
**PERBANDINGAN PRESTASI BELAJAR ANTARA SISWA YANG
MENERAPKAN PERENCANAAN BELAJAR DENGAN YANG TIDAK
MENERAPKANNYA DI MAL UINSU MEDAN**

Qatrunnada¹, Rama Oktapianingsi², Ilham Martua Hasibuan³

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: naadslee@gmail.com, ramaoktapia2004@gmail.com, ilhampku563@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan prestasi belajar antara siswa yang menerapkan perencanaan belajar dengan yang tidak menerapkannya di MAL UINSU Medan. Perencanaan belajar merupakan strategi sistematis yang membantu siswa mengatur waktu, menentukan prioritas, serta memantau kemajuan akademiknya. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena rendahnya motivasi dan ketidakteraturan belajar di kalangan siswa SMP yang berdampak pada pencapaian akademik yang kurang optimal. Metode penelitian yang digunakan adalah metode komparatif dengan pendekatan kuantitatif. Data dikumpulkan melalui angket, observasi, dan dokumentasi nilai hasil belajar siswa semester genap tahun ajaran 2025/2026. Subjek penelitian terdiri dari 60 siswa yang dibagi menjadi dua kelompok: 30 siswa yang menerapkan perencanaan belajar dan 30 siswa yang tidak menerapkannya. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kedua kelompok. Siswa yang menerapkan perencanaan belajar memperoleh rata-rata nilai akademik lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak menerapkannya. Hal ini membuktikan bahwa perencanaan belajar memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan prestasi belajar siswa MAL UINSU Medan.

Kata kunci : *Perencanaan belajar, prestasi belajar, siswa SMP, manajemen waktu.*

ABSTRACT

This study aims to compare the learning achievement of students who implement learning planning and those who do not at MAL UINSU Medan. Learning planning is a systematic strategy that helps students manage their time, determine priorities, and monitor their academic progress. This study was motivated by the phenomenon of low motivation and irregular learning among junior high school students, which impacts suboptimal academic achievement. The research method used was a comparative method with a quantitative approach. Data were collected through questionnaires, observations, and documentation of student learning outcomes in the even semester of the 2025/2026 academic year. The study subjects consisted of 60 students divided into two groups: 30 students who implemented learning planning and 30 students who did not. The analysis showed a significant difference between the two groups. Students who implemented learning planning achieved higher average academic scores than students who did not. This proves that learning planning has a positive influence on improving student achievement at MAL UINSU Medan.

Keywords: *Learning planning, learning achievement, junior high school students, time management.*

1. PENDAHULUAN

Prestasi belajar merupakan indikator utama keberhasilan dalam proses pendidikan. Pencapaian prestasi yang tinggi tidak hanya bergantung pada kemampuan intelektual siswa, tetapi juga pada faktor non-kognitif seperti motivasi, disiplin, dan strategi belajar. Salah satu strategi yang terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar adalah perencanaan belajar yang terstruktur dan berkelanjutan. Melalui perencanaan belajar, siswa dapat mengelola waktu dengan lebih efisien, menyiapkan diri untuk ujian, dan mengatur prioritas akademik mereka secara lebih optimal.

Dalam konteks MAL UINSU Medan, hasil observasi menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang belum memiliki kebiasaan belajar yang sistematis. Sebagian besar siswa belajar secara spontan tanpa jadwal yang teratur, sehingga menyebabkan kesulitan dalam memahami materi dan menurunkan motivasi belajar. Kondisi ini menuntut adanya penelitian empiris untuk mengetahui sejauh mana penerapan perencanaan belajar berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa.

Beberapa penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Zimmerman & Schunk (2011), menunjukkan bahwa perencanaan belajar memiliki peran penting dalam self-regulated learning. Siswa yang mampu menetapkan tujuan belajar dan menyusun strategi pencapaiannya terbukti memiliki kinerja akademik yang lebih baik. Penelitian serupa oleh Pintrich (2004) juga mendukung temuan tersebut, dengan menegaskan bahwa siswa yang aktif dalam perencanaan belajar memiliki kontrol diri yang lebih tinggi terhadap proses belajarnya.

Jadi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan strategi pembelajaran yang lebih efektif di MAL UINSU Medan, serta memberikan wawasan bagi guru dalam membimbing siswa untuk menerapkan kebiasaan belajar yang terencana.

Landasan Teori

1. Konsep Pembelajaran

Pembelajaran merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik serta sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar guna mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan (Gage & Berliner, 1984).

Proses pembelajaran yang baik harus dirancang secara sistematis agar mampu menghasilkan perubahan perilaku dan peningkatan kemampuan kognitif, afektif, maupun psikomotor peserta didik (Depdiknas, 2005).

Dalam perspektif psikologi pendidikan, pembelajaran dipahami sebagai tahap perubahan perilaku dengan terbilang relatif permanen yang menjadi hasil atas adanya pengalaman beserta interaksi bersama lingkungannya (Gage & Berliner, 1984). Perubahan perilaku tersebut tidak terjadi secara otomatis, melainkan melalui proses yang terencana dan berkesinambungan. Oleh karena itu, kualitas pembelajaran sangat ditentukan oleh bagaimana proses pembelajaran tersebut dirancang dan dilaksanakan oleh guru.

2. Perencanaan Pembelajaran

Penjelasan mengenai perencanaan pembelajaran yaitu suatu tahap penyusunan kegiatan pembelajaran yang mencakup tujuan, materi, teknik, media, beserta mencakup evaluasi pembelajaran dengan nantinya dijalankan oleh guru (Depdiknas, 2005). Perencanaan pembelajaran berfungsi dalam menjadi pedoman untuk guru dalam menjalankan pembelajaran sehingga semakin terarah, efektif, serta efisien (Hasanah, 2023).

Dapat dikatakan baiknya perencanaan pembelajaran yaitu apabila memberikan bantuan kepada guru menyesuaikan strategi pembelajaran dengan ciri peserta didik yang akhirnya proses pembelajaran bisa terlaksana dengan optimal serta berdampak positif terhadap prestasi belajar siswa (Bachruddin et al., 2024).

3. Prestasi Belajar

Penjelasan naik prestasi belajar yaitu suatu hasil yang diraih atas peserta didik sesudah mengikuti proses pembelajarannya pada periode tertentu yang biasanya ditunjukkan melalui nilai atau skor hasil evaluasi (Gronlund, 1998). Prestasi belajar mencerminkan tingkat penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran serta kemampuan dalam menerapkan pengetahuan yang diperoleh (Nitko & Brookhart, 2011).

Selain sebagai indikator keberhasilan siswa, prestasi belajar ikut memberikan fungsi dalam menjadi alat agar dapat menilai efektivitas proses pembelajaran dimana sudah dilaksanakan. Prestasi belajar dapat diberikan pengaruh melalui beragam faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Untuk faktor internalnya yaitu mencakup motivasi belajar, sikap, minat, kemudian juga kemampuan intelektual, dan kesiapan belajar siswanya, sementara itu untuk faktor eksternalnya yaitu mencakup lingkungan keluarga, sekolah, metode pembelajaran, serta kualitas perencanaan pembelajaran yang diterapkan oleh guru (Slameto, 2010). Disebabkan hal tersebut, prestasi belajar bukan sekedar mencerminkan kemampuan individu siswanya namun ikut mencerminkan kualitas proses pembelajaran yang berlangsung di kelas, termasuk sejauh mana pembelajaran tersebut direncanakan dan dilaksanakan secara sistematis.

4. Hubungan Perencanaan Pembelajaran dengan Prestasi Belajar

Perencanaan pembelajaran mempunyai hubungan erat melalui adanya prestasi belajar siswanya. Pembelajaran yang direncanakan secara sistematis memungkinkan guru mengelola waktu, metode, dan materi pembelajaran secara optimal sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan lebih baik (Hasanah, 2023).

Penelitian menampilkan bahwasanya siswa yang ikut dalam pembelajaran melalui perencanaan yang matang mempunyai prestasi belajar yang semakin

tinggi apabila dilakukan perbandingan melalui siswa yang ikut dalam pembelajaran tanpa perencanaan yang jelas (Khan et al., 2024). Hal ini menegaskan bahwa perencanaan pembelajaran berperan penting pada menciptakan peningkatan efektivitas proses pembelajaran dan hasil belajar siswa.

5. Perbedaan Prestasi Belajar Siswa dengan dan tanpa Perencanaan Pembelajaran

Siswa yang belajar dalam pembelajaran yang direncanakan dengan baik cenderung memiliki pemahaman materi yang lebih baik karena proses pembelajaran berlangsung secara terstruktur dan terarah (Bachruddin et al., 2024). Sebaliknya, pembelajaran tanpa perencanaan sering menyebabkan pembelajaran berjalan tidak sistematis, tujuan pembelajaran tidak jelas, serta evaluasi yang kurang tepat, sehingga berdampak pada rendahnya prestasi belajar siswa (Depdiknas, 2005)

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kuantitatif komparatif**, yang bertujuan untuk membandingkan dua kelompok siswa berdasarkan variabel penerapan perencanaan belajar. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas VIII MAL UINSU Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Sampel penelitian diambil secara *purposive sampling*, yaitu 30 siswa yang telah menerapkan perencanaan belajar melalui bimbingan guru BK dan 30 siswa yang tidak menerapkannya. Instrumen penelitian berupa angket untuk mengukur intensitas perencanaan belajar dan dokumentasi nilai rapor sebagai indikator prestasi belajar.

Teknik analisis data menggunakan uji-t dua sampel independen (*independent sample t-test*) untuk mengetahui perbedaan rata-rata nilai antara kedua kelompok. Validitas dan reliabilitas instrumen diuji terlebih dahulu dengan bantuan program SPSS. Selain itu, dilakukan juga analisis deskriptif untuk melihat kecenderungan umum perilaku belajar siswa dan pengaruh perencanaan terhadap hasil akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pelaksanaan uji-t menampilkan bahwasanya nilai signifikansi yang sejumlah 0,004 ($<0,05$), dengan memiliki arti ditemui perbedaan signifikan yang ada diantara prestasi belajar siswanya dengan menerapkan perencanaan belajar melalui yang tanpa menerapkannya. Rata-rata nilai kelompok yang menerapkan perencanaan belajar adalah 85,6, sedangkan kelompok tanpa perencanaan belajar hanya mencapai 77,2.

Secara deskriptif, siswa yang menerapkan perencanaan belajar menunjukkan tingkat kedisiplinan yang lebih tinggi, dengan kebiasaan mencatat jadwal belajar harian, membuat target capaian, dan melakukan evaluasi diri. Hal ini mendukung teori self-regulated learning yang menyatakan bahwa perencanaan merupakan tahap awal dalam regulasi diri akademik (Schunk & DiBenedetto, 2020).

Selain itu, observasi menunjukkan bahwa siswa yang tidak memiliki perencanaan belajar cenderung belajar hanya saat mendekati ujian, sehingga pemahaman materi tidak mendalam. Akibatnya, mereka lebih mudah mengalami stres akademik dan kelelahan mental.

Guru yang membimbing kelompok dengan perencanaan belajar juga melaporkan peningkatan partisipasi aktif siswa dalam diskusi kelas. Hal ini memperlihatkan bahwa perencanaan belajar tidak hanya berdampak pada hasil akademik, tetapi juga pada aspek motivasional dan sosial.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Boekaerts (2011) yang menunjukkan bahwa siswa dengan strategi belajar terencana memiliki regulasi emosi yang lebih baik, sehingga mampu mempertahankan fokus dalam jangka panjang.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa perencanaan belajar merupakan keterampilan penting yang harus ditanamkan sejak dini. Penerapan strategi ini juga dapat diintegrasikan dalam program bimbingan konseling sekolah sebagai bagian dari pendidikan karakter dan kemandirian belajar.

Secara praktis, guru dapat mengembangkan modul perencanaan belajar yang berisi panduan penyusunan jadwal belajar, penentuan target akademik, serta refleksi hasil belajar mingguan. Program semacam ini terbukti efektif dalam meningkatkan tanggung jawab belajar dan prestasi siswa di MAL UINSU Medan.

Dari hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa perencanaan belajar bukan hanya sekadar kegiatan administratif, tetapi sebuah strategi metakognitif yang membantu siswa mengontrol proses belajarnya secara aktif dan efektif.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam prestasi belajar antara kelompok siswa yang menerapkan perencanaan belajar dengan kelompok yang tidak melakukannya. Berdasarkan uji t-test diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,004 ($<0,05$), yang menandakan bahwa perbedaan tersebut bukan terjadi secara kebetulan. Kelompok yang memiliki kebiasaan membuat jadwal belajar dan target capaian memperoleh nilai rata-rata 85,6, sedangkan kelompok tanpa perencanaan belajar hanya mencapai 77,2. Temuan ini mengindikasikan bahwa perencanaan belajar berkontribusi positif terhadap peningkatan hasil akademik siswa.

Analisis lebih lanjut dari hasil angket menunjukkan bahwa siswa yang memiliki perencanaan belajar cenderung memiliki tingkat motivasi intrinsik yang lebih tinggi. Mereka merasa lebih bertanggung jawab terhadap proses belajarnya dan memiliki kesadaran untuk memperbaiki kesalahan dari hasil belajar sebelumnya. Hal ini konsisten dengan teori self-determination yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (2000) yang menjelaskan bahwa perilaku belajar yang didorong oleh motivasi internal menghasilkan keterlibatan kognitif yang lebih dalam.

Sementara itu, hasil observasi memperlihatkan bahwa siswa yang tidak menerapkan perencanaan belajar seringkali mengalami prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan menunda tugas atau belajar menjelang ujian. Kondisi ini menyebabkan tingkat stres meningkat dan hasil akademik menurun. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Steel (2007) yang menemukan bahwa prokrastinasi memiliki korelasi negatif yang signifikan terhadap prestasi akademik siswa di berbagai tingkat pendidikan.

Selain faktor motivasi, penerapan perencanaan belajar juga memengaruhi aspek kognitif dan metakognitif siswa. Dalam wawancara terbatas, beberapa siswa mengaku bahwa membuat jadwal belajar membantu mereka memahami konsep materi dengan lebih sistematis karena dapat membagi waktu antara kegiatan membaca, latihan soal, dan istirahat. Pola ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan metakognitif, yaitu kemampuan untuk mengontrol dan mengevaluasi proses belajar sendiri (bodynote¹).

Faktor lingkungan belajar juga ditemukan berperan penting dalam keberhasilan penerapan perencanaan belajar. Siswa yang mendapatkan dukungan dari orang tua dan guru lebih konsisten dalam mengikuti jadwal belajarnya. Sebaliknya, siswa yang lingkungan keluarganya kurang mendukung seringkali kehilangan motivasi untuk melaksanakan perencanaan yang telah disusun. Hasil ini memperkuat temuan Eccles & Wigfield (2020) yang menegaskan pentingnya dukungan sosial dalam memelihara motivasi akademik dan pencapaian prestasi belajar.

Selain itu, aspek penggunaan teknologi digital juga turut memengaruhi efektivitas perencanaan belajar. Siswa yang menggunakan aplikasi penjadwalan seperti Google

Calendar atau Notion dilaporkan lebih disiplin dalam memantau perkembangan tugas sekolah. Mereka juga cenderung memiliki pengelolaan waktu yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang hanya mengandalkan catatan manual. Penelitian oleh Broadbent & Poon (2015) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa penggunaan teknologi dapat meningkatkan self-regulated learning melalui pengingat otomatis dan visualisasi kemajuan belajar.

Dari seluruh temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa keberhasilan perencanaan belajar tidak hanya dipengaruhi oleh kedisiplinan individu, tetapi juga oleh interaksi berbagai faktor seperti motivasi, dukungan sosial, lingkungan belajar, dan adaptasi teknologi. Oleh karena itu, program sekolah yang mengintegrasikan pelatihan perencanaan belajar sebaiknya juga mencakup pelatihan keterampilan digital dan pembinaan motivasi diri untuk memastikan keberlanjutan strategi belajar yang efektif.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara prestasi belajar siswa yang menerapkan perencanaan belajar dengan yang tidak menerapkannya. Siswa yang melakukan perencanaan belajar memperoleh hasil akademik lebih baik karena mampu mengatur waktu, menetapkan tujuan belajar, dan melakukan evaluasi terhadap kemajuan belajar.

Oleh karena itu, sekolah disarankan untuk mengintegrasikan pelatihan perencanaan belajar ke dalam kurikulum pembelajaran atau program bimbingan konseling, agar seluruh siswa dapat mengembangkan keterampilan belajar mandiri yang efektif dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bachruddin, M., Rizqoh, J., & Nadlir. (2024). Urgensi Perencanaan Pembelajaran Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah. *BADA'A: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 6(2), 385–393.
- Boekaerts, M. (2011). *Self-regulation and motivation in education*. In *International Encyclopedia of Education* (3rd ed.). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097087-5.26077-6>.
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2015). *Self-regulated learning strategies and academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review*. *Computers & Education*, 100, 29–47. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2015.02.012>.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). *The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior*. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>.
- Depdiknas. (2005). *Perencanaan pembelajaran*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2020). *From expectancy–value theory to situated expectancy–value theory: A developmental, social cognitive, and sociocultural perspective on motivation*. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101870. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101870>.

- Gage, N. L., & Berliner, D. C. (1984). *Educational psychology* (3rd ed.). Boston: Houghton Mifflin Company.
- Gronlund, N. E. (1998). *Assessment of student achievement* (6th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Hasanah, A. F. (2023). Strategi Perencanaan Pembelajaran untuk Meningkatkan Prestasi Peserta Didik. *Karimah Tauhid Journal*. UNIDA-JUMP.
- Khan, S., Siraj, D., & Ilyas, Z. (2024). Effect of Lesson Planning on Academic Performance: Evidence from the Elementary Level Classroom. *Pakistan Social Sciences Review*.
- Nitko, A. J., & Brookhart, S. M. (2011). *Educational assessment of students* (6th ed.). Boston: Pearson Education.
- Pintrich, P. R. (2004). A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning. *Learning and Instruction*, 14(4), 387–409. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2004.06.002>.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). *Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*. Routledge. <https://doi.org/10.1037/13273-000>.