

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu kegiatan dalam rangka usaha yang terorganisir untuk mengaplikasikan kegiatan belajar mengajar kepada peserta didik secara aktif guna untuk mengembangkan potensi beserta karakter yang kuat dalam diri peserta didik itu sendiri demi menyongsong keberlangsungan hidup berbangsa dan bernegara (Undang-Undang No. 20 Tahun 2003). Ada 2 lembaga yang bergerak dalam bidang pendidikan yaitu lembaga formal dan informal. Lembaga formal berkaitan dengan sekolah, sedangkan lembaga informal berada pada keluarga dan lingkungan masyarakat sekitar (Argo, 2017).

Siswa yang mulai memasuki masa remaja akan mengalami suatu proses tumbuh dan berkembang baik dari fisik maupun mentalnya, kurang lebihnya akan mempengaruhi aktivitas belajarnya disekolah. Dengan kata lain apabila siswa tidak pintar-pintar mengelola kegiatan baik dalam segi waktunya maupun kepadatan kegiatannya dengan sistem belajarnya, maka itu semua akan menimbulkan sebuah masalah belajar. Seorang siswa dalam keadaan kesusahan mengelola kegiatan belajarnya, kognitifnya tidak dapat bekerja secara maksimal sebagaimana mestinya dengan didasari kemampuan yang ada pada diri siswa tersebut. Sehingga, kemungkinan terburuknya siswa mengalami kondisi tidak mendapatkan pengetahuan atau hal yang baru dalam proses pembelajaran, bisa disebut juga dengan stagnan dalam belajar. Dengan kata lain, apabila diambarkan dalam bentuk kurva maka tampaklah garis mendatar yang biasa disebut dengan plateau (Syah, 2015).

Setiap peserta didik hendak memiliki kemampuan untuk mengelola waktunya terutama dalam belajar. Manajemen waktu belajar menjadi salah satu jenis permasalahan yang muncul pada peserta didik. Sering kali peserta didik terlalu terlena melakukan

hal-hal yang kurang bermanfaat dan senang menunda-nunda suatu kegiatan, seperti: menunda mengerjakan PR, tidur larut malam karena bermain handphone, waktu belajar yang kurang, dan kegiatan ekstrakurikuler yang padat. Dengan demikian peserta didik dapat dikatakan telah menyia-nyaiakan waktunya dan kurang mampu mengatur serta mengelola waktu belajarnya.

Berdasarkan hasil dari angket dalam manajemen waktu belajar di SMP Negeri 24 Surabaya, bahwa dari 20 peserta didik terdapat 5 orang peserta didik yang memiliki manajemen waktu belajar yang rendah, dan 15 peserta didik memiliki manajemen waktu belajar yang sedang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling peneliti mendapatkan dalam kelas, tertidur saat pelajaran berlangsung. Melihat fenomena yang terjadi di lapangan saat ini sangat memperhatikan, mengingat peserta didik yang kurang mampu memajemen waktunya dengan baik terutama memajemen waktu belajarnya tentu akan memberikan dampak yang negatif jika dibiarkan terus menerus.

Dampak dari kurangnya manajemen waktu belajar yang diterapkan peserta didik saat ini dapat dirasakan oleh peserta didik itu sendiri. Yakni peserta didik terlambat mengumpulkan tugas, belajar tidak teratur karena tidak adanya jadwal khusus belajar saat di rumah, tidak siap mengikuti pelajaran saat disekolah. Tentu hal ini akan berdampak buruk bagi peserta didik itu sendiri, oleh karena itu perlu dilakukan suatu upaya.

Ada dua pengaruh factor individu dalam kemampuan manajemen waktu seseorang menurut Macan, yakni usia dan jenis kelamin. Semakin bertambah usia seseorang maka akan semakin baik pula kemampuan manajemen waktunya. Hal ini disebabkan oleh proses pendewasaan yang membentuk individu memiliki banyak sekali pengalaman. Dari pengalaman tersebut banyak pembelajaran yang bisa dipetik agar kedepannya tidak terulang kembali sehingga kemampuan manajemen waktu mereka semakin baik, sedangkan factor jenis kelamin

mengungkapkan bahwa perempuan lebih baik dalam manajemen waktu dari pada laki-laki. Hasil tersebut terungkap setelah analisis menunjukkan perempuan lebih banyak menggunakan waktunya untuk melakukan hal-hal yang lebih bermanfaat bagi dirinya. Wanita cenderung mengesampingkan hal-hal yang tidak penting. Dengan kata lain perempuan mengetahui serta melakukan aktivitas berdasarkan prioritas utama, sedangkan laki-laki lebih banyak menghabiskan waktu untuk hal yang tidak bermanfaat, misalnya bersantai-santai (Macan, 1994).

Strategi untuk meningkatkan kemampuan manajemen waktu siswa yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self-management*. Cormier & Cormier menjelaskan bahwa "*self-management is a process which client direct their own behavior change with any one therapeutic strategy or a combination of strategies*". Pengelolaan diri (*self-management*) adalah langkah-langkah konseli membimbing dirinya melakukan sebuah tingkah laku dengan satu atau kombinasi beberapa strategi (Retnowulan, 2018). *Self-management* didefinisikan oleh Aribowo Prijosaksono sebagai proses dimana individu mampu mengidentifikasi, mengkoordinir diri dengan baik pada sisi jiwa dan raga sehingga dirinya mampu untuk mengontrol dirinya sendiri agar mampu menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan tujuan hidupnya (Indrayana, 2018). Gunarsa menjelaskan bahwa aspek yang diperhatikan dalam strategi ini adalah pemantauan diri, reinforcement yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian diri sendiri, dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*) (Alamri, 2015).

Guru bimbingan dan konseling merupakan guru yang bertugas membimbing peserta didik agar kemampuan peserta didik dapat berkembang secara optimal. Karena menurut Tohirin (2013:17) mengatakan bahwa bimbingan dapat diartikan sebagai proses bantuan yang diberikan oleh pembimbing (guru Bimbingan dan Konseling) kepada peserta didik supaya tercapai tingkat perkembangan yang optimal.

Sukardi (2008:68) konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Konseling kelompok memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.

Berdasarkan beberapa uraian sebelumnya mengenai manajemen waktu maka dapat diketahui betapa pentingnya mengedukasi siswa kita untuk meningkatkan keterampilan manajemen waktu belajar. Bentuk layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat dipraktekkan guna mengatasi masalah manajemen waktu belajar bagi siswa adalah layanan bimbingan kelompok yang dikombinasikan dengan strategi *self-management* dan diperkuat dengan *self-reward*. Strategi *self-management* dipilih sebab didalamnya terdapat langkah-langkah pengupayaan perubahan tingkah laku dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan, serta pemberian penghargaan pada diri sendiri, sehingga siswa mendapatkan pengalaman langsung dan dikuatkan oleh penghargaan positif agar perubahan yang terbentuk dapat menjadi kebiasaan baik. Pendapat ini mengacu pada pendapat Nursalim bahwa langkah *self-management* dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar (Sholihah, 2013).

B. Ruang Lingkup dan Pembatas Masalah

Ruang lingkup dan pembatasan masalah dalam penelitian kali ini ialah dimana peneliti ingin meneliti mengenai pengaruh teknik *self management* dalam konseling kelompok terhadap kemampuan manajemen waktu belajar siswa kelas IX D di SMP Negeri 24 Surabaya.

Teknik *self management* dimana kita diupayakan dapat mengubah perilaku kita sendiri dengan cara kita yang mengubah

perilaku dan mengatur pola hidup kita sendiri. Teknik *self management* dalam penelitian kali dimasukkan ke dalam proses konseling kelompok yakni dimana proses pemberian bantuan kepada konseli untuk mengatasi atau membantu masalah konseli yang bersifat pencegahan. Manajemen waktu merupakan perencanaan, pengorganisasian, pengetahuan dan pengawasan produktifitas waktu. Waktu menjadi salah satu sumber daya kerja yang mesti dikelola secara efektif dan efisien.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dikemukakan rumusan masalah sebagai berikut “Apakah Ada Pengaruh Teknik *Self Management* Dalam Konseling Kelompok Terhadap Kemampuan Manajemen Waktu Belajar Pada Siswa SMP Negeri 24 Surabaya?”

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji untuk mengetahui pengaruh teknik *self managment* dalam konseling kelompok terhadap kemampuan manajemen waktu belajar pada siswa SMP Negeri 24 Surabaya.

E. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Asep Kurniawan (2018), variabel adalah segala yang menjadi objek penelitian yang dianggap sebagai faktor yang berperan dalam penelitian. Dalam penelitian ini ada beberapa variabel, yaitu Variabel terikat (*Dependent Variable*) adalah Teknik *Self Management* dalam konseling kelompok dan Variabel bebas (*Independent Variable*) adalah Manajemen waktu belajar siswa.

2. Definisi Operasional

a. Teknik *Self Management* dalam konseling kelompok

Self Management adalah kemampuan individu untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri. Individu dapat mengendalikan keberadaan diri secara keseluruhan baik dari segi fisik, emosi, dan mental atau pikiran.

b. Manajemen Waktu Belajar

Manajemen waktu adalah suatu kemampuan menggunakan waktu secara manfaat dan efisien sehingga tercapai.

F. Manfaat penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas maka manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan informasi yang berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam tingkat *self management* dalam belajar siswa dengan menggunakan konseling kelompok.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat memperoleh wawasan dan pemahaman baru yang lebih luas tentang *self management* dalam belajar melalui konseling kelompok.

b. Bagi Sekolah

Dapat mengetahui sejauh mana upaya yang dilakukan dalam meningkatkan *self management* dalam belajar dengan menggunakan konseling kelompok.

c. Bagi Siswa

Diharapkan siswa dapat mengatur dan mengelola *self management* dalam belajar dan dapat merubah kebiasaan-kebiasaan buruk yang biasa dilakukan.