

TEORI METAKOGNISI

Oleh : Yulia Ayriza

Pengertian

- ▶ Metakognisi menggambarkan proses mental yang terlibat dalam pentransformasian, pengkodean, dan pelacakan kembali suatu informasi.
- ▶ Jawaban tentang proses mental mana yang digunakan, kapan, bagaimana dan mengapa, terletak pada kapasitas manusia tentang metakognisi yang sering diartikan sebagai "thinking about thinking" atau "knowledge about knowledge", merupakan kognisi tentang proses kognitifnya sendiri dan merupakan kemampuan orang untuk memonitor, mengendalikan serta mengorganisasi aktivitas mentalnya sendiri.

Fungsi Eksekutif

- ▶ Berhubung orang tak dapat memproses semua informasi pada tingkat kedalaman yang sama, maka orang memerlukan fungsi 'eksekutif" untuk mengawasi proses pengkodean, pentransformasian, pemrosesan, pengiriman, pelacakan kembali, serta penggunaan suatu informasi.
- ▶ Fungsi eksekutif ini meliputi **Monitoring Diri** dan **Regulasi Diri**

Monitoring Diri

- ▶ **Monitoring diri** merupakan suatu aktivitas memonitor secara luas yang membantu orang meyakini tahu tentang kemajuan yang dicapai dalam memahami dan mengingat akan sesuatu hal.

Regulasi Diri

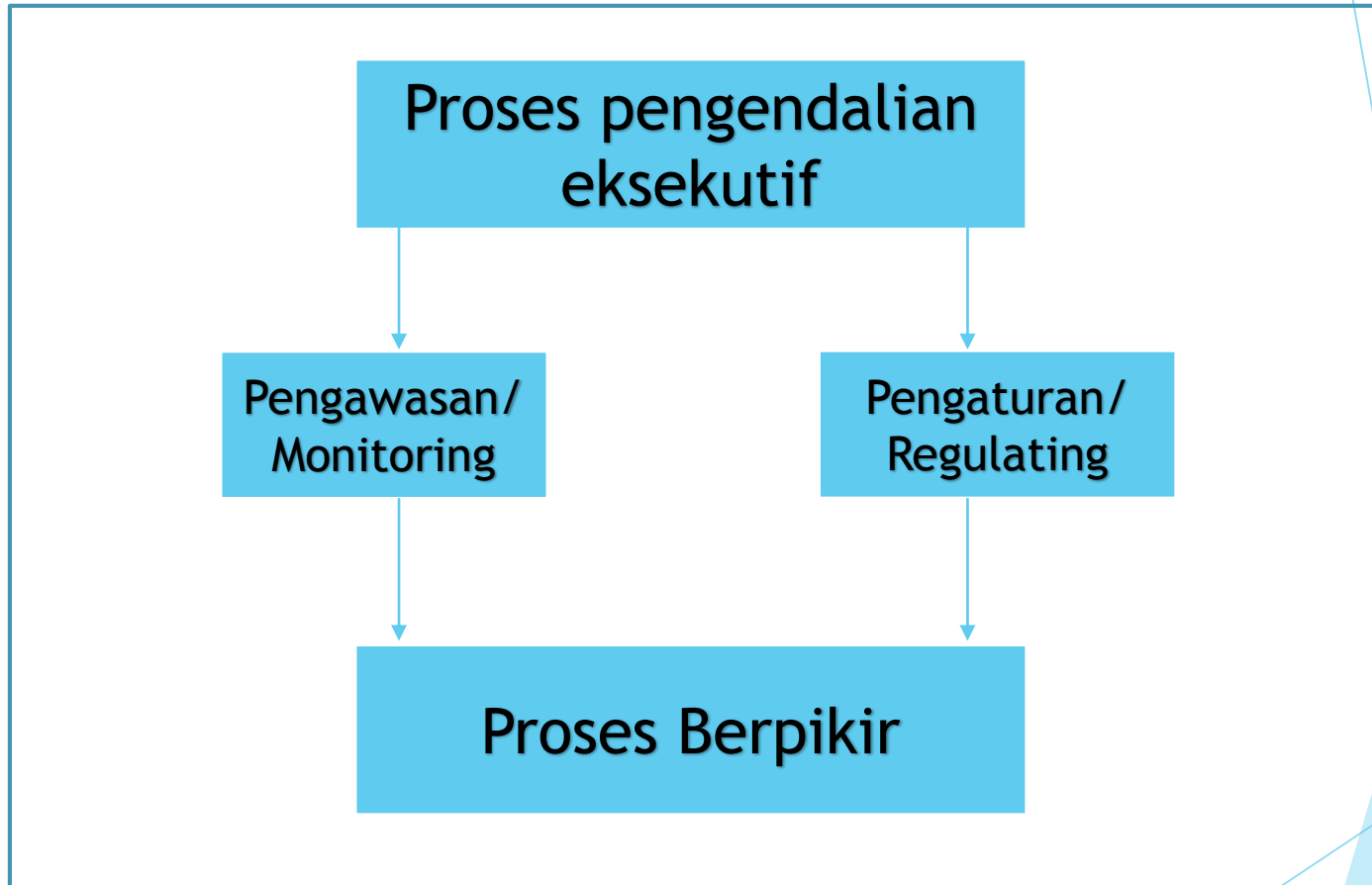
- ▶ **Regulasi Diri** berhubungan dengan proses eksekutif pusat yang terdiri dari beberapa fungsi spesifik seperti perencanaan, pengarahan, dan pengevaluasian terhadap aktivitas kognitifnya sendiri.
- ▶ Pebelajar yang memiliki regulasi diri mengatur tindakan, kognisi, keyakinan, dan motivasi mereka dengan menyeleksi sendiri pendekatan yang digunakan dalam belajar dan pemrosesan informasi.

▶ Ketika menghadapi tugas, ciri-ciri pebelajar yang memiliki regulasi diri ialah:

- ▶ Menganalisa tugas dan menginterpretasikan syarat-syarat tugas tersebut.
- ▶ Menentukan tujuan spesifik tugas untuk membantu penyelesaian tugas dengan sukses.
- ▶ Memonitor kemajuan diri dan memberikan masukan untuk dirinya sendiri/ *'self-feedback'*.
- ▶ Menyelaraskan strategi dan tujuan-tujuan sepanjang proses penyelesaian.
- ▶ Menggunakan strategi yang memotivasi diri untuk menjamin penyelesaian tugas.

- ▶ Dengan demikian, metakognisi meliputi perencanaan, pengaturan, mempertanyakan, memikirkan kemungkinan-kemungkinan, serta mereviu proses kognitifnya sendiri.

Metakognisi sebagai fungsi pengendalian eksekutif



Aspek-Aspek Metakognisi

- 1. Pengetahuan Metakognitif, dan
- 2. Pengalaman Metakognitif

1. Pengetahuan Metakognitif

- ▶ Pebelajar mengembangkan 3 bentuk Pengetahuan Metakognitif, yaitu:
 - ▶ a. Pengetahuan Person,
 - ▶ b. Pengetahuan Tugas, dan
 - ▶ c. Pengetahuan Strategi

Pengetahuan Person

- ▶ Merupakan pengetahuan tentang kognisi diri sendiri atau pemahaman tentang orang lain sebagai prosesor kognisi.
- ▶ Misal, kita menggambarkan orang sebagai 'dangkal' atau 'berbobot', 'baik dalam kemampuan matematika' atau 'jelek dalam kemampuan mengingat'.
- ▶ Deskripsi demikian menggambarkan kesadaran seseorang tentang karakteristik individu-individu tertentu.

Pengetahuan Tugas

- ▶ Merupakan pengetahuan bahwa tugas-tugas yang berbeda menuntut pendekatan serta jenis keterampilan yang berbeda pula.
- ▶ Dengan banyaknya pengalaman, kita makin memahami tuntutan tugas masing-masing dan cara memenuhinya.
- ▶ Sebagai contoh, untuk mempelajari buku teks, orang perlu mempelajarinya dengan perlahan dan seksama agar informasi dapat diproses secara efektif.

Pengetahuan Strategi

- ▶ Ada banyak jenis strategi metakognitif yang meliputi tiga kategori, yaitu:
 - a. perencanaan,
 - b. pengawasan/monitoring, dan
 - c. evaluasi.
- ▶ Dengan Pengetahuan Strategi, seseorang mengetahui strategi metakognitif mana yang akan digunakan dan kapan digunakan dalam rangka penyelesaian suatu rangkaian tugas.

- ▶ Pengetahuan Strategi membantu pebelajar menjadi efisien dan efektif dengan memberikan cara untuk menyeleksi strategi metakognitif yang paling memadai untuk mencapai tujuannya.
- ▶ Misalnya, apabila ingin mengetahui apakah suatu buku cocok untuk menyelesaikan tugas kuliah, maka pengetahuan strategi akan mengarahkan seseorang untuk membaca selintas tentang daftar isi buku daripada membaca buku-buku yang dijumpai secara detail dari judul ke judul.

Contoh-contoh tentang Strategi Metakognitif

- **Perencanaan :**

- a) Jenis tugas apa ini?
- b) Keterampilan dan sumber apa yang saya butuhkan ?
- c) Apa yang menjadi tujuan dari tugas saya?
- d) Berapa lama tugas ini akan diselesaikan?

- # Pengawasan

- a) Seberapa besar tingkat motivasi saya?
- b) Seberapa baik tentang apa yang sedang saya lakukan?
- c) Apakah saya perlu mengubah pendekatan saya?
- d) Apakah saya perlu menyesuaikan sasaran dari tugas saya?

► Evaluasi:

- a) Seberapa baik tentang apa yang sudah saya lakukan?
- b) Apa yang sudah saya lakukan dengan baik?
- c) Apa yang tidak saya kerjakan dengan cukup baik?
- d) Apa yang harus saya ubah pada waktu yang akan datang?

2. Pengalaman Metakognitif

- ▶ Mencakup perasaan-perasaan yang berhubungan dengan aktivitas kognitif tertentu.
- ▶ Misalnya, seseorang merasa cemas ketika menyadari bahwa dirinya tidak memahami apa yang diterangkan oleh dosennya di kelas.
- ▶ Hal ini merupakan pengalaman metakognitif karena mencerminkan seberapa jeleknya ia memroses informasi yang dijelaskan, dan ia menjadi cemas karena apa yang baginya penting tidak dipahaminya.

Hubungan Antar Aspek-Aspek Metakognitif

