

## ABSTRAK

Pendidikan saat ini mengutamakan keterampilan belajar mandiri, dimana siswa secara aktif mengelola dan mengarahkan proses belajar. *Self-regulated learning* membantu siswa mengelola waktu, menetapkan tujuan dan pengendalian diri sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik. Apabila keterampilan *self-regulated learning* pada siswa rendah, maka dapat mengakibatkan siswa memiliki hasil belajar yang buruk, merasa stress, dan kurang percaya diri. Faktor yang dapat mempengaruhi *self-regulated learning* adalah faktor personal dan lingkungan. Salah satu faktor personal yang mempengaruhi *self-regulated learning* adalah kecemasan akademik. Rasa cemas yang mencakup perasaan takut dan khawatir akan menghambat kemampuan *self-regulated learning* yang dimiliki siswa.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecemasan akademik terhadap *self-regulated learning* pada siswi SMP Mambaus Sholihin Blitar. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan teknik *stratified proporsional random sampling* dimana pemilihan sampel berdasarkan strata tiap angkatan. Jumlah populasi sebanyak 224 siswi dan sampel yang digunakan 139 siswi berdasarkan rumus proporsi. Pengukuran kecemasan akademik menggunakan modifikasi skala *AEQ* (Pekrun dkk, 2005) sedangkan untuk *self-regulated learning* menggunakan skala modifikasi *MSLQ* (Pintrich dkk, 1991).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kecemasan akademik terhadap *self-regulated learning* secara signifikan dengan arah pengaruh negatif. dapat diartikan bahwa semakin tinggi kecemasan akademik maka semakin rendah *self-regulated learning*. pada penelitian ini kecemasan akademik memberikan kontribusi sebesar 26% terhadap *self-regulated learning*, sedangkan sisanya 74% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian. Pada penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di SMP Mambaus Sholihin Blitar mengalami tingkat kecemasan akademik yang bervariasi, dengan mayoritas mengalami cemas ringan. Penelitian juga menunjukkan bahwa kelas VII mengalami kecemasan akademik paling banyak dibandingkan kelas lainnya.

**Kata Kunci:** Kecemasan Akademik, *Self-Regulated Learning*.

## ABSTRACT

Nowadays, education prioritises self-regulated learning skills, where students actively manage and direct the learning process. Self-regulated learning helps students manage time, set goals and self-control so as to improve academic achievement. If students' self-regulated learning skills are low, it can result in students having poor learning outcomes, feeling stressed, and lacking self-confidence. Factors that can influence self-regulated learning are personal and environmental factors. One of the personal factors that influence self-regulated learning is academic anxiety. Anxiety that includes feelings of fear and worry will hinder students' self-regulated learning ability.

Therefore, this study aims to determine the effect of academic anxiety on self-regulated learning in junior high school students of Mambaus Sholihin Blitar. In this study using a quantitative approach with sampling using probability sampling with stratified random sampling technique where sample selection is based on the strata of each generation. The population was 224 students and the sample used was 139 students based on the proportion formula. Measurement of academic anxiety uses a modified AEQ scale (Pekrun et al, 2005) while for self-regulated learning using a modified MSLQ scale (Pintrich et al, 1991).

The results of this study indicate that there is a significant effect of academic anxiety on self-regulated learning with a negative direction of influence. it can be interpreted that the higher the academic anxiety, the lower the self-regulated learning. in this study academic anxiety contributed 26% to self-regulated learning, while the remaining 74% was influenced by other factors outside the study. The study showed that most female students at Mambaus Sholihin Blitar Junior High School experienced varying levels of academic anxiety, with the majority experiencing mild anxiety. The study also showed that class VII experienced the most academic anxiety compared to other classes.

**Keywords:** Academic Anxiety, Self-Regulated Learning.

## المخلص

يعطي التعليم في الوقت الحاضر الأولوية لمهارات التعلم المنظم ذاتي التنظيم، حيث يقوم الطلاب بإدارة عملية التعلم وتوجيهها بنشاط. يساعد التعلّم المنظم ذاتيًا الطلاب على إدارة الوقت وتحديد الأهداف وضبط النفس من أجل تحسين التحصيل الأكاديمي. إذا كانت مهارات التعلّم المنظم ذاتيًا لدى الطلاب منخفضة، فقد يؤدي ذلك إلى ضعف نتائج التعلّم لدى الطلاب، والشعور بالتوتر، والافتقار إلى الثقة بالنفس. العوامل التي يمكن أن تؤثر على التعلم المنظم ذاتيًا هي العوامل الشخصية والبيئية. أحد العوامل الشخصية التي تؤثر على التعلم المنظم ذاتيًا هو القلق الأكاديمي. فالقلق الذي يتضمن الشعور بالخوف والقلق يعيق قدرة الطلاب على التعلم المنظم ذاتيًا.

لذا، تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير القلق الأكاديمي على التعلّم المنظم ذاتيًا لدى طلاب المرحلة الإعدادية في مدرسة مامباوس الصالحين بليتار. في هذه الدراسة باستخدام المنهج الكمي مع أخذ العينات باستخدام أسلوب أخذ العينات الاحتمالية مع تقنية أخذ العينات العشوائية الطبقيّة حيث يعتمد اختيار العينة على طبقات كل جيل. بلغ عدد السكان ٢٢٤ طالبات وكانت العينة المستخدمة ١٣٩ طالبات على أساس معادلة التناسب. واستخدم في قياس القلق الأكاديمي مقياس AEQ المعدل (بيكرون وآخرون، ٢٠٠٥) بينما استخدم في قياس القلق الأكاديمي مقياس معدّل للتعلم المنظم ذاتياً باستخدام مقياس MSLQ المعدل (بينتريش وآخرون، ١٩٩١).

تشير نتائج هذه الدراسة إلى وجود تأثير كبير للقلق الأكاديمي على التعلم المنظم ذاتياً مع اتجاه سلبي للتأثير، ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما زاد القلق الأكاديمي انخفض التعلم المنظم ذاتياً، وقد ساهم القلق الأكاديمي في هذه الدراسة بنسبة ٢٦% في التعلم المنظم ذاتياً، بينما تأثرت النسبة المتبقية ٧٤% بعوامل أخرى خارجة عن الدراسة. أظهرت الدراسة أن معظم الطالبات في مدرسة مامباوس الصالحين بليتار الإعدادية عانين من مستويات متفاوتة من القلق الأكاديمي، حيث عانت غالبيةهن من قلق خفيف. كما أظهرت الدراسة أن الصف السابع كان الأكثر معاناة من القلق الأكاديمي مقارنة بالصفوف الأخرى.

**الكلمات الرئيسية :** القلق الدراسي و التعلم الذاتي المنظم.