

## METAKOGNISI DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA AKSELERASI

**Ribka Dwi Sulistyorini<sup>1</sup>**  
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

**Agustin Rahmawati<sup>2</sup>**  
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

### *Abstract*

*Metacognition is the ability to regulate and control the thought process. With this ability a person capable of controlling the thought processes going on yourself. Thought to be the basis of an individual to behave. By having a good metacognitive skills then the individual will be able to adjust themselves well with their social environment. This is quite important for each individual, especially for students who have the acceleration constraints in terms of adjustment. Students acceleration has tremendous potential and would be very unfortunate if potential students have hampered the acceleration due to adjustment problems with the surrounding environment. By having a good metacognition acceleration then students can control his thoughts and also can control every thing was going to do, including in terms of adjusting to. The population in this study were senior high school students are accelerated in the city of Malang as many as 177 students. The sample in this study is the accelerated student who was in class XI as many as 94 students. That used research bottom is the Purposive Sampling. The process of data analysis used were asumption test, both are normality testing and linierity testing. From linierity testing were found result linier line with equation  $Y = 1,29 + 0,52X$ , which indicates that there is a positive relationship between metacognition with self-adjustment, so that the working hypothesis ( $H_a$ ) which states there is a connection with the adjustment received metacognition .*

*Keywords: Metacognition, Compliance Confine, Acceleration Student*

Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional mengamanatkan tentang perlunya memberikan pendidikan khusus bagi peserta didik yang memiliki potensi dan kecerdasan istimewa. Hal ini dilakukan agar potensi yang ada pada peserta didik dapat berkembang secara optimal dan pada gilirannya memberikan kesempatan

mereka dapat tumbuh menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu, cakap, kreatif dan mandiri.

Layanan pendidikam untuk peserta didik cerdas istimewa yang ditetapkan adalah model dengan program percepatan atau akselerasi (Depdiknas, 2007). Program Akselerasi dirancang khusus untuk anak yang memiliki bakat istimewa dengan kurikulum yang telah disesuaikan. Siswa diberi materi pelajaran yang lebih padat agar waktu

---

<sup>1</sup>Korespondensi mengenai artikel ini dapat dilakukan dengan menghubungi: [fpsi.unmer@gmail.com](mailto:fpsi.unmer@gmail.com)  
<sup>2</sup>Korespondensi mengenai artikel ini dapat dilakukan dengan menghubungi: [rahmawatiagustin@yahoo.co.id](mailto:rahmawatiagustin@yahoo.co.id)

belajarnya dapat diselesaikan lebih awal. Namun dalam pelaksanaan program akselerasi tersebut timbul suatu masalah dari peserta didik terkait dengan hal penyesuaian diri. Diungkapkan oleh Hurlock (2001), siswa yang dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik akan dapat mengerjakan sesuatu sesuai dengan kemampuannya, dibandingkan dengan siswa yang ditolak atau diabaikan oleh teman sekelasnya. Ditambahkan pula bahwa siswa yang dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik akan memiliki dasar untuk meraih keberhasilan pada masa dewasa. Sebaliknya, kegagalan penyesuaian sosial di sekolah akan berakibat yang tidak baik. Siswa dapat merasa tidak bahagia, dan tidak menyukai dirinya sendiri. Akibatnya, siswa akan mengembangkan sikap egois, tertutup, atau bahkan anti sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah berhubungan sosial dan berorganisasi menjadi salah satu masalah yang sering dihadapi siswa akselerasi yang ada di kota Malang (Putri, 2008). Seperti pada umumnya yang terjadi pada peserta didik program akselerasi SMA Negeri di kota Malang, mereka menunjukkan perilaku yang sedikit berbeda dengan peserta didik program reguler. Dengan karakteristik mereka yang khas, dimana karena potensi kognitifnya yang lebih menonjol, sehingga menjadikan mereka seringkali mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan teman sebayanya. Mereka lebih menyukai berinteraksi dengan orang-orang yang lebih dewasa jika dibandingkan

dengan teman-teman sebayanya, sehingga menjadikannya sulit dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya, karena lingkungan yang dihadapi sehari-hari adalah teman-teman sebayanya.

Segala sesuatu yang berkaitan dengan munculnya perilaku pasti akan melibatkan proses berpikir. Sebelum melakukan suatu tindakan, maka seseorang harus mengambil keputusan, dan keputusan dihasilkan dari proses berpikir. Jika demikian dapat disimpulkan bahwa proses berpikir dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang. Dalam masalah penyesuaian diri yang dihadapi peserta didik program akselerasi tidak terletak pada kemampuan inteligensinya. Jika demikian mungkin masalahnya terletak pada proses berpikir yang menyebabkan mereka mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri.

Salah satu hal yang penting dalam proses berpikir adalah kemampuan metakognisi. Metakognisi merupakan ketrampilan yang dimiliki oleh siswa-siswa dalam mengatur dan mengontrol proses berpikirnya (pusdiklatdepdiknas, 2006). Metakognisi tidak hanya tentang kemampuan seseorang dalam berpikir, namun lebih kepada aktivitas berpikir tingkat tinggi. Dikatakan demikian karena aktivitas ini mampu mengontrol proses berpikir yang sedang berlangsung pada diri sendiri (Taccasu Project, 2008). Jika seseorang memiliki kemampuan metakognisi yang bagus, maka seharusnya orang tersebut juga memiliki kemampuan

untuk mengontrol perilaku. Demikian juga dengan peserta didik program akselerasi, jika mereka memiliki kemampuan metakognisi yang baik, seharusnya mereka juga memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri.

Dari permasalahan diatas, dirasa perlu dilakukan penelitian mengenai metakognisi, dalam hubungannya dengan kemampuan menyesuaikan diri peserta didik program akselerasi.

Penyesuaian diri merupakan reaksi terhadap tuntutan internal dan eksternal. Tuntutan internal adalah tuntutan yang berupa dorongan yang timbul dari dalam, baik yang bersifat fisik maupun sosial, misalnya kecintaan dan sebagainya. Sedangkan tuntutan eksternal adalah yang berasal dari luar individu, baik yang bersifat fisik maupun sosial, misalnya keadaan iklim, lingkungan alam dan masyarakat (Vembrianto dalam Chrisanti, 2007).

Penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustasi yang dialami di dalam dirinya. Usaha individu tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan (Schneiders, 1993).

Proses penyesuaian diri merupakan reaksi terhadap tuntutan internal dan eksternal. Tuntutan internal adalah tuntutan yang berupa

dorongan yang timbul dari dalam, baik yang bersifat fisik maupun sosial, misalnya kecintaan dan sebagainya. Sedangkan tuntutan eksternal adalah yang berasal dari luar individu, baik yang bersifat fisik maupun sosial, misalnya keadaan iklim, lingkungan alam dan masyarakat (Vembrianto dalam Chrisanti, 2007).

Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidakmampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan masyarakat pada umumnya. Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya (Zainun, 2002).

Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik ditandai dengan (Haber & Runton, dalam Mustafa, 2002) persepsi yang tepat terhadap kenyataan, kemampuan untuk mengatasi stress dan kecemasan, mempunyai gambaran diri yang positif, kemampuan mengekspresikan emosi, dan hubungan intrrpersonal yang baik.

Sementara itu, ada beberapa faktor yang diyakini dapat mempengaruhi penyesuaian diri (Kartono, 2003), antara lain: kematangan, kesempatan belajar, pengalaman, lingkungan, kultural dan agama, kesadaran dan penerimaan sosial, dan kepribadian. Sejalan dengan itu, (Schneiders, 1993) mengemukakan faktor-faktor kondisi fisik, kepribadian, pendidikan,

lingkungan, agama dan budaya sebagai faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri.

Livingstone (1997) mendefinisikan metakognisi sebagai *thinking about thinking* atau berpikir tentang berpikir. Metakognisi menurut tokoh tersebut adalah kemampuan berpikir di mana yang menjadi objek berpikirnya adalah proses berpikir yang terjadi pada diri sendiri. Sementara Matlin (1998) metakognisi adalah pengetahuan, kesadaran, dan kontrol terhadap proses kognitif yang terjadi pada diri sendiri. Karena itu, metakognisi dapat dikatakan sebagai berpikir seseorang tentang berpikirnya sendiri atau kognisi seseorang tentang kognisinya sendiri

Sebagaimana dikemukakan pada uraian sebelumnya bahwa metakognisi pada dasarnya adalah kemampuan belajar bagaimana seharusnya belajar dilakukan yang didalamnya dipertimbangkan dan dilakukan aktivitas-aktivitas sebagai berikut yang mengacu pada komponen metakognisi (Taccasu Project, 2008): (1) mengembangkan suatu rencana kegiatan belajar, (2) mengidentifikasi kelebihan dan kekurangannya berkenaan dengan kegiatan belajar serta disiplin dalam belajar, (3) menyusun suatu program belajar untuk konsep, keterampilan, dan ide-ide yang baru, (4) mampu menyadari kesalahan dalam proses belajar dan memperbaikinya, (5) memanfaatkan teknologi modern sebagai sumber belajar, (6) berperan serta dalam diskusi dan aktif mengelola informasi, (7) belajar dari dan mengambil manfaat

pengalaman orang-orang tertentu yang telah berhasil dalam bidang tertentu, (8) memahami faktor-faktor pendukung keberhasilan belajarnya, (9) mengetahui dan mengenal kemampuan belajar diri sendiri, (10) dapat mengatur waktu serta menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi, (11) mampu mengevaluasi dan merumuskan suatu strategi belajar.

Beberapa faktor dapat mempengaruhi kemampuan metakognisi individu, antara lain (Marzeelah, 2007) pendidikan, emosi, nilai, dan pengalaman.

Berkaitan dengan permasalahan yang timbul pada peserta didik program akselerasi, segala sesuatu yang berhubungan dengan munculnya perilaku pasti akan melibatkan proses berpikir. Salah satu hal yang penting dalam proses berpikir adalah kemampuan metakognisi. Metakognisi merupakan ketrampilan yang dimiliki oleh siswa-siswi dalam mengatur dan mengontrol proses berpikirnya (pusdiklatdepdiknas, 2008). Metakognisi tidak hanya tentang kemampuan seseorang dalam berpikir, namun lebih kepada aktivitas berpikir tingkat tinggi. Dikatakan demikian karena aktivitas ini mampu mengontrol proses berpikir yang sedang berlangsung pada diri sendiri (Taccasu Project, 2008). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi metakognisi diantaranya adalah pendidikan, emosi, nilai, serta pengalaman. Jika seseorang memiliki kemampuan metakognisi yang bagus, maka seharusnya

orang tersebut juga memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku. Demikian juga dengan anak akselerasi, jika mereka memiliki kemampuan metakognisi yang baik, seharusnya mereka juga memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri. Adanya kaitan-kaitan inilah yang menyatakan adanya hubungan antara metakognisi anak akselerasi dengan penyesuaian diri anak akselerasi.

Dari penjelasan di atas, maka muncullah hipotesa sementara, yaitu “Ada Hubungan antara Metakognisi dan Penyesuaian Diri Siswa Akselerasi”

### **Metode Penelitian**

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah : metakognisi sebagai variabel bebas (*independent variable*), penyesuaian diri sebagai variabel tergantungan (*dependent variable*), dan variabel moderator meliputi lingkungan, kepribadian, dan kondisi fisik.

Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik program akselerasi yang ada di kota Malang, yaitu dari SMAN 1, SMAN 3, SMAN 4, SMAN 5, dan SMAN 8, yang berjumlah 177 siswa. Dalam penelitian ini yang digunakan sebagai sampel adalah peserta didik program akselerasi kelas XI, yang berjumlah 94. Sementara pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Penyesuaian Diri dan Skala Metakognisi. Skala yang digunakan

untuk mengukur penyesuaian diri diambil dari teori Hurlock (1993) dengan beberapa ciri-ciri yang akan dipakai sebagai dasar dalam pembuatan skala, antara lain : (a) penampilan nyata, (b) penyesuaian diri terhadap kelompok, (c) sikap sosial, dan (d) kepuasan pribadi. Sementara variabel metakognisi diungkap dengan menggunakan Skala Metakognisi, yang mengacu berdasarkan pendapat Taccasu Project (2008) dengan komponen antara lain (1) mengembangkan suatu rencana kegiatan belajar, (2) mengidentifikasi kelebihan dan kekurangannya berkenaan dengan kegiatan belajar serta disiplin dalam belajar, (3) menyusun suatu program belajar untuk konsep, keterampilan, dan ide-ide yang baru, (4) mampu menyadari kesalahan dalam proses belajar dan memperbaikinya, (5) memanfaatkan teknologi modern sebagai sumber belajar, (6) berperan serta dalam diskusi dan aktif mengelola informasi, (7) belajar dari dan mengambil manfaat pengalaman orang-orang tertentu yang telah berhasil dalam bidang tertentu, (8) memahami faktor-faktor pendukung keberhasilan belajarnya, (9) mengetahui dan mengenal kemampuan belajar diri sendiri, (10) dapat mengatur waktu serta menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi, (11) mampu mengevaluasi dan merumuskan suatu strategi belajar.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah hanya dengan menggunakan uji asumsi karena dalam penelitian ini yang hanya

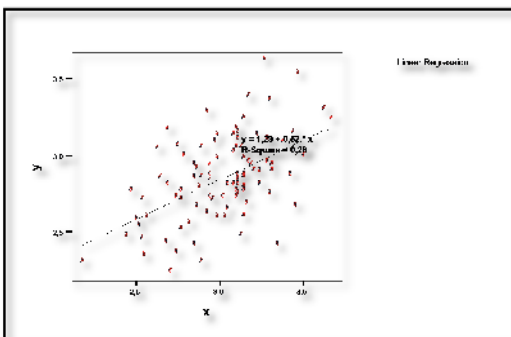
ingin diketahui adalah adanya hubungan atau tidak antara dua variabel. Uji asumsi ini terdiri dari Uji Linieritas dan juga Uji Normalitas.

### Hasil Penelitian

Uji asumsi dalam penelitian ini adalah uji Linieritas dan uji Normalitas. Kedua hasil tersebut antara lain :

#### 1. Hasil Uji Linieritas

Hasil uji linieritas adalah sebagai berikut :

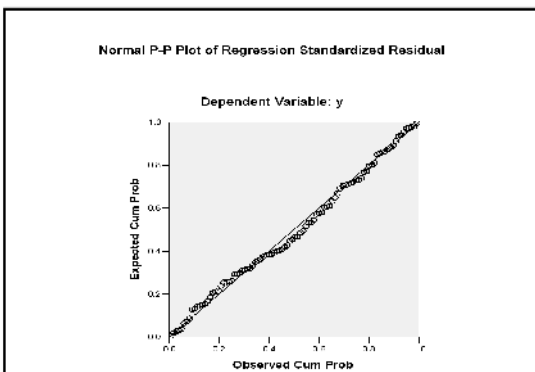


Keterangan : X= Penyesuaian Diri, Y= Metakognisi

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan adanya garis linier dengan persamaan  $Y = 1,29 + 0,52X$ , dimana garis linier tersebut dapat diartikan bahwa antara metakognisi dan penyesuaian diri ada hubungan linier yang positif.

#### 2. Hasil Uji Normalitas

Hasil uji Normalitas adalah sebagai berikut:



Dari gambar di atas diketahui bahwa kedua variabel dapat dikatakan normal karena sebaran memiliki kecenderungan untuk berada disekitar garis atau kelompok.

Berdasarkan hasil analisis di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara metakognisi dengan penyesuaian diri seseorang, sehingga hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan metakognisi dengan penyesuaian diri diterima. Adapun arah hubungan antara kedua variabel yaitu antara metakognisi dan penyesuaian diri adalah positif.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat hubungan antara metakognisi dengan penyesuaian diri pada siswa akselerasi pada SMA Negeri di kota Malang. Dari hasil penelitian didapatkan adanya hubungan yang positif antara metakognisi dengan penyesuaian diri siswa akselerasi, dimana jika semakin tinggi kemampuan metakognisi seseorang maka kemampuan penyesuaian dirinya akan semakin baik, dan sebaliknya jika semakin rendah kemampuan metakognisis seseorang maka kemampuan dalam hal penyesuaian diri akan semakin buruk. Hal ini dapat dipahami mengingat bahwa dalam metakognisi ada dua komponen dasar, yaitu pengetahuan tentang kognisi dan mekanisme pengendalian diri serta monitoring kognitif (Livington, 1997; Barker dan Brown, 1984; serta Gagne, 1993, dalam

Nur, 2005). Sehingga jika individu memiliki kemampuan metakognisi yang bagus, maka sudah dapat dipastikan bahwa dia akan mampu mengendalikan diri secara memadai, termasuk juga dalam kaitannya dengan pengendalian perilaku. Oleh karenanya, meskipun menghadapi situasi-situasi yang tidak menyenangkan, mereka tetap mampu menunjukkan kontrol yang baik. Demikian juga dengan peserta didik program akselerasi. Dengan kemampuan mereka yang istimewa, setidaknya dapat menjadikan mereka merasa kesulitan mengikuti pola berpikir teman-teman sebayanya yang dianggapnya cenderung lamban. Situasi tersebut cukup membuat mereka merasa tidak nyaman, maka individu yang memiliki kemampuan metakognisi yang bagus, dimana selain pengetahuan tentang kognisi mereka sendiri, mereka mampu mengontrol kognisi dan perilakunya. Pada akhirnya, kemampuan pengendalian perilaku maupun kognisi tersebut juga menjadi determinan bagi munculnya kemampuan penyesuaian diri.

Maka dengan demikian permasalahan dari siswa akselerasi sebenarnya tidak hanya terletak pada ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri namun juga karena kemampuan metakognisi siswa akselerasi yang rendah. Jadi jika siswa akselerasi dapat mengembangkan kemampuan metakognisi maka siswa akselerasi juga akan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

Perilaku muncul selalu didasari dengan proses berpikir, namun tidak selalu individu dengan intelegensi yang tinggi dapat dengan mudah mengontrol perilakunya termasuk dalam hal menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Hal ini dialami oleh para peserta didik yang mengikuti program akselerasi Sekolah Menengah Atas Negeri yang ada di kota Malang. Tentu saja dalam hal penguasaan materi pelajaran mereka jagonya, karena tidak diragukan lagi mereka memiliki kemampuan inteligensi yang luar biasa yang berbeda dari anak normal. Namun sangat disayangkan jika dengan kemampuan berpikir yang luar biasa justru mereka mengalami masalah dengan penyesuaian dirinya. Dalam berpikir, salah satu hal yang penting adalah kemampuan metakognisi. Metakognisi merupakan ketrampilan yang dimiliki oleh siswa-siswi dalam mengatur dan mengontrol proses berpikirnya (pusdiklatdepdiknas, 2008). Metakognisi tidak hanya tentang kemampuan seseorang dalam berpikir, namun lebih kepada aktivitas berpikir tingkat tinggi. Dikatakan demikian karena aktivitas ini mampu mengontrol proses berpikir yang sedang berlangsung pada diri sendiri (Taccasu Project, 2008).

### **Kepustakaan**

Chrisanti, Rangga, 2007. *Hubungan Kemandirian Dengan Penyesuaian Diri Remaja Pada Siswa SMA Advent Dwi Abdi*. Skripsi (tidak diterbitkan).

- Fakultas Psikologi Universitas Merdeka  
Malang:Malang.
- Depdiknas, Ditjen Mandikdasmen Direktorat  
PLB, 2007, *Penatalaksanaan Psikologi  
Program Akselerasi*, Jakarta.
- Harriet, Wolfgang, Borkowski. 2009.  
*Metacognition, Strategy Use, and  
Instruction*. Penerbit Guilford Press.
- Hawadi, Reni Akbar, 2004. *Akselerasi, A-Z  
Informasi Program Percepatan Belajar*.  
Jakarta: PT. Grasindo
- Hurlock, E.B. 2001. *Psikologi Perkembangan:  
Suatu PendekatanSepanjang Rentang  
Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Kartono, Kartini. (2003). *Hygiene mental*.  
Bandung: Mandar Maju.
- Livingstone, Jennifer A. (1997)  
“*Metacognition: An Overview*”  
Tersedia pada: [http:  
//www.gse.buffalo.edu/fas/shuell/CEP5  
64/Metacog.html](http://www.gse.buffalo.edu/fas/shuell/CEP564/Metacog.html).)
- Mardzeelah, Makhsin, 2007. *Sains Pemikiran  
dan Etika*. Jakarta : PTS Profesional
- Matlin, Margaret W. (1998) *Cognition*.  
Philadelphia: Harcourt Brace College  
Publisher.
- Mustafa. Fahmi, 2002. *Penyesuaian Diri,  
Pengertian dan Peranannya dalam  
Kesehatan Mental*. Jakarta: Penerbit  
Bulan Bintang
- Pusdiklat Depdiknas. 2006. *Strategi Kognitif*.  
Tersedia pada:  
<http://www.Pusdiklatdepdiknas.net>.  
(diakses pada 27 Oktober 2011)
- Schneiders, A. (1993). *Personal Adjustment  
and Mental Health*. New Yor
- Taccasu Project. (2008) “Metacognition”  
Tersedia pada:  
[http://www.hku.hk/cepc/taccasu/ref/met  
acognition.html](http://www.hku.hk/cepc/taccasu/ref/metacognition.html). Diakses pada 10  
November 2011.
- Zainun, Mu’tadin, 2002. *Penyesuaian Diri  
Remaja*. [www.e-psikologi.com](http://www.e-psikologi.com)