

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok dalam proses pendidikan di sekolah. Pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik (Slameto, 2013). Belajar merupakan kegiatan untuk mencari ilmu dalam mengembangkan suatu kemampuan serta potensi yang dimiliki oleh diri peserta didik. Faktor penting yang memengaruhi kegiatan peserta didik dalam proses belajar adalah kedisiplinan belajar peserta didik. Kedisiplinan merupakan salah satu aspek penting pada kehidupan karena kedisiplinan berguna untuk melatih peserta didik menjadi pribadi yang bertanggung jawab, mandiri, mampu mengatur dan mengontrol setiap perilakunya (Pratiwi, 2017). Menurut Amri (2013) disiplin belajar memiliki arti kepatuhan, ketaatan, pengendalian sikap dan perilaku dalam belajar sesuai dengan peraturan atau tata tertib kegiatan belajar.

Pengertian disiplin belajar juga dikemukakan oleh Wahyono dalam Wulan (2020) yaitu suatu kondisi belajar yang tercipta dan terbentuk melalui sikap dan perilaku individu yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban yang didorong oleh kesadaran dirinya. Agus dalam Pratiwi (2017) mengemukakan pengertian disiplin belajar merupakan kecenderungan suatu sikap mental untuk mematuhi aturan, tata tertib, sekaligus mengendalikan diri, dan menunjukkan kesadaran akan tanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban dalam kegiatan belajar. Idealnya peserta didik yang mengikuti pembelajaran pada kelas mempunyai perhatian yang baik ketika belajar bisa mematuhi tata tertib, menepati jadwal/waktu belajar, dapat berpartisipasi aktif, memiliki kesopanan, memiliki kehadiran yang baik di kelas (Sari & Hadijah, 2017). Liang Gie dalam Pratiwi (2017) menyebutkan peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang baik, yakni mencurahkan perhatian penuh saat belajar, membaca buku secara

tekun, mengikuti kegiatan pembelajaran dengan tertib, mencatat bahan bacaan secara rapi, mengelola waktu belajar dan mengendalikan diri agar dapat melaksanakan semua tugas belajar di sekolah dengan baik.

Namun fenomena yang terjadi pada prestasi belajar peserta didik yang tidak disiplin belajar cenderung mendapatkan nilai yang rendah dan kurang maksimal dalam mengerjakan tugasnya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dari hasil *interview* atau observasi dengan guru BK saat PLP 2.2 pada tanggal 21 September 2021 di SMA Hang Tuah 4 Surabaya bahwa kedisiplinan belajar peserta didik berkategori rendah menunjukkan perilaku seperti datang terlambat ke sekolah, mengumpulkan tugas terlambat, menyontek teman, tidak memakai atribut sekolah sesuai dengan aturan sekolah, dan bermain HP saat pelajaran. Kedisiplinan belajar peserta didik rendah juga ditemukan pada beberapa penelitian seperti yang dilakukan oleh Isnaini dan Taufik (2015) menunjukkan bahwa pelanggaran siswa yang berkaitan dengan disiplin belajar yaitu tidak mengerjakan PR (30%), menyontek (24%), tidak membawa buku dan perlengkapan belajar (18%), datang terlambat (15%), dan berbuat gaduh di kelas (13%). Hasil penelitian Lestari (2004) memperlihatkan sebanyak 75% siswa kelas XI yang terdiri dari 9 kelas yaitu 7 kelas IPA dan 2 kelas IPS di SMA Negeri 11 Surabaya memiliki kedisiplinan rendah.

Faktor penyebab peserta didik tidak disiplin belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu dorongan dari dalam diri peserta didik (intern) seperti kurangnya kesadaran diri atau tanggung jawab pada belajar karena bila seorang mempunyai sikap tanggung jawab maka seorang itu juga memiliki sikap disiplin (Dinia Ulfa, 2015), ketaatan dalam belajar, pemanfaatan waktu sangat penting umumnya menggunakan waktu hanya untuk melakukan aktivitas lain yang dilihat lebih menyenangkan dan menyita waktu yang dimiliki untuk belajar, impian berprestasi serta motivasi sebab motivasi yang rendah akan menghasilkan seorang malas atau enggan melakukan sesuatu karena tidak adanya energi yang mendorongnya untuk melakukan sesuatu (Yanti, 2017). Sedangkan dorongan dari luar peserta didik

(ekstern) meliputi lingkungan, fasilitas pendidikan, teman sebaya, layanan bimbingan konseling dan pembinaan orang tua dari rumah.

Melihat banyaknya dampak negatif yang timbul dari tidak disiplinnya peserta didik tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Perilaku tersebut pula tergolong sikap yang tidak adaptif sehingga harus segera ditangani. Layanan BK di sekolah memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan pada peserta didik guna membantu peserta didik secara mandiri menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Penggunaan layanan konseling kelompok merupakan upaya dorongan untuk mampu mengetahui permasalahan peserta didik dengan menggunakan dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok membolehkan peserta didik secara bersama-sama mendapatkan peluang untuk ulasan serta pengentasan permasalahan lewat dinamika kelompok (Pratama et al., 2020). Konseling kelompok dapat memberikan kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, permasalahan dan merealisasikan berbagi perhatian dalam kelompok. Kemudian dengan situasi kelompok akan lebih membentuk suasana nyaman, akrab, saling bekerja sama, tanggung jawab, menghindarkan kejenuhan dan santai.

Salah satu strategi yang digunakan dalam konseling kelompok merupakan strategi *self-management* dalam teori behavioristik yang berfokus pada tingkah laku manusia, teori tersebut menekankan bahwa tingkah laku dapat ditentukan dengan aturan serta mampu ditentukan sesuai yang diinginkan (Jundana, 2020). Peneliti menggunakan strategi *self-management* untuk membantu konseli agar dapat mengatur, memantau serta mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, dan mengevaluasi pengaruh prosedur tersebut. Hal itu juga diperkuat dari penelitian-penelitian terdahulu tentang pengaruh strategi *self-management* terhadap upaya meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik, peneliti melakukan kajian penelitian ini dengan memberikan referensi dalam menambah pengetahuan.

Penelitian Wulan (2020) tentang *pelatihan self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar diperoleh hasil penelitian bahwa pelatihan *self-management* memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik dan dapat dijadikan sebagai alternatif solusi dalam mengatasi disiplin belajar. Penelitian Mega Aria Monica (2017) tentang efektivitas layanan konseling behavioral dengan teknik *self-management* untuk mengembangkan tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI SMA Al-azhar 3 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016 dengan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat perkembangan tanggung jawab belajar peserta didik setelah melaksanakan layanan behavioral dengan teknik *self-management*. Penelitian Ulfa & Suarningsih (2018) tentang efektivitas layanan konseling kelompok melalui teknik *self-management* untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Kapontori dengan hasil penelitian bahwa layanan konseling kelompok melalui teknik *self-management* untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa yang dilakukan berhasil secara signifikan atau efektif untuk dilakukan. Penelitian Dinia Ulfa (2015) tentang layanan konseling individual teknik *self-management* untuk meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Pemalang. Penelitian Satriadi Muratama (2018) tentang layanan konseling behavioral teknik *self-management* untuk meningkatkan disiplin dan tanggung jawab belajar siswa di sekolah diperoleh hasil layanan konseling behavioral teknik *self-management* efektif dalam meningkatkan perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar siswa

Pada penelitian ini peserta didik yang memiliki kedisiplinan belajar rendah cenderung tidak memiliki jadwal dalam belajar, sehingga peserta didik akan diajak untuk belajar mengelola dirinya dengan aturan yang dibuat sesuai dengan keinginan peserta didik dalam jadwal belajarnya, kemudian menentukan tujuan yang akan dicapai, peserta didik dapat melakukan sesuai jadwal yang sudah dibuat selanjutnya peserta didik akan diberikan penguatan supaya tingkah laku yang sudah dilakukan tersebut dapat menetap. Peserta didik harus aktif menggerakkan pengaruh lingkungan untuk

melakukan perubahan yang diinginkan. Walaupun konselor yang mendorong untuk menjalankan prosedur ini, namun konseli sendiri yang harus mengontrol pelaksanaan strategi tersebut. Perilaku disiplin belajar peserta didik dapat dibuat berdasarkan aturan yang disepakati supaya terciptanya sikap disiplin belajar yang diinginkan. Prosedur teknik ini relatif sederhana untuk diterapkan, cepat dalam mencapai poin yang diharapkan, serta membantu peserta didik menjadi lebih sukses dan mandiri.

Perbaikan kualitas sebagai pemanfaatan penelitian, secara umum hasil penelitian di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu permasalahan praksis teknik *self-management* yang digunakan untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Namun peneliti memiliki perbedaan yaitu strategi *self-management* menggunakan metode kontrak perilaku dalam konseling kelompok dengan subjek peserta didik di SMA Hang Tuah 4 Surabaya. Setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan strategi *self-management*, diharapkan peserta didik mampu meningkatkan kedisiplinan dalam belajarnya. Berdasarkan latar belakang maka peneliti tertarik mengadakan penelitian tentang penerapan strategi *Self-management* dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Kelas XI MIPA SMA Hang Tuah 4 Surabaya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu, apakah penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik?

## **C. Tujuan Penelitian**

Mengaju pada rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.

## **D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Pada penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu kedisiplinan belajar peserta didik sebagai variabel terikat, dan penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok sebagai variabel bebas.

### **2. Definisi Operasional**

Kedua variabel tersebut didefinisikan secara operasional sebagai berikut:

a. Kedisiplinan belajar peserta didik adalah suatu pengendalian sikap peserta didik yang menunjukkan nilai-nilai kepatuhan, ketaatan, ketertiban, dan kesadaran atas tanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban dalam kegiatan belajar. Indikator yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar peserta didik yaitu sikap kepatuhan, ketaatan, ketertiban, dan kesadaran dalam belajar.

b. Penggunaan strategi *self-management* dalam konseling kelompok adalah menerapkan strategi *self-management* kepada peserta didik sebagai konseli dalam dinamika kelompok untuk membantu peserta didik agar mampu mengatasi permasalahan yang dihadapi, mencapai perubahan perilaku yang diinginkan juga dapat mengembangkan kemampuan dalam mengelola diri dengan langkah-langkah yaitu 1) menjelaskan alasan penggunaan strategi *self-management* kepada sekelompok peserta didik sebagai konseli; 2) memberikan contoh cara melakukan strategi *self-management* dengan menggunakan metode kontrak perilaku; 3) melatih konseli untuk mempraktikkan strategi *self-management*; dan 4) memberikan PR agar konseli latihan di rumah.

## **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peneliti, guru BK di sekolah dan program studi Bimbingan dan Konseling yang diuraikan sebagai berikut.

1. Bagi peneliti, hasil penelitian ini memberikan suatu pengalaman dalam bidang penelitian bimbingan dan konseling yang kelak dapat ditingkatkan melalui berbagai kegiatan penelitian yang lebih baik.
2. Bagi guru BK, hasil penelitian ini dapat memberikan referensi khususnya praksis strategi *self-management* dalam layanan konseling kelompok untuk membantu peserta didik meningkatkan kedisiplinan belajarnya.
3. Bagi program studi Bimbingan dan Konseling, hasil penelitian ini akan dapat menambah referensi perkuliahan mata kuliah bimbingan dan konseling yang wajib ditempuh oleh mahasiswa untuk meningkatkan penguasaan standar kompetensi bimbingan dan konseling.