarti berada jauh di bawah 0,05, serta nilai r hitungnya melampaui r tabel sebesar 0,381. Maka seluruh 24 item pada variabel Kedisiplinan dan seluruh 24 item pada variabel *Self-Regulated Learning* dinyatakan valid, tanpa ada satu pun item yang gugur, sehingga seluruh butir pernyataan tersebut layak digunakan untuk mengukur kedua variabel dalam penelitian ini.

Uji Reliabilitas

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach' Alpha	Jumlah Item
Kedisiplinan	.914	24
Self-Regulated Learning	.904	24

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Variabel kedisiplinan memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,914 dengan jumlah 24 butir pernyataan, sedangkan variabel *self-regulated learning* memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,904 dengan jumlah 24 butir pernyataan. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,70, sehingga seluruh instrumen penelitian dinyatakan reliabel. Nilai Cronbach's Alpha pada kedua variabel berada pada kategori sangat tinggi, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang baik dan mampu mengukur variabel penelitian secara konsisten. Dengan demikian, instrumen penelitian layak digunakan sebagai alat pengumpulan data untuk menganalisis pengaruh kedisiplinan terhadap *self-regulated learning*.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji ini merupakan syarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan analisis regresi karena analisis regresi mensyaratkan data variabel independen dan dependen berdistribusi normal. Pengujian dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk dengan bantuan program SPSS versi 26, dengan kriteria pengujian yaitu jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi normal, sedangkan jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Total_X	.083	60	.200*	.975	60	.241
Total_Y	.068	60	.200*	.984	60	.624

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas di atas, diketahui bahwa nilai signifikansi pada uji Shapiro-Wilk untuk variabel Kedisiplinan (Total_X) sebesar 0,241 dan untuk variabel Self Regulated Learning (Total_Y) sebesar 0,624. Begitu pula pada uji Kolmogorov-Smirnov, nilai signifikansi untuk kedua variabel menunjukkan angka 0,200 yang merupakan batas bawah signifikansi sebenarnya sebagaimana disebutkan dalam catatan Lilliefors Significance Correction. Kedua nilai signifikansi tersebut, baik pada variabel Kedisiplinan maupun Self-Regulated Learning, berada di atas 0,05.

Uji Linearitas

Sebelum masuk ke tahap regresi linier sederhana, hubungan antara variabel Kedisiplinan dan *Self-Regulated Learning* perlu dipastikan berbentuk linier terlebih dahulu. Pengujian ini dilakukan melalui menu Compare Means pada program pengolah data statistik, dengan acuan bahwa suatu hubungan dikatakan linear apabila nilai signifikansi pada baris Deviation from Linearity berada di atas 0,05.

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas
ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Total_Y * Total_X	(Combined)	10205.350	35	291.581	1.839	.061
	Between Groups	3972.544	1	3972.544	25.053	.000
	Linearity	6232.806	34	183.318	1.156	.360
	Deviation from Linearity					
	Within Groups	3805.500	24	158.562		
Total		14010.850	59			

Dari tabel ANOVA di atas terlihat bahwa nilai signifikansi pada baris Deviation from Linearity adalah sebesar 0,360, masih berada di atas ambang batas 0,05 yang menjadi syarat linearitas. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang berarti dari garis linier pada hubungan kedua variabel tersebut. Sebagai penguat, baris Linearity justru memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,000, yang berada jauh di bawah 0,05, mengindikasikan bahwa komponen linear pada hubungan Kedisiplinan dan *Self-Regulated Learning* memang benar-benar signifikan. Kombinasi kedua nilai tersebut menegaskan bahwa hubungan antara variabel Kedisiplinan dan *Self-Regulated Learning* bersifat linier, sehingga asumsi linearitas sebagai syarat analisis regresi linier sederhana telah terpenuhi dan analisis dapat dilanjutkan ke tahap berikutnya.

Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menguji ada tidaknya pengaruh kedisiplinan terhadap *Self-Regulated Learning*, sekaligus untuk mengetahui bentuk hubungan fungsional antara kedua variabel tersebut melalui persamaan garis regresi. Pengujian ini dilakukan dengan melihat nilai signifikansi pada tabel ANOVA serta nilai koefisien pada tabel *Coefficients*, dengan ketentuan bahwa apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka variabel Kedisiplinan dinyatakan berpengaruh secara signifikan terhadap *Self-Regulated Learning*.

Tabel 6. Hasil Uji Signifikansi Regresi (ANOVA)
ANOVA^a

	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3972.544	1	3972.544	22.953	.000 ^b
	Residual	10038.306	58	173.074		
	Total	14010.850	59			

a. Dependent Variable: Total_Y

b. Predictors: (Constant), Total_X

Berdasarkan tabel ANOVA, diperoleh nilai F hitung sebesar 22,953 dengan nilai signifikansi 0,000. Angka ini jauh di bawah 0,05, yang berarti model regresi yang terbentuk antara Kedisiplinan dan *Self-Regulated Learning* dapat dinyatakan signifikan secara statistik. Maka, hipotesis alternatif (Ha) yang menyatakan terdapat pengaruh yang signifikan dari kedisiplinan terhadap *Self-Regulated Learning* dapat diterima, sementara hipotesis nol (Ho) yang menyatakan tidak terdapat pengaruh yang signifikan ditolak.

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Regresi (Coefficients)
Coefficients^a

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	30.839	6.430		4.796	.000
	Total_X	.496	.104	.532	4.791	.000

a. Dependent Variable: Total_Y

Pada tabel *Coefficients* terlihat nilai konstanta (a) sebesar 30,839 dan nilai koefisien regresi variabel Kedisiplinan (b) sebesar 0,496, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang juga berada di bawah 0,05. Nilai ini menegaskan bahwa pengaruh kedisiplinan terhadap *Self-Regulated Learning* memang nyata secara statistik, bukan sekadar kebetulan pada sampel penelitian. Berdasarkan angka tersebut, dapat disusun persamaan regresi Y sama dengan 30,839 ditambah 0,496 X. Persamaan ini mengandung arti bahwa apabila tidak ada pengaruh dari kedisiplinan, maka nilai *Self-Regulated Learning* berada pada angka 30,839, dan setiap kenaikan satu satuan pada kedisiplinan akan diikuti oleh kenaikan *Self-Regulated Learning* sebesar 0,496. Selain itu, nilai koefisien Beta yang berada pada angka 0,532 menunjukkan bahwa kekuatan pengaruh Kedisiplinan terhadap *Self-Regulated Learning* tergolong pada kategori sedang.

Uji Koefisien Determinasi

Uji ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel Kedisiplinan dalam menjelaskan variasi yang terjadi pada variabel *Self-Regulated Learning*. Nilai yang menjadi acuan utama dalam pengujian ini adalah R Square, yang kemudian dikalikan seratus persen untuk memperoleh persentase kontribusi pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

Tabel 8. Hasil Uji Koefisien Determinasi (*Model Summary*)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.532 ^a	.284	.271	13.156

a. Predictors: (Constant), Total_X

Berdasarkan tabel Model Summary di atas, diperoleh nilai R sebesar 0,532 yang menunjukkan tingkat keeratan hubungan antara Kedisiplinan dan *Self-Regulated Learning* berada pada kategori sedang. Adapun nilai R Square yang diperoleh adalah sebesar 0,284, yang apabila diubah ke dalam bentuk persen menjadi 28,4 persen. Angka ini menunjukkan bahwa variabel Kedisiplinan memberikan kontribusi atau pengaruh sebesar 28,4 persen terhadap *Self-Regulated Learning*, sedangkan sisanya sebesar 71,6 persen dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini, seperti motivasi belajar, lingkungan keluarga, dukungan sosial, ataupun karakteristik individu lainnya. Nilai Adjusted R Square sebesar 0,271 juga memperkuat bahwa proporsi pengaruh tersebut relatif stabil meskipun telah disesuaikan dengan jumlah variabel dan ukuran sampel dalam penelitian ini.

Berdasarkan rangkaian pengujian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa data penelitian mengenai Kedisiplinan dan *Self-Regulated Learning* berdistribusi normal, dibuktikan dengan nilai signifikansi Shapiro-Wilk sebesar 0,241 untuk Kedisiplinan dan 0,624 untuk *Self-Regulated Learning* yang keduanya berada di atas 0,05. Hubungan antara kedua variabel tersebut juga terbukti bersifat linier, ditunjukkan oleh nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar 0,360 yang lebih besar dari 0,05. Selanjutnya, hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa Kedisiplinan berpengaruh secara signifikan terhadap Self Regulated Learning, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dan persamaan regresi Y sama dengan 30,839 ditambah 0,496 X, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Adapun besarnya kontribusi Kedisiplinan terhadap *Self-Regulated Learning* tercermin dari nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,284, yang berarti Kedisiplinan menyumbang pengaruh sebesar 28,4 persen terhadap *Self-Regulated Learning*, sedangkan sisanya sebesar 71,6 persen dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Secara keseluruhan, seluruh asumsi dan syarat analisis telah terpenuhi, sehingga dapat dinyatakan bahwa kedisiplinan memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap *Self-Regulated Learning*.

Pembahasan

Hasil pengujian instrumen membuktikan bahwa seluruh alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini memiliki validitas dan konsistensi internal yang sangat baik. Hal ini terbukti dari nilai r hitung pada 24 butir item variabel kedisiplinan (0,526 sampai 0,780) dan 24 butir item variabel *self-regulated learning* (0,432 sampai 0,733) yang seluruhnya melampaui nilai r tabel sebesar 0,381 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Di samping itu, perolehan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,914 pada variabel kedisiplinan dan 0,904 pada *self-regulated learning* menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang sangat tinggi untuk mengukur kedua variabel. Asumsi parametrik juga telah terpenuhi secara memuaskan, di mana sebaran data terbukti berdistribusi normal melalui uji Shapiro-Wilk ($p = 0,241$ untuk kedisiplinan dan $p = 0,624$ untuk *self-regulated learning*) serta memiliki hubungan yang linear berdasarkan nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar 0,360 ($p > 0,05$).

Berdasarkan pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana, ditemukan bahwa kedisiplinan berpengaruh signifikan dan positif terhadap *self-regulated learning* siswa kelas VIII di SMPN 3 Guntur. Temuan ini ditunjukkan oleh perolehan nilai F hitung sebesar 22,953 ($p = 0,000 < 0,05$) serta persamaan regresi $Y = 30,839 + 0,496X$. Persamaan tersebut merefleksikan bahwa setiap penambahan satu satuan pada nilai kedisiplinan akan mendorong peningkatan kemampuan *self-regulated learning* siswa sebesar 0,496 satuan. Arah hubungan yang positif ini menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kepatuhan, keteraturan, dan rasa tanggung jawab yang dimiliki siswa di sekolah, maka semakin optimal pula kapasitas siswa dalam merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri.

Keterkaitan positif antara kedua variabel tersebut selaras dengan temuan (Aysah et al., 2025) yang menegaskan bahwa karakter disiplin memiliki peran fundamental sebagai fondasi dalam membangun regulasi diri peserta didik. Ketika siswa telah terbiasa menaati aturan dan mengelola waktu belajar secara teratur, pembiasaan tersebut akan bertransformasi dari sekadar kepatuhan eksternal menjadi kontrol kesadaran internal yang mendorong kemandirian berpikir dan bertindak. Hal ini diperkuat oleh Faruq (2026) yang menemukan bahwa siswa pada jenjang sekolah menengah pertama yang memiliki kedisiplinan belajar terstruktur mampu menyusun perencanaan belajar yang lebih sistematis, adaptif dalam memilih strategi kognitif, serta lebih terlatih dalam membentengi diri dari berbagai distraksi dan prokrastinasi. Lebih lanjut, analisis koefisien determinasi (R Square) menghasilkan nilai sebesar 0,284 yang mengindikasikan bahwa variabel kedisiplinan memberikan kontribusi sebesar 28,4% terhadap variasi *self-regulated learning* siswa SMPN 3 Guntur. Besaran pengaruh ini sejalan dengan penelitian (Jannah et al., 2023) pada siswa SMP yang menunjukkan bahwa kedisiplinan belajar memberikan kontribusi empiris yang nyata dalam menumbuhkan kemandirian belajar dan meningkatkan capaian prestasi akademik. Keterpaduan antara kedisiplinan dan kemandirian belajar juga terbukti oleh Nurlaili dan Sitompul (2022), di mana kedua faktor internal tersebut saling menguatkan dalam menciptakan pola belajar yang terarah serta bertanggung jawab. Meskipun kedisiplinan terbukti menjadi prediktor yang signifikan, adanya sisa proporsi varians sebesar 71,6% menunjukkan bahwa *self-regulated learning* juga turut dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel penelitian ini. Sebagaimana diuraikan oleh (Faruq, 2026) dan (Aysah et al., 2025), aspek eksternal seperti dukungan sosial keluarga, bimbingan guru yang konsisten, kondisi lingkungan fisik belajar, serta kestabilan emosi siswa juga memegang peranan penting dalam mengoptimalkan siklus regulasi belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *self-regulated learning* siswa. Semakin tinggi tingkat kedisiplinan siswa, semakin baik pula kemampuan siswa dalam mengatur, memonitor, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Hasil analisis menunjukkan bahwa kedisiplinan memberikan kontribusi sebesar 28,4% terhadap *self-regulated learning*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Temuan ini memberikan implikasi bahwa pengembangan karakter disiplin perlu menjadi perhatian sekolah, guru, dan layanan bimbingan dan konseling sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan *self-regulated learning* siswa. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *self-regulated learning*, seperti motivasi belajar, dukungan sosial, efikasi diri, dan lingkungan belajar.

REFERENSI

- Afiati, E., Yunika, K., Dwi, S. P., & Wildan, H. A. (2020). Peran dan tantangan yang diemban mahasiswa bimbingan dan konseling di era pandemi COVID-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandawa*, 2(2), 55–62.
- Aysah, N., Muslimah, M., & Hidayati, S. (2025). Karakter disiplin dalam membangun self regulation learning siswa di SMAN 2 Palangka Raya. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 6(2), 810–823. <https://doi.org/10.55681/jige.v6i2.3904>
- Bayhaqi, H. N., Rafsanjani, M. Z., & Darmawan, D. (2025). Pengaruh Kedisiplinan Belajar dan Kompetensi Guru Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Fondatia: Jurnal Pendidikan Dasar*, 9(2), 393–408. <https://doi.org/10.36088/fondatia.v9i2.5739>
- Camaro Putra, M., Azzahra, F., Dwi Aprilliya, R., Maryama Putri Karmita, S., Irtiyah, J., Fenty, A., Cholivah, N., Najiha Salsabila, I., Ivy Anggita, S., Saberina Br Ginting, N., Romiaty, R., & Sukarningsi, S. (2025). Aspek-aspek kedisiplinan pada anggota sanggar seni dan budaya Intan Manuah Kota Palangka Raya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(3), 210–218. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v1i1i04.8821>
- Chang, D. H., Lin, M. P.-C., Hajian, S., & Wang, Q. Q. (2023). Educational design principles of using AI chatbot that supports self-regulated learning in education: Goal setting, feedback, and personalization. *Sustainability*, 15(17), Article 12921. <https://doi.org/10.3390/su151712921>
- Faruq, F. (2026). Self-regulated learning dalam pembelajaran digital: Studi kualitatif tentang tantangan dan strategi siswa SMP. *Inspirasi: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 3(1), 38–55. <https://doi.org/10.69836/inspirasi-jpk.v3i1.607>
- Febriyanti, F., & Imami, A. I. (2021). Analisis Self-Regulated Learning dalam Pembelajaran Matematika Pada Siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Matematika (SMJ)*, 9(1), 1–10. <http://dx.doi.org/10.25139/smj.v9i1.3300>
- Herawati, S., Yoga Wibowo, B., & Prabowo, A. S. (2021). Pengembangan hipotetik buku panduan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik cinema therapy tentang dampak negatif pornografi. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4(2), 193–208. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i2.9664>
- Hidayati, H., Khotimah, T., & Hilyana, F. S. (2021). Pembentukan karakter religius, gemar membaca, dan tanggung jawab pada anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 5(2), 76–84. <https://doi.org/10.32529/glasser.v5i2.1038>
- Isnaendyah, S., Afiati, E., & Yoga Wibowo, B. (2022). Pengembangan media layanan informasi menggunakan booklet untuk meningkatkan disiplin siswa di sekolah. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(6), 112–120. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i6.8152>
- Jannah, W. M., Sarjana, K., Junaidi, & Prayitno, S. (2023). Pengaruh kemandirian dan kedisiplinan belajar terhadap hasil belajar matematika. *Journal of Classroom Action Research*, 5(4), 277–283. <https://doi.org/10.29303/jcar.v5i4.5816>
- Khairun, D. Y., & Dwi Nurmala, M. (2020). Program bimbingan dan konseling mahasiswa FKIP Untirta berbantuan software analisis tugas perkembangan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Untirta*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.30870/jpbk.v5i1.7915>
- Khayati, U. U., Safitri, N., & Santa. (2023). Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Kemandirian Siswa. *DIKDAS MATAPPA: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 6(1), 152–161. <https://doi.org/10.31100/dikdas.v6i1.2561>
- Kitsantas, A., Bembenutty, H., Cleary, T. J., Alexander, P. A., DiBenedetto, M. K., Kaplan, A., Kolovelonis, A., Mandell, B. E., Martin, A. J., McCrudden, M. T., Panadero, E., Salisbury-

- Glennon, J. D., & Schunk, D. H. (2025). Barry J. Zimmerman's enduring legacy: The inspiring fusion of self-regulated learning theory, practice, and mentorship. *Educational Psychology Review*, 37(3), Article 78. <https://doi.org/10.1007/s10648-025-10052-0>
- Maulida Sari, A., & Zahra, D. R. D. C. P. (2023). Pengaruh teknik self regulated learning terhadap peningkatan kedisiplinan belajar siswa. *Diversity: Guidance and Counseling Journal*, 1(2), 27–35. <https://doi.org/10.30870/diversity.v1i2.27>
- Muhibah, S. (2020). Model pengembangan pendidikan karakter melalui pendidikan agama di perguruan tinggi: Studi kasus di Universitas Serang Raya. *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 7(1), 54–69. <https://doi.org/10.17509/t.v7i1.23351>
- Nurlaili, S., & Sitompul, D. N. (2022). Pengaruh kedisiplinan dan kemandirian belajar terhadap hasil belajar siswa kelas XI Akuntansi di SMK Harapan Mekar 2 Medan tahun ajaran 2021/2022. *Jurnal Riset Ilmu Pendidikan*, 2(1), 38–46. <https://doi.org/10.56495/jrip.v2i1.103>
- Oktariani, & Pelangi, D. (2022). The Relationship Between Self Regulated Learning and Student Discipline of SMK PAB 1 Helvetia. *Journal of Social and Economics Research*, 4(2), 174–181. <https://doi.org/10.54783/jser.v4i2.54>
- Rahmania, L., Kasih, F., & Kardo, R. (2021). Model bimbingan kelompok dengan menggunakan metode home room dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik. *Jambura Guidance and Counseling Journal*, 2(2), 101–107. <https://doi.org/10.37411/jgcj.v2i2.716>
- Ridwan, I., Muhibah, S., Maisaroh, I., & Ngulwiyah, I. (2020). Islamic education and civil society. *Tadris: Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah*, 5(2), 241–252.
- Rizal Saragih, M., & Hasanah, R. H. (2025). Peningkatan motivasi, kedisiplinan dan keahlian siswa-siswi Yayasan Al-Mutakabbir Kabupaten Bogor. *Jurnal Pengabdian Komunitas Mandiri (PKMB)*, 5(1), 1124–1131. <https://doi.org/10.37481/pkmb.v5i1.1124>
- Sion, P., & Rostikawati, R. (2023). Peran guru pendidikan Pancasila dan kewarganegaraan dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik di SMK Letris Indonesia 1 Tangerang Selatan. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan Undiksha*, 11(2), 95–104. <https://doi.org/10.61476/xmxt8m27>
- Tri Wardani, R., & Wibowo, M. E. (2022). Pengembangan modul bimbingan dan konseling untuk pencegahan bullying di SMA. *Jurnal Fokus Konseling*, 8(1), 15–24. <https://doi.org/10.52657/jfk.v8i1.1497>
- Tri Wasono, F., & Suciati, S. (2024). Project based learning untuk meningkatkan regulasi diri, kewirausahaan, penguasaan konsep prakarya SMP XYZ Tangerang. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 4(1), 91–97. <https://doi.org/10.54371/jiepp.v4i1.399>
- Via, I., & Padang, A. T. (2021). Pentingnya Tata Tertib dalam Membentuk Disiplin Belajar Siswa SMP. *Jurnal KAIROS*, 1(1), 79–88. <https://doi.org/10.19166/kairos.v1i1.3164>
- Yuliyantika, S. (2017). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar siswa kelas X, XI, dan XII di SMA Bhakti Yasa Singaraja tahun pelajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, 9(1), 118–128. <https://doi.org/10.23887/jjpe.v9i1.19987>
- Yusuf, M. (2018). *Pengantar ilmu pendidikan*. Lembaga Penerbit Kampus IAIN Palopo.
- Zalazar-Jaime, M. F., & Medrano, L. A. (2020). An integrative model of self-regulated learning for university students: The contributions of social cognitive theory of carriers. *Journal of Education*, 202(2), 1–13. <https://doi.org/10.1177/0022057420904375>
-

Copyright Holder :

© Nugraha, A. D., Rakhmawati, D., & Venty, V. (2026).

First Publication Right :

© Journal of Society Counseling

This article is under:

