

Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Self Control

Amalia Widyastuti¹, Edris Zamroni², Sucipto³

Universitas Muria Kudus^{1,2,3,4}

e-mail: amalia.widyastuti02@gmail.com¹, edris.zamroni@umk.ac.id², sucipto@umk.ac.id³

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 11 September 2021

Revisi: 12 Desember 2021

Disetujui: 27 Desember 2021

Dipublikasikan: 31 Desember 2021

Keyword

Kemandirian Belajar
Bimbingan Kelompok
Teknik Self Control

Abstract

Rendahnya kemandirian belajar merupakan sikap yang harus dihilangkan dalam diri siswa, sebagai seorang pelajar harus memiliki kemandirisan dalam hal belajar agar siswa dapat mengembangkan kemampuan dirinya. Bimbingan kelompok teknik self control merupakan sebuah layanan yang diberikan kepada individu atau sekelompok orang dengan menggunakan dinamika kelompok yang berpusat kepada diri siswa agar siswa mampu mencegah, mengatur, mengelola keinginan yang timbul dalam diri siswa itu sendiri. Tujuan penelitian ini adalah 1. dari penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Self Control maka dapat mengatasi rendahnya kemandirian belajar peserta didik di SMKN 3 PATI. 2. Memperoleh peningkatan efektifitas peserta didik dengan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik Self Control dalam mengatasi rendahnya kemandirian belajar siswa. Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling. Subjek yang diteliti adalah siswa kelas XI Busana 1 SMK Negeri 3 Pati, sebanyak 8 siswa yang memiliki masalah dalam kemandiri belajar. Berdasarkan dari hasil penelitian ini bahwa layanan bimbingan kelompok teknik self control di SMK Negeri 3 Pati terdapat peningkatan disetiap siklusnya. Hal ini dapat dilihat dari hasil skor, pada pra siklus siswa memperoleh jumlah rata – rata 75 dengan kategori kadang – kadang (KD), kemudian di sklus I memperoleh jumlah rata – rata 122 dengan kategori sering (SR), serta pada siklus II memperoleh jumlah rata – rata 142 dengan kategori selalu (SL).

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Sekolah merupakan suatu lembaga pendidikan formal dalam proses pembelajaran siswa yang paling berperan dalam membantu siswa untuk mencapai tugas – tugas perkembangan siswa yang lebih tinggi, salah satunya peranan sekolah dalam pencapaian tugas perkembangan siswa yaitu mengembangkan kemandirian. Siswa sekolah kejuruan (SMK) yang sedang mengalami tahap pertumbuhan remaja awal, pada masa ini sering dikatakan siswa mengalami masa “badai dan topan” hal ini dapat dimaklumi karena pada masa pertumbuhan ini, siswa mengalami banyak tekanan serta tuntutan yang datang dari lingkungan keluarga serta masyarakat sekitar. Salah satu dari tuntutan tersebut adalah kemandirian siswa dalam proses belajar.

Susanto (2018: 94) mengatakan bahwa kemandirian merupakan suatu sikap individu yang didapatkan secara komulatif selama perkembangan. Individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi segala situasi di lingkungan. Sehingga individu pada akhirnya akan mampu berfikir dan bertindak dengan pertimbangan – pertimbangan oleh dirinya sendiri serta

orang lain. Dengan demikian kemandiriannya seseorang dapat memilih jalan hidupnya untuk dapat berkembang dengan lebih baik.

Susanto (2018:93) mengemukakan bahwa pencapaian kemandirian untuk siswa merupakan sesuatu hal yang tidak mudah. Kemandirian pada diri siswa tidak dapat terbentuk begitu saja melainkan melalui berbagai proses pembentukan pengalaman kemandirian menjadi sikap mandiri. Ketika seseorang individu tidak dapat mencapai tahap perkembangan awal dengan baik atau kurang maksimal, maka dalam tahap perkembangan yang berikutnya akan mengalami hambatan. Disaat individu tersebut tidak dapat mencapai tahap kemandirian dengan baik, maka individu tersebut akan mendapatkan otoritas dari orang lain dalam penyusunan kegiatannya, mengarahkan minatnya tanpa ada protes, bahkan individu terus meminta pengarahan dari orang – orang yang ada disekitarnya. Individu selalu mencari dukungan dari orang – orang yang berada di sekelilingnya dalam menghadapi permasalahan serta tidak mampu untuk menggunakan pikirannya dalam hal yang penting bagi diri individu tersebut.

Pentingnya sebuah perkembangan kemandirian ini didasari oleh diri siswa. Dalam pencapaian kemandirian merupakan dasar dari menjadi orang dewasa yang sempurna. Kemandirian disini, dapat dikatakan mendasari seseorang jika dalam menentukan sikapnya, dapat mengambil keputusan dengan tepat, dan kesamaannya dalam menentukan dan melaksanakan prinsip kebenaran serta kebaikan. Bimbingan dan konseling merupakan suatu subsistem pendidikan mempunyai peran penting didalam mendukung sebuah proses belajar dalam memfasitasi siswa agar siswa dapat mencapai perkembangannya dengan optimal.

Berdasarkan dari hasil data yang dilakukan pada saat mengobservasi serta dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan Konseling SMK Negeri 3 pati yang dilaksanakan pada bulan Maret 2021 memperoleh hasil data bahwa dalam kemandirian belajar peserta didik khususnya pada siswa kelas XI Busana 1 ini rendah. Hal ini dapat dipat dilihat dari gejala pada peserta didik yaitu selalu menunda – nunda pada saat mengerjakan tugas, peserta didik tidak mempunyai inisiatif untuk belajar, selalu mengerjakan tugas – tugasnya data mepet waktu, kurang tanggung jawab dalam belajar serta tidak percaya diri saat mengerjakan tugas yang dikerjakannya sendiri.

Nurhayati (2010) mendefisikan kemandirian belajar sebagai kemampuan dalam belajar yang didasarkan pada rasa tanggung jawab, percaya diri, inisiatif dan motivasi sendiri dengan atau tanpa bantuan orang lain yang relevan untuk menguasai kompetensi tertentu, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajar.

Prayitno (2012:149) Bimbingan kelompok yaitu dinamakan binamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna untuk pengembangan pribadi ataupun memecahkan masalah diri yang menjadi peserta pada kegiatan kelompok dan membahas topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok.

Menurut pendapat Chaplin (dalam terjemahan Kartini Kartono 2002) mengenai pengertian dari self control yaitu kemampuan dalam membimbing tingkah laku dirinya sendiri, kemampuan dalam menekan atau merintangangi impuls – impuls (tingkah laku impulsif). Kontrol diri disini memiliki kemampuan dalam mencegah diri siswa yang berperilaku impulsif agar diri siswa tidak melanggar standart perilaku. Kontrol diri ini dapat membuat siswa menampilkan perilaku yang sesuai oleh tuntutan lingkungan individu tersebut sehingga diri siswa tidak akan

Widyastuti, dkk (Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar... ..)

menimbulkan keresahan dalam berhubungan dengan orang lain serta dengan diri siswa itu sendiri.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik Self Control merupakan suatu layanan yang diberikan kepada siswa untuk mengentaskan suatu masalah yang didalamnya terdapat dinamika kelompok serta layanan ini berpusat kepada diri siswa itu sendiri. Dengan layanan bimbingan dan konseling teknik self control ini diharapkan dapat mengembangkan potensi diri siswa serta untuk mengendalikan tingkah laku siswa yang kurang baik khususnya kepada rendahnya kemandirian siswa dalam hal belajar.

Metode Penelitian

Model penelitian yang digunakan dalam penelitian kali ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) yang dilakukan dua siklus dengan jenis penelitian yaitu bimbingan kelompok. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan tiga instrumen penelitian yaitu wawancara, observasi, skala penelitian. Dengan jumlah subjek yang di observasi delapan siswa yaitu siswa kelas XI Busana 1. Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 3 Pati yang beralamat Jl. Kol. Sunandar No. 108, Ngagul, Winong, Kec. Pati, Kab. Pati

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian pada siklus I dan siklus II memiliki perbandingan dari delapan siswa XI Busana 1 SMK Negeri 3 Pati. Dari aspek penelitian yang diobservasi ada lima yaitu:

1.) Merencanakan dan memilih kegiatan belajar.

Pada siklus I, aspek merencanakan dan memilih kegiatan belajar terdapat satu anggota kelompok yang memilih kadang - kadang dengan skor 2 yaitu NAF. Sedangkan tujuh anggota kelompok yang memilih sering, dengan perolehan skor 3 yaitu ZTS, BPG, RA, ELD, YA, NDS, AS. Kemudian pada siklus II terdapat empat anggota kelompok yang memilih sering dengan skor 3 yaitu RA, NAF, NDS, AS. Serta empat anggota yang lainnya memilih selalu dengan nilai skor 4 yaitu ZTS, BPG, ELD, YA. Dalam penelitian yang berjudul Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control* pada aspek merencanakan dan memilih kegiatan belajar. Pada siklus I memperoleh 24 skor dengan persentasi 50% pada siklus II memperoleh 28 skor dengan persentasi 86% sehingga mengalami peningkatan 4 skor.

2.) Berinisiatif dan memacu diri untuk belajar terus menerus.

Pada siklus I, aspek berinisiatif dan memacu diri untuk belajar terus menerus terdapat satu anggota kelompok yang memilih selalu dengan skor 4 yaitu ELD. Sedangkan tujuh anggota kelompok yang memilih sering, dengan perolehan skor 3 yaitu ZTS, BPG, RA, NAF, YA, NDS, serta AS. Kemudian pada siklus II terdapat tiga anggota kelompok yang memilih sering dengan skor 3 yaitu ZTS, RA, YA. Serta lima anggota yang lainnya memilih selalu dengan nilai skor 4 yaitu BPG, ELD, NAF, NDS, AS. Dalam penelitian yang berjudul Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Control* pada aspek berinisiatif dan memacu diri untuk belajar terus menerus. Pada siklus I memperoleh 25 skor dengan persentasi 78,125% pada

Widyastuti, dkk (Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar... ..)

siklus II memperoleh 29 skor dengan persentasi 90,625% sehingga mengalami peningkatan 4 skor.

3.) Tanggung jawab dalam belajar.

Pada siklus I, aspek tanggung jawab dalam belajar terdapat satu anggota kelompok yang memilih selalu dengan skor 4 yaitu AS. Sedangkan tujuh anggota kelompok yang memilih sering, dengan perolehan skor 3 yaitu ZTS, BPG, RA, ELD, NAF, YA, serta NDS. Kemudian pada siklus II terdapat empat anggota kelompok yang memilih sering dengan skor 3 yaitu BPG, ELD, NAF, YA. Serta empat anggota yang lainnya memilih selalu dengan nilai skor 4 yaitu ZTS, RA, NDS, AS. Pada penelitian yang berjudul Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Contro* pada aspek tanggung jawab dalam belajar. Pada siklus I memperoleh 25 skor dengan persentasi 78,125% sedangkan pada siklus II memperoleh 28 skor 86% sehingga pada siklus I ke siklus II memperoleh peningkatan sebesar 3 skor.

4.) Belajar secara kritis, logis, dan penuh keterbukaan.

Pada siklus I, aspek belajar secara kritis, logis, dan penuh keterbukaan terdapat satu anggota kelompok yang memilih selalu dengan skor 4 yaitu ZTS. Sedangkan tujuh anggota kelompok yang memilih sering, dengan perolehan skor 3 yaitu BPG, RA, ELD, NAF, YA, NDS, AS. Kemudian pada siklus II terdapat tiga anggota kelompok yang memilih sering dengan skor 3 yaitu RA, NAF, YA. Serta lima anggota yang lainnya memilih selalu dengan nilai skor 4 yaitu ZTS, BPG, ELD, NDS, AS. Pada penelitian yang berjudul Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Contro* pada aspek belajar secara kritis, logis, dan penuh keterbukaan. Pada siklus I memperoleh 25 skor dengan persentasi 78,125% sedangkan pada siklus II memperoleh 29 skor dengan persentasi 90,625% sehingga mengalami peningkatan 4 skor.

5.) Belajar dengan penuh percaya diri.

Pada siklus I, aspek belajar dengan penuh percaya diri memilih sering dari delapan anggota kelompok tersebut, kemudian pada siklus II terdapat empat anggota kelompok yang memilih sering dengan skor 3 yaitu ZTS, BPG, NAF, NDS. Serta empat anggota yang lainnya memilih selalu dengan nilai skor 4 yaitu RA, ELD, YA, serta AS. Pada penelitian yang berjudul Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Contro* pada aspek belajar dengan penuh percaya diri. Pada siklus I memperoleh 24 skor dengan persentasi 50% sedangkan pada siklus II memperoleh 28 skor dengan persentasi 86% sehingga mengalami peningkatan 4 skor.

Berdasarkan penjabaran instrumen skala penilaian aspek terhadap mengatasi rendahnya kemandirian belajar peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok tetknik *self control* di SMK Negeri 3 Pati siswa kelas XI Busana 1 pada siklus I, memperoleh nilai dengan rata – rata 15,25 dengan persentasi 75% dan terdapat dalam kategori sering. Dengan demikian telah, telah terjadi peningkatan sebesar 30% dari kegiatan sebelumnya yaitu pada pra siklus. Dari delapan anggota kelompok telah mencapai kategori sering.

Sedangkan pada siklus II, memperoleh nilai dengan rata – rata 17,75. Dengan persentasi 90% kategori selalu. Dengan demikian, telah terjadi peningkatan sebesar 15% dari kegiatan

Widyastuti, dkk (Mengatasi Rendahnya Kemandirian Belajar... ..)

sebelumnya yaitu pada siklus I. Dari delapan anggota kelompok ini, terdapat tujuh anggota kelompok yang mencapai kategori kategori tidak pernah, dan satu anggota kelompok yang masih pada kategori kadang – kadang. Dalam siklus II ini sudah memenuhi kriteria.

Simpulan

Penerapan layanan bimbingan kelompok teknik self control dapat mengatasi rendahnya kemandirian belajar peserta didik dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik self control, yang dilaksanakan pada siswa kelas XI Busana 1 di SMK Negeri 3 Pati. Hal ini dapat ditunjukkan dengan hasil kegiatan pada siklus I memperoleh nilai rata – rata 15,25 dengan persentasi 75% berkategori sering. Pada siklus II memperoleh nilai rata – rata 17,75 dengan persentasi 90% berkategori selalu dalam mengatasi kemandirian belajar. Dengan demikian telah teradi peningkatan hasil skor dari siklus I, serta siklus II dan sudah mencapai dalam kriteria penilaian.

Daftar Pustaka

- Susanto, Ahmad. 2018. *Bimbingan dan konseling disekolah*. Jakarta: Pranadamedia Group.
- Nurhayati Eti. 2010. *Bimbingan Keterampilan dan Kemandirian Belajar*. Bandung: Batic Press.
- Chaplin, J.P. 2010. *Kamus Lengkap Psikologi* (Terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: Raja Graindo Perkasa.
- Prayitno, Amti. 2004. *Dasar – Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta