

Hubungan antara *Growth Mindset* dengan *Self-Regulated Learning* (SRL) Pada Siswa SMP N 01 Sumowono Kabupaten Semarang

Frida Putri Purna Reksha¹, Inhastuti Sugiasih²

¹Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

²Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

**Corresponding Author:*

inhastuti@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara growth mindset dengan self-regulated learning pada siswa SMP N 01 Sumowono Kabupaten Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 93 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan 2 skala yaitu skala growth mindset dan skala self-regulated learning. Skala growth mindset terdiri dari 31 item dengan daya diskriminasi yang berkisar antara 0,330 hingga 0,673 dengan reliabilitas 0,914. Skala self-regulated learning terdiri dari 22 item dengan daya diskriminasi yang bergerak antara 0,315 hingga 0,647 dengan reliabilitas 0,881. Hipotesis yang diajukan yaitu adanya hubungan positif antara growth mindset dengan Self-Regulated Learning pada siswa SMP N 01 Sumowono. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis product moment untuk menguji hipotesis, diperoleh hasil yakni nilai r_{xy} 0,758 dengan nilai signifikansi (Sig.) 0,001 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara growth mindset dengan self-regulated learning yang berarti hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci : Growth Mindset, Self-Regulated Learning, SRL.

Abstract

This research aims to determine the relationship between growth mindset and self-regulated learning among students at SMP N 01 Sumowon. The research method employed a quantitative approach with a sample size of 93 students. The sampling technique used was cluster random sampling. Data collection methods involved two scales a growth mindset scale and a Self-Regulated Learning scale. The Growth Mindset scale comprises 31 items with discrimination power ranging from 0.330 to 0.673 and a reliability of 0.914. The self-regulated learning scale consists of 22 items with discrimination power ranging from 0.315 to 0.647 and a reliability of 0.881. The hypothesis proposed in this research is that there is a positive relationship between growth mindset and self-regulated learning among students at SMP N 01 Sumowono. Data analysis in this research utilized product moment analysis to test the hypothesis. The results obtained were an r_{xy} value of 0.758 with a significance value (Sig.) of 0.001 ($p < 0.01$). These results indicate that there is a highly significant positive relationship between growth mindset and self-regulated learning, meaning the proposed hypothesis is accepted.

Keywords: Growth Mindset, Self-Regulated Learning, SRL

1. PENDAHULUAN

Tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah tahap krusial dalam proses pendidikan anak. Fase ini menjadi masa transisi dari Sekolah Dasar (SD) menuju tingkat yang lebih tinggi. Dimana tekanan belajar, interaksi sosial, dan ekspektasi akademik mengalami peningkatan yang signifikan. Kemandirian belajar tersebut berkaitan erat dengan kemampuan *self-regulated learning* (SRL), yaitu kemampuan individu untuk merencanakan, memantau, serta mengevaluasi proses belajar secara sadar dan mandiri (Zimmerman, 2002).

Self-regulated learning (SRL) merupakan suatu proses aktif ketika siswa menetapkan tujuan belajar, memilih strategi, memonitor pemahaman, serta mengevaluasi hasil belajar yang diperoleh (Zimmerman, 2002). Kemampuan *Self-regulated learning* (SRL) tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga mencakup motivasi dan perilaku yang membantu siswa lebih aktif dan bertanggung jawab. Siswa dengan kemampuan SRL yang baik cenderung mampu mengatur waktu, mempertahankan motivasi, dan memiliki tanggung jawab akademik yang baik. Sebaliknya, kurangnya kemampuan SRL menyebabkan berkurangnya motivasi belajar serta rendahnya rasa tanggung jawab akademik, sehingga siswa mudah kehilangan fokus dan lebih rentan mengalami kecemasan ketika menghadapi tugas atau ujian (Panadero, 2017).

Zimmerman (2002) menyebutkan ada tiga aspek dalam *self-regulated learning* (SRL) diantaranya ialah, (a) *Forethought* (perencanaan dan motivasi diri), (b) *Performance* (Pengendalian perilaku), dan (c) *Self-reflection* (Evaluasi). Siswa dikatakan memiliki kemampuan SRL yang baik apabila siswa dapat melewati ketiga proses tersebut. Pada tahap awal, siswa mampu menetapkan tujuan serta merencanakan strategi. Siswa mampu menilai tuntutan tugas, memprediksi kesulitan, dan mempersiapkan strategi yang dibutuhkan. Kemudian pada tahap pelaksanaan strategi, siswa mampu memonitor diri, mengatur fokus, serta mengelola waktu selama kegiatan belajar berlangsung. Pada tahap akhir, siswa mampu melakukan evaluasi terhadap hasil belajarnya. Artinya, siswa mampu menilai kegagalan serta keberhasilan atas strategi yang telah dilakukan. Proses refleksi ini, akan mempengaruhi siklus berikutnya melalui atribusi penyebab serta penyesuaian strategi.

Fenomena rendahnya *self-regulated learning* masih ditemukan pada siswa SMP di Indonesia. Gustiana dkk. (2023) menemukan bahwa kemampuan *self-regulated learning* (SRL) siswa SMP berada pada tingkat sedang cenderung rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Imami (2022) juga menunjukkan bahwa penerapan *self-regulated learning* pada siswa terhadap mata pelajaran matematika masih tergolong rendah dengan persentase rata-rata sebesar 28,97%.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning* terbagi atas faktor internal dan faktor eksternal (Zimmerman, 2002). Faktor internal terdiri dari *self-efficacy*, orientasi tujuan, nilai dan minat terhadap tugas. Sementara faktor eksternal terdiri dari *modelling* (pemberian teladan), pemberian umpan balik (*feedback*), struktur tugas dan pemberian *support* dari lingkungan.

Sementara itu, Xu dkk. (2025) menyebutkan bahwa salah satu faktor psikologis yang diduga memengaruhi *self-regulated learning* adalah *growth mindset* (Xu dkk.,

2025). Dweck (2006) menjelaskan bahwa *growth mindset* merupakan keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat berkembang melalui usaha, pengalaman, dan strategi belajar yang tepat. Dweck (2006) menjelaskan bahwa *growth mindset* merupakan keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat berkembang melalui usaha, pengalaman, dan strategi belajar yang tepat. Individu dengan *growth mindset* cenderung melihat kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan positif antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning*. Santoso dan Dwiastuti (2023) menemukan bahwa mahasiswa dengan *growth mindset* tinggi cenderung memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik. Natasha dan Haas (2022) juga mengungkapkan bahwa siswa SMP dengan *growth mindset* tinggi menunjukkan kemampuan *self-regulated learning* yang lebih baik, terutama dalam aspek motivasi intrinsik dan strategi belajar. Siswa yang memiliki *growth mindset* tinggi cenderung lebih aktif dalam mengatur proses belajarnya, memiliki motivasi intrinsik yang baik, serta lebih gigih dalam menghadapi tantangan akademik.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pengetahuan mengenai hubungan antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* (SRL) pada siswa SMP N 01 Sumowono Kabupaten Semarang.

2. METODE

Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Variabel bebas (*independent*) merupakan variabel yang perubahannya mampu memengaruhi atau menimbulkan perubahan pada variabel lain (Azwar, 2017). Sedangkan variabel tergantung (*dependent*) yaitu variabel yang dijadikan ukuran dalam penelitian untuk melihat sejauh mana efek atau pengaruh yang ditimbulkan oleh variabel lain (Azwar, 2017). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *growth mindset* sedangkan variabel tergantung yaitu *self-regulated learning* (SRL). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memberikan perlakuan terhadap variabel tersebut. Penelitian korelasional digunakan untuk melihat sejauh mana variasi pada suatu variabel berhubungan dengan variasi pada variabel lainnya (Azwar, 2017).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *cluster random sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan cara randomisasi terhadap suatu kelompok, bukan terhadap individu (Azwar, 2017). Dalam hal ini, populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VII SMP N 01 Sumowono yang terdiri dari 191 anak yang terbagi menjadi kelas A, B, C, D, E, dan F. Peneliti lalu melakukan randomisasi kelas dengan menggunakan *spinner* untuk menentukan sampel yang akan digunakan. Setelah itu, terpilih lah kelas B, C, dan F sebagai sampel dalam penelitian ini. Pelaksanaan penelitian memperoleh 93 responden yang terdiri dari 45 laki-laki dan 48 perempuan. Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari dua skala psikologis, yaitu skala *self-regulated learning* dan skala *growth mindset*.

Skala *self-regulated learning* (SRL) terdapat 22 aitem yang disusun berdasarkan tiga aspek dari teori Zimmerman (2002) diantaranya yaitu, *forethought* (perencanaan

dan motivasi diri), *performance* (Pengendalian perilaku), dan *self-reflection* (Evaluasi). Individu yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang baik mampu merencanakan dan membuat strategi belajar yang sesuai dengan kebutuhan diri. Individu juga mampu mengendalikan diri saat menjalankan strategi belajar, seperti mengelola fokus dan rutin dalam melakukan pembelajaran. Pada tahap selanjutnya, siswa yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang baik mampu melakukan evaluasi dan refleksi terhadap hasil belajarnya. Siswa mampu mengidentifikasi kegagalan ataupun keberhasilan dalam pelaksanaan strategi belajarnya. Dalam hal ini, berdampak kepada pengaturan belajar siswa kedepan sesuai dengan yang diharapkan.

Skala *growth mindset* terdapat 31 aitem modifikasi dari Dari' (2022) yang disusun berdasarkan empat aspek dari teori Dweck (2006) diantaranya yaitu, keyakinan bahwa kecerdasan dapat berkembang, orientasi pada usaha, respon terhadap kegagalan, dan sikap terhadap kritik. Individu dengan kemampuan *growth mindset* yang baik memiliki keyakinan bahwa bakat, kecerdasan, dan kemampuan bukanlah sesuatu yang bersifat tetap, tetapi bisa ditingkatkan dengan berbagai usaha dan pengalaman belajar. Oleh karenanya, siswa dengan *growth mindset* yang baik selalu mengedepankan usaha dan kerja keras sebagai faktor utama yang menentukan keberhasilan, jadi bukan semata-mata bakat bawaan. Kegagalan dianggap sebagai kesempatan untuk belajar, memperbaiki strategi, dan mengembangkan diri, bukan sebagai tanda ketidakmampuan. Siswa dengan kemampuan *growth mindset* yang baik juga akan menganggap kritik dan saran sebagai masukan yang membangun, bukan sebagai ancaman terhadap harga diri. Kritik membuat individu merasa terpanggil untuk memperbaiki diri menjadi lebih baik kedepannya.

Uji kualitas instrumen meliputi uji validitas, reliabilitas dan daya beda item. Validitas berasal dari istilah *validity* yang mengacu pada tingkat ketetapan suatu tes atau skala dalam melaksanakan fungsi pengukurannya. Suatu alat ukur dikatakan valid apabila mampu mencapai tujuan pengukuran secara tepat sesuai yang diharapkan. Dengan demikian, inti dari validitas terletak pada sejauh mana kecermatan alat ukur tersebut dalam memberikan hasil yang sesuai dengan aspek yang ingin diukur (Azwar, 2012). Validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi, yaitu gambaran sejauh mana suatu instrumen mampu merepresentasikan secara utuh aspek atau domain yang hendak diukur (Azwar, 2012). Penyusunan butir-butir pertanyaan sudah melalui proses yang melibatkan penilaian ahli (*expert judgment*) oleh dosen pembimbing, yaitu Ibu Inhasuti Sugiasih, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Uji Reliabilitas yaitu nilai yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mampu menghasilkan data yang dapat dipercaya dan diandalkan (Azwar, 2012). Pengujian reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *Cronbach's Alpha* untuk menilai konsistensi alat ukur. Uji daya beda item dilakukan untuk mengetahui sejauh mana setiap butir pernyataan mampu membedakan individu yang memiliki tingkat atribut tinggi dengan yang rendah. Pada penelitian ini dilakukan menggunakan Teknik *Pearson Product Moment* dengan kriteria koefisien korelasi minimal 0,30 sebagai indikator daya beda yang memadai.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan bantuan *software* SPSS versi 27. Teknik ini dilakukan untuk menguji hubungan antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* (SRL). Hipotesis

yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* di SMP N 01 Sumowono Kabupaten Semarang yang artinya, semakin tinggi kemampuan *growth mindset* siswa maka semakin tinggi pula *self-regulated learning*. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan *growth mindset* maka semakin rendah pula kemampuan *self-regulated learning* (SRL) pada siswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Peneliti menggunakan uji normalitas untuk memastikan apakah data terdistribusi secara normal atau tidak (Setiasih & Idfi Setianingrum, 2018). Peneliti menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov test* dengan ketentuan jika nilai lebih dari 0,05 atau 5% maka dinyatakan normal. Berikut penyajian hasil uji normalitas:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Test Statistic	Sig.	<i>p</i>	Ket
<i>Self-Regulated Learning</i> (SRL)	65,76	6,746	0,072	0,200	>0,05	Normal
<i>Growth Mindset</i>	119,46	13,640	0,068	0,200	>0,05	Normal

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel *growth mindset* dan *self-regulated learning* (SRL) terdistribusi secara normal. Uji linearitas dilakukan untuk mengidentifikasi apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *independent* dengan variabel *dependent* secara linear. Dalam hal ini peneliti dibantu *software* SPSS versi 27. Kriteria yang berlaku adalah jika nilai signifikansi pada linearity <0,05 maka dapat diartikan bahwa antara variabel bebas dan variabel tergantung terdapat hubungan yang linear. Berikut hasil uji linearitas:

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F linear	Sig
<i>Self-Regulated Learning</i> (SRL) * <i>Growth Mindset</i>	110,768	<0,001

Berdasarkan tabel 2. Hasil Uji Linearitas menunjukkan signifikansi pada variabel *Self-Regulated Learning* (SRL) terhadap *Growth Mindset* sebesar <0,001 yang berarti bahwa data variabel berpola linear. Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* (SRL) pada siswa SMP N 01 Sumowono Kabupaten Semarang.

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi *product moment* dari *Pearson* dengan maksud untuk menganalisis hubungan antara variabel *Growth Mindset* (X) dengan variabel *Self-Regulated Learning* (Y). Hasil uji *product moment* memperoleh nilai korelasi sebesar $r_{xy} = 0,758$ dengan signifikansi = 0,001 ($p < 0,01$) yang artinya terdapat hubungan positif antara *Growth Mindset* dan *Self-Regulated Learning* (SRL), sehingga semakin tinggi *Growth Mindset* maka semakin tinggi pula *Self-Regulated Learning* (SRL) pada siswa SMP N 01 Sumowono. Hal ini

menunjukkan adanya hubungan positif antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* (SRL) pada siswa SMP N 01 Sumowono.

Uji beda pada penelitian ini menggunakan uji *Independent Sample t-test*. Uji ini dilakukan mengingat jumlah subjek laki-laki dan perempuan dalam penelitian relatif seimbang, sehingga memungkinkan untuk dilakukan analisis perbedaan antar kelompok secara lebih proporsional. Hal ini dilaksanakan guna mengetahui apakah terdapat beda pada tiap-tiap variabel antara siswa laki-laki dan perempuan. Berdasarkan hasil uji *Independent Sample t-test*, diperoleh nilai signifikansi $<0,001$ ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin. Pada variabel *growth mindset*, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor perempuan ($M = 124,31$) lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki ($M = 114,29$). Selanjutnya, pada variabel *self-regulated learning* (SRL), rata-rata skor perempuan ($M = 68,00$) juga lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki ($M = 63,38$). Temuan ini menunjukkan bahwa baik pada variabel *growth mindset* maupun *self-regulated learning*, perempuan cenderung memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Berikut hasil uji beda:

Tabel 3. Hasil Uji Beda

	<i>Mean</i>	
	Laki-laki	Perempuan
<i>Self-Regulated Learning</i> (SRL)	63,38	68,00
<i>Growth Mindset</i>	114,29	124,31

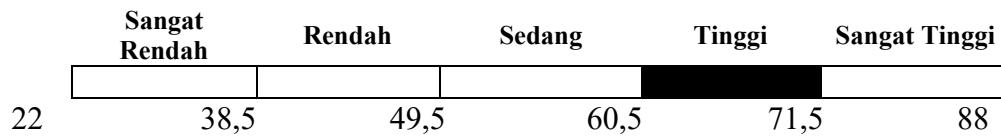
Deskripsi data bertujuan untuk mendeskripsikan data mengenai variabel yang didapat dari populasi penelitian (Azwar, 2017). Deskripsi data memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman empiris mengenai realitas data tentang variabel yang diteliti sebelum melakukan pengujian hipotesis (Azwar, 2017). Penelitian ini memakai kategorisasi model normal dimana klasifikasi subjek didasarkan pada kelompok yang bertingkat oleh setiap variabel yang muncul. Berikut gambaran hitungan norma hipotetik dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.5\sigma < x$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5\sigma < x \leq \mu + 1.5\sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5\sigma < x \leq \mu + 0.5\sigma$	Sedang
$\mu - 1.5\sigma < x \leq \mu + 0.5\sigma$	Rendah
$x \leq \mu - 1.5\sigma$	Sangat Rendah

Tabel 5. Norma Kategori Skala *Self-Regulated Learning* (SRL)

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$71,5 < x$	Sangat Tinggi	21	22,6%
$60,5 < x \leq 71,5$	Tinggi	55	59,1%
$49,5 < x \leq 60,5$	Sedang	16	17,2%
$38,5 < x \leq 49,5$	Rendah	1	1,1%
$x \leq 38,5$	Sangat Rendah	0	0%
Total		93	100,0%

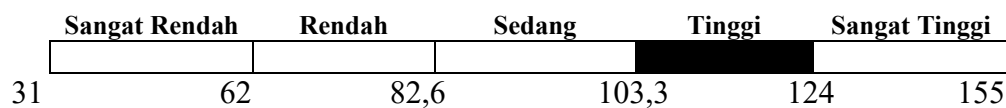


Gambar 1. Kategori skor subjek pada skala *Self-Regulated Learning* (SRL)

Hasil kategori skor subjek pada skala *Self-Regulated Learning* (SRL) menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP N 01 Sumowono berada pada kategori tinggi. Artinya, siswa mampu dalam mengatur kegiatan belajarnya secara mandiri.

Tabel 6. Norma Kategori Skala *Growth Mindset*

Norma	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
$124 < x$	Sangat Tinggi	35	37,6%
$103,3 < x \leq 124$	Tinggi	45	48,0%
$82,67 < x \leq 103,3$	Sedang	13	14,0%
$62 < x \leq 82,67$	Rendah	0	0%
$x \leq 62$	Sangat Rendah	0	0%
Total		93	100,0%



Gambar 1. Kategori skor subjek pada skala *Growth Mindset*

Berdasarkan gambar diatas dapat disimpulkan bahwa kategori skor *Growth Mindset* pada siswa SMP N 01 SMP Sumowono yaitu tinggi. Artinya, siswa tergolong memiliki keyakinan bahwa kemampuannya bisa berkembang. Keyakinan ini berperan penting dalam membantu membangun semangat belajar siswa.

Hasil kategorisasi skor menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP N 01 Sumowono berada pada kategori *growth mindset* dan *self-regulated learning* (SRL) yang tinggi. Nilai rata-rata pada kedua variabel menunjukkan bahwa siswa SMP N 01 Sumowono umumnya memiliki keyakinan yang baik mengenai kecerdasan dapat ditingkatkan melalui usaha sehingga individu mampu megatur strategi belajar, mengelola dan mengevaluasi hasil belajarnya. Temuan ini menunjukkan bahwa *growth mindset* berperan sebagai tumpuan berpikir yang baik untuk menunjang kemampuan *self-regulated learning* siswa, khususnya di SMP N 01 Sumowono.

B. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah ada hubungan antara *Growth Mindset* dengan *Self-Regulated Learning* (SRL) pada siswa di SMP N 01 Sumowono. Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan nilai koefisiensi sebesar 0,758 dengan nilai signifikansi = 0,001 ($p < 0,01$). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* (SRL), sehingga hipotesis dalam penelitian dapat diterima.

Semakin tinggi kemampuan *Growth Mindset* maka akan semakin tinggi kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL). Sebaliknya, semakin rendah kemampuan *Growth Mindset* maka semakin rendah pula kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL) pada siswa di SMP N 01 Sumowono.

Berdasarkan hasil uji *Independent Sample t-test*, diperoleh nilai signifikansi = 0,001 ($p < 0,01$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan berdasarkan jenis kelamin. Hasil uji menunjukkan bahwa baik pada variabel *growth mindset* maupun *self-regulated learning*, perempuan cenderung memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anazifa dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa siswa perempuan cenderung memiliki *self-regulated learning* yang lebih baik dibandingkan siswa laki-laki, khususnya pada saat menetapkan tujuan belajar, pemilihan strategi penyelesaian tugas, mengatur waktu belajar dan evaluasi diri. Siswa laki-laki cenderung menunjukkan pengelolaan belajar yang lebih spontan dan kurang terstruktur sehingga regulasi belajar akademik relatif lebih rendah (Anazifa dkk., 2023). Dengan demikian, terdapat kecenderungan bahwa siswa perempuan memiliki *growth mindset* dan *self-regulated learning* yang lebih tinggi dibandingkan siswa laki-laki.

Secara konseptual, individu dengan *Growth Mindset* yang tinggi cenderung memiliki ketekunan dalam menyelesaikan tugas dan mampu memaknai kegagalan sebagai proses dari belajar. Hal ini kemudian mendorong individu untuk melakukan perencanaan belajar, memantau kemajuan diri dan mengevaluasi cara belajar yang digunakan. Sikap inilah yang menjadi aspek-aspek dalam *Self-Regulated Learning* (SRL). Artinya, *Growth Mindset* mampu mendorong munculnya kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL).

Self-Regulated Learning (SRL) dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal. Faktor internal seperti keyakinan diri, motivasi intrinsik, orientasi tujuan belajar, nilai dan minat terhadap tugas, pengetahuan dan strategi dalam berpikir, kemandirian, dan kemampuan individu dalam mengelola emosi. Sementara itu, faktor eksternal diantaranya, pemberian contoh dari orang lain (*modelling*), umpan balik yang konstruktif, iklim kelas yang kolaboratif, dukungan sosial dan lingkungan belajar serta ketersediaan sumber daya dan teknologi pembelajaran. Studi yang dilaksanakan oleh Jiang dkk (2023) menemukan fakta bahwa *Growth mindset* berpengaruh terhadap kemampuan seseorang untuk melakukan pembelajaran yang teratur dan mandiri. Sebagaimana Santoso dan Dwiastuti (2023) mengemukakan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan diantara variabel *Growth Mindset* dan *Self-Regulated Learning* (SRL) pada mahasiswa di Malang. Hal ini mengindikasikan bahwa *Growth mindset* bukan hanya menjadi keyakinan umum tetapi juga berperan penting dalam mendorong perilaku belajar yang terarah dan berkelanjutan. Individu dengan kemampuan *growth mindset* yang baik akan cenderung mampu mengembangkan motivasi serta mengelola strategi belajar. Artinya, anak sangat perlu memiliki kemampuan *Growth mindset* untuk menunjang kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL).

Berdasarkan hasil deskripsi data, diketahui bahwa tingkat kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL) pada siswa SMP N 01 Sumowono termasuk kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa siswa SMP N 01 Sumowono mampu dalam mengatur proses pembelajaran secara mandiri. Ini mencakup fase perencanaan, pelaksanaan hingga ke tahap evaluasi strategi belajar yang berkelanjutan. Kemampuan *Growth Mindset* siswa SMP N 01 Sumowono juga tergolong tinggi, yang mana diartikan bahwa siswa mempunyai keyakinan yang baik bahwa kecerdasan dan karakter individu dapat terus berkembang melalui usaha walaupun harus menghadapi berbagai tantangan maupun keterbatasan. Dominannya kategori tinggi pada kedua variabel ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman belajar, tuntutan akademik, serta lingkungan pembelajaran yang mendukung. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kecenderungan untuk mengembangkan pola pikir yang adaptif serta kemampuan belajar mandiri yang cukup baik.

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti, siswa SMP N 01 Sumowono Kabupaten Semarang menunjukkan kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL) yang rendah. Namun hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL) yang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa indikasi awal yang diperoleh melalui observasi belum sepenuhnya menggambarkan kondisi *self-regulated learning* (SRL) siswa secara keseluruhan. Hal ini terjadi karena siswa berada pada fase akademik yang menuntut tanggung jawab belajar lebih besar sehingga seiring berjalannya waktu, siswa mulai menyesuaikan strategi belajar, pengelolaan tugas, dan keterlibatan akademik.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *growth mindset* dengan *self-regulated learning* (SRL) di SMP N 01 Sumowono. *Growth mindset* berperan sebagai dasar psikologis yang mendorong individu untuk terlibat secara aktif dalam kemampuan *Self-Regulated Learning* (SRL) pada siswa. Oleh karena demikian, pengembangan *growth mindset* menjadi hal yang krusial untuk meningkatkan kualitas pembelajaran serta kemandirian belajar anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anazifa, R. D., Limiansi, K., & Pratama, A. T. (2023). Students' Self-Regulated Learning based on Gender and Disciplinary Differences during Online Learning. *Journal of Science Education Research*, 7(1), 39–45. <https://doi.org/10.21831/jsr.v7i1.58174>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (edisi 4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boekaerts, M. (1997). Self-regulated learning: A new concept embraced by researchers, policy makers, educators, teachers, and students. *Learning and Instruction*, 7(2), 161–186. [https://doi.org/10.1016/S0959-4752\(96\)00015-1](https://doi.org/10.1016/S0959-4752(96)00015-1)

- Buchanan, A. (2024). A systematic review of mindset theory. In *Handbook of mindset research*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/ce78h>
- Claro, S., Paunesku, D., & Dweck, C. S. (2016). Growth mindset tempers the effects of poverty on academic achievement. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 113(31), 8664–8668. <https://doi.org/10.1073/pnas.1608207113>
- Dari', K. (2022). Pengaruh Growth Mindset Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Siswa SMA Negeri 18 Makassar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 32(3), 167–186. DOI: <https://doi.org/10.52208/embrio.v7i2.430>
- Dasopang, E. Y. (2024). *Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap hasil belajar, matematika siswa di SMP Negeri 2 Padangsidimpuan*. Skripsi. UIN Syekh Ali Hasan Addary Padangsidimpuan.
- Dweck, C. S. (2006). *MINDSET : Mengubah Pola Berpikir untuk Perubahan Besar dalam Hidup Anda*. Tangerang Selatan: PT Bentang Aksara Cahaya
- Gustiana, S. D., Rohaeti, E. E., & Alawiyah, T. (2023). *Gambaran keterampilan self regulated learning siswa SMP kelas VIII selama pembelajaran daring*. FOKUS (Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan), 6(3), 190–200. <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i3.9521>
- Inzlicht, M., Werner, B. J., & Briskin, A. K. (2021). Integrating models of self-regulation. *Annual Review of Psychology*, 72, 319–345. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-061020-105721>
- Jatmiko, D. D. H., Putra, A. M., Kristiana, A. I., Murtikusuma, R. P., & Adawiyah, R. (2025). Kemampuan Berpikir Logis Siswa Dalam Menyelesaikan Masalah Peluang Ditinjau dari Self-Regulated Learning. *Jurnal Ilmiah Matematika (JIMAT)*, 6(1), 163–172. <https://doi.org/10.63976/jimat.v6i1.921>
- Jiang, Y., Liu, H., Yao, Y., Li, Q., & Li, Y. (2023). The Positive Effects of Growth Mindset on Students' Intention toward Self-Regulated Learning during the COVID-19 Pandemic: A PLS-SEM Approach. *Sustainability (Switzerland)*, 3. <https://doi.org/10.3390/su15032180>
- Latipah, E. (2015). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 110 – 129–129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7696>
- Natasha, & Haas. (2022). Self-Regulated Learning and Growth Mindset in Middle School Students. *Journal of Educational Psychology and Research*, 8(167), 290–304.
- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8(APR), 1–28. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and SRL in college students. *Educational Psychology Review*, 16(4), 385–407.

- Pratiwi, A. F., & Imami, A. I. (2022). Analisis self-efficacy dalam pembelajaran matematika pada siswa smp. *AKSIOMA : Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 13(3), 403–410. <https://doi.org/10.26877/aks.v13i3.13973>
- Santoso, F. A., & Dwiastuti, I. (2023). Growth Mindset and Self-Regulated Learning in College Students. *Jurnal Sains Psikologi*, 12(1), 1. <https://doi.org/10.17977/um023v12i12023p1-9>
- Sari, D. A. K., & Setiawan, E. P. (2023). Literas Baca Siswa Indonesia Menurut Jenis Kelamin, Growth Mindset, dan Jenjang Pendidikan: Survei PISA. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 8(1), 1–16. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v8i1.3873>
- Setiasih, & Idfi Setianingrum. (2018). *Statistik Psikologi, Solusi Masalah Psikologi dengan Statistik* (edisi 1, c). Yogyakarta: Graha Ilmu, Ruko Jambusari 7A 55283.
- Sisk, V. F., Burgoyne, A. P., Sun, J., Butler, J. L., & Macnamara, B. N. (2018). To What Extent and Under Which Circumstances Are Growth Mind-Sets Important to Academic Achievement? Two Meta-Analyses. *Psychological Science*, 29(4), 549–571. <https://doi.org/10.1177/0956797617739704>
- Xu, K. M., Leferink, J., & Wijnia, L. (2025). A review of the relationship between student growth mindset and self-regulated learning. *Frontiers in Education*. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1539639>
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302–314. <https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>
- Zamnah, L. N. (2019). Analisis Self-Regulated Learning yang Memperoleh Pembelajaran Menggunakan Pendekatan Problem-Centered Learning dengan Hands-On Activity. *ANARGYA: Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika*, 2(1). <https://doi.org/10.24176/anargya.v2i1.3495>
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner An Overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/S15430421TIP4102_2