BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar merupakan salah satu kewajiban yang harus dilakukan oleh siswa di bidang pendidikan. Dikatakan kewajiban, karena dengan belajar siswa dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai, sehingga siswa dapat memahami kewajiban belajar itu sendiri (Bruno-Niño & Werner, 2019). Selain itu, proses belajar dapat membantu siswa untuk mengembangkan diri. Didukung oleh (Scott, 2014) yang menyatakan bahwa semua proses pembelajaran manusia adalah aktivitas mengembangkan pengetahuan dan sosial. Dalam melakukan kegiatan proses belajar, tak jarang siswa sering mengalami masalah belajar yang menyebakan belajarnya tidak efektif. Hal ini didukung oleh pernyataan dari (R. D. Susanti, 2018) yang menyatakan bahwa berbagai macam kesulitan dan permasalahan dalam belajar dapat menjadi sebuah hambatan dan kendala bagi siswa dalam proses belajarnya.

Masalah belajar adalah suatu hal yang menghambat proses belajar individu. (Syafni et al., 2013) mengungkapkan bahwa masalah belajar adalah suatu penghambat kelancaran belajar yang dialami oleh individu. Masalah belajar terjadi karena disebabkan oleh rendahnya individu dalam mengatur dan mengelola diri serta lingkungannya saat proses belajar berlangsung. Didukung oleh (Ratnawati, 2017) yang mennyatakan bahwa masalah belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar individu yang dipengaruhi oleh faktor internal yang berasal dari diri sendiri dan faktor internal yang berasal dari luar individu. Untuk mengatasi masalah belajar siswa harus bisa menanamkan sikap tanggung jawab pada dirinya sendiri agar proses belajar mereka lebih efektif. Pernyataan ini didukung oleh (Fritz, 2017) yang menyatakan bahwa pendidikan yang efektif mengharuskan individu untuk bertanggung jawab atas proses belajar mereka sendiri.

Untuk mengembangkan rasa tanggung jawab siswa dalam belajar salah satu caranya adalah dengan cara meningkatkan

pengaturan diri siswa yang rendah. (Cevat & Akkaş, 2019) mengungkapkan bahwa salah satu cara paling efektif untuk mengembangkan rasa tanggung jawab adalah melakukan pengaturan diri dalam belajar. Pengaturan diri adalah suatu strategi untuk mengatur dan mengontrol diri individu. Pernyataan ini didukung oleh (Baumeister & Heatherton, 2010) yang menyatakan bahwa pengatura diri merupakan suatu proses pengendalian diri yang dilakukan oleh individu. Pengaturan diri yang dilakukan oleh siswa untuk membantu meningkatkan kemampuannya dalam belajar. Hal ini di dukung oleh pernyataan dari (Cevat & Akkaş, 2019) yang mengungkapkan bahwa pengaturan diri bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan belajar siswa.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan penyebaran kuesioner kepada siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya, diketahui hasil kuesioner tesebut menyatakan bahwa masih banyak siswa yang mengalami masalah dalam proses belajarnya yang membuat proses belajarnya tidak efektif. Pada hasil kuesioner yang disebarkan oleh peneliti, dapat dianyatakan bahwa masalah belajar yang sering dialami oleh siswa yaitu seperti sulit untuk memahami materi pelajaran, sulit membagi waktu belajar dan masih banyak siswa yang tidak memiliki semangat dalam belajar. Selain itu, siswa juga masih mengingat kegagalan yang mereka alami, Sehingga membuat mereka tidak memiliki semangat dan takut akan mencoba hal yang baru. Hal ini terjadi karena rendahnya pengaturan diri pada siswa.

Rendahnya pengaturan diri adalah siswa yang tidak bisa mengontrol dan mengatur dirinya sendiri dalam belajar, sehingga menyebabkan proses belajar yang dilakukan tidak efektif. (Zimmerman, 2005) mengungkapkan bahwa siswa yang memiliki pengaturan diri yang rendah dalam belajar adalah siswa yang tidak bisa mengelola dirinya sendiri dalam belajar, yang dapat berpengaruh pada prestasi akademis siswa. Sehingga, dapat dikatakan dengan dilakukannya pengaturan diri, proses belajar siswa akan lebih terarah. (Santrock, 2007) mengungkapkan bahwa pengaturan diri dalam belajar akan membantu individu dalam

mengatur tujuan, mengevaluasi, dan membuat suatu rencana yang diperlukan saat melakukan proses belajar.

Pengaturan diripun digunakan untuk mengatur dan memahami kebutuhan siswa, sehingga siswa bisa bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhannya. (Pravesti et al., 2020) mengungkapkan bahwa dengan dilakukannya pengaturan diri dalam belajar siswa dapat lebih memahami dirinya, lebih bertanggung jawab dan mengetahui tentang strategi belajar yang efektif. Strategi belajar yang diatur dan dikelola sendiri dapat membantu siswa untuk menciptakan kesuksesan dalam belajarnya, karena siswa yang dapat memahami strategi yang telah dibuat sendiri. Didukung oleh pernyataan dari (Mega et al., 2014) yang menyatakan bahwa pengaturan diri dalam belajar dapat membantu individu mengetahui strategi yang dibutuhkan untuk belajar dan tahu kapan dan bagaimana memanfaatkan strategi tersebut untuk meningkatkan kefektifan belajarnya.

Selain itu, pengaturan diri dilakukan untuk mengelola beberapa aspek yang dapat mempengaruhi siswa dalam proses belajarnya. (Kristiyani, 2016) mengungkapkan bahwa keterampilan dasar yang penting saat proses belajar berlangsung yaitu meliputi beberapa pengelolaan strategi pada perilaku, pikiran, motivasi, emosi, dan *metakognitif*. Dengan diatur dan dikelolanya beberapa aspek tersebut akan membantu kelancaran proses belajar siswa. Pernyataan ini didukung oleh (Cohen, 2012) yang mengungkapkan bahwa proses pengaturan diri yang mengatur kondisi dan keadaan siswa dianggap mempengaruhi proses belajar. Dengan menciptkan proses belajar yang sesuai dengan kebutuhan siswa dapat menciptakan kefektifan dalam proses belajarnya. (Arianti, 2019) mengungkapkan bahwa proses pembelajar yang kondusif dapat menghindarkan siswa dari masalah belajar.

Untuk meningkatkan pengaturan diri siswa dalam belajar, dapat ditangani dengan salah satu pendekatan konseling yaitu konseling realita, karena konseling realita memiliki tujuan membantu konseli untuk membuat pilihan yang efektif dan mambantu individu bertanggung jawab untuk bisa memenuhi kebutuhannya (Corey, 2017). Selain membuat pilihan yang efektif

konseling realita juga didasari oleh teori kontrol. (Glasser & Wubbolding, 1998) mengungkapkan bahwa terapi realita didasari oleh teori kontrol yang digunakan sebagai strategi dalam mengatur perilakunya sendiri untuk mengubah lingkungan disekitarnya. Konseling realita juga membantu individu agar pengaturan diri yang dilakukan dapat terarah. (Glasser & Wubbolding, 1998) mengungkapkan bahwa konseling realitas membantu individu untuk memeriksa kebutuhan, mengevaluasi perilaku, dan membuat rencana untuk memenuhi kebutuhannya.

Konseling realita meningkatkan pengaturan diri dalam belajar siswa dengan cara mengontrol dan mengatur berbagai macam strategi belajar yang akan digunakan saat proses belajar dilakukan. Didukung oleh (Hajhosseini et al., 2017) yang mengungkapkan bahwa konseling realita secara signifikan dapat berpengaruh dalam meningkatkan pengaturan diri siswa dengan cara mengelola, merencanakan dan mengatur urusan akademiknya. Selain itu, konseling realita akan membantu siswa untuk memahami kebutuhan proses belajarnya, sehingga siswa dapat dengan mudah untuk mengatur proses belajarnya. Didukung oleh (Glasser & Wubbolding, 1998) yang menyatakan bahwa dengan menggunakan tahapan WDEP dari konseling realita, dapat membantu individu untuk mengeksplor keinginan dan kebutuhan mereka, mengevaluasi perilaku, dan membuat rencana untuk memenuhi kebutuhan.

Konseling realita juga membantu siswa untuk bisa mengubah perilakunya. Pernyataan ini didukung oleh (Vaziri et al., 2014) yang menyatakan bahwa konseling realita telah terbukti menjadi strategi yang efektif dalam mencapai perubahan perilaku individu. Sehingga, konseling realita dapat memunculkan perilaku dan tindakan yang bertanggung jawab pada individu. Bukan hanya bertanggung jawab, tapi juga membantu siswa untuk bisa menghadapi masalah belajar yang sedang dialami secara benar dan realistis. Pernyataan ini didukung oleh (Glasser & Wubbolding, 1998) yang menyatakan bahwa untuk bisa mencapai identitas yang sukses individu harus terikat dengan konsep 3R, yaitu individu menerima kondisi yang sedang dihadapinya dengan memperlihatkan perilaku, tindakan, pikiran, perasaan, dan fisik

secara benar (*right*), realita (*reality*), dan bertanggung jawab (*responsibility*).

Untuk membantu siswa dalam menangani masalah bisa dilakukan dengan salah satu layanan konseling yaitu layanan konseling kelompok, karena dalam konseling kelompok ini siswa bisa mendapatkan umpan balik dari anggota kelompok lain, seperti memberi maupun menerima saran untuk menyelesaikan masalah pribadinya. Pernyataan ini didukung oleh (Eita & Fahmy, 2014) yang mengungkapkan bahwa dalam konseling kelompok, anggota kelompok menyelesaikan masalah pribadi secara bersama – sama dengan cara memberi kesempatan kepada setiap anggota untuk memberi serta menerima bantuan dalam menyelesaikan masalah pribadi yang mereka alami. Selain itu, konseling kelompok juga membantu siswa untuk meningkatkan kemampuannya dalam berkomunikasi. (Fahmi & Slamet, 2016) mengungkapkan bahwa konseling kelompok dapat mengembangkan kemampuan sosialisasi siswa, khususnya dalam bidang berkomunikasi.

Konseling kelompok realita memberikan kesempatan kepada anggota untuk saling mengeksplor kebutuhan dan masalah pribadi mereka saat itu. Setelah itu, memberikan kesempatan untuk anggota bisa mengutarakan pendapatnya yang realistis untuk mengatasi masalah tersebut, sehingga masalah akan segera terselesaikan apabila diselesaikan secara bersama-sama. Didukung oleh pernyataan dari (Corey, 2017) yang mengungkapkan bahwa dalam sebuah konseling kelompok realita, anggota diberi kesempatan untuk mengeksplor cara memenuhi untuk kebutuhan dan cara untuk mengatasi masalah secara bersama-sama. Selain itu, dalam konseling kelompok realita, pemimpin kelompok dan anggota kelompok membantu individu membuat rencana yang realistis untuk kedepannya.

Berdasarkan latar belakang diatas, dengan melihat kondisi saat ini dan hasil dari studi kasus yang telah dilakukan oleh peneliti, masih terdapat siswa SMP yang memiliki pengaturan diri yang rendah dalam belajarnya. Oleh karena itu, penelitian ini menerapkan layanan konseling kelompok realita yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengaturan siswa dalam belajar,

dengan cara mengatur dan mengontrol strategi belajar. Penelitian ini beracuan pada tujuan konseling realita yaitu membantu individu untuk membuat pilihan yang efektif dan membantu individu untuk bertanggung jawab agar dapat memenuhi kebutuhannya. Sehingga penilitian ini berjudul: "Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Siswa SMP".

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Mengingat adanya keterbatasan kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian, maka perlu untuk ditetapkan batasan terhadap variabel dan sub variabel yang diteliti. Pada penelitian ini variabel yang digunakan untuk diteliti hanya layanan konseling kelompok realita untuk meningkatkan pengaturan diri siswa.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang terurai diatas, maka dapat dikemukakan secara umum rumusan masalah adalah "apakah layanan konseling kelompok realita dapat digunakan untuk meningkatkan pengaturan diri siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya?" berdasarkan rumusan masalah umum tersebut dapat diuraikan menjadi dua rumusan masalah khusus, yaitu khusus:

1. Bagaimana perbedaan tingkatan pengaturan diri siswa sebelum dan sesudah menggunakan layanan konseling kelompok realita?
2. Bagaimana perbedaan tingkatan pengaturan diri siswa antara kelompok kontrol melalui layanan konseling kelompok *Self-management* dengan kelompok eksperimen melalui layanan konseling kelompok realita?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui kegunaan

konseling kelompok realita untuk meningkatkan pengaturan diri siswa kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya. Adapun tujuan khusus penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui perbedaan tingkatan pengaturan diri siswa sebelum dan sesudah menggunakan layanan konseling kelompok realita.
2. Untuk mengetahui perbedaan tingkatan pengaturan diri siswa antara kelompok kontrol melalui layanan konseling kelompok *Self-management* dengan kelompok eksperimen melalui layanan konseling kelompok realita.

E. Definisi Operasional Variabel

1. Konseling kelompok realita

   Konseling kelompok realita merupakan suatu layanan proses konseling yang dilakukan dengan menggunakan tahapan WDEP untuk mengetahui apa yang di inginkan oleh konseli, apa yang sudah dilakukan konseli, strategi apa yang sekiranya cocok dengan masalah yang dihadapi konseli, dan konseli membuat *planning* apa yang akan mereka lakukan dan saat sudah menentukan *planning* tersebut konseli harus bisa berkomitmen dengan *planning* yang telah mereka buat sendiri.
2. Pengaturan diri

   Pengaturan diri adalah sebuah kemampuan dalam mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan menggunakan strategi tertentu. Adapun aspek dari pengaturan diri yang meliputi tingkah laku, pikiran, emosi, motivasi, dan kesadaran dalam berpikir yang diukur melalui skala pengaturan diri.

F. Manfaat Penelitian

Masalah tersebut penting untuk diteliti karena hasilnya mempunyai beberapa manfaat. Adapun manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat secara Teori

   Penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan praktek bimbingan

dan konseling terutama tentang penggunaan layanan konseling kelompok realita untuk meningkatkan pengaturan diri siswa.

2. Manfaat secara Praktis
   a. Bagi siswa

      Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa meningkatkan pengaturan diri siswa yang nantinya siswa bisa lebih memahami strategi dan motivasi belajar untuk dirinya. Dan siswa tahu kapan dan bagaimana hal tersebut dilakukan.
   b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

      Diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat menajankan atau mengimplementasikan konsep layanan bimbingan dan konseling dalam mendukung pencapaian tujuan dari kegiatan konseling kelompok realita di sekolah untuk meningkatkan pengaturan diri siswa.
   c. Bagi sekolah

      Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi konselor sekolah dalam pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling, terutama yang berkaitan dengan penggunaan layanan konseling kelompok realita untuk meningkatkan pengaturan diri siswa.