

BAB I

PENDAHULUAN

Bagian ini merupakan pendahuluan dari keseluruhan penelitian yang membahas mengenai latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan tesis

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pandemi COVID-19 telah mengubah seluruh tatanan kehidupan masyarakat, terutama yang paling besar pengaruhnya pada lingkup dunia pendidikan (Dewi, 2020; Fadillah, 2020; dan Usman dkk, 2019). Perubahan perilaku siswa dalam penyesuaian pola pembelajaran dari tatap muka menjadi tatap maya kemudian kembali lagi secara tatap muka menjadi tantangan luar biasa bagi hampir seluruh jenjang pendidikan (Yulianti & Sano, 2021). Efek masalah dari adanya perubahan pola pembelajaran diantaranya: *learning loss*, siswa menganggap sepele proses belajar, kurang memiliki inisiatif dalam belajar, kurang bahkan hampir tidak memiliki keterampilan strategi belajar, serta jarang melakukan evaluasi hasil pembelajaran terhadap kemajuan belajar (Ratnafuri, n.d.). Bahkan, sebagian besar siswa saat ini tidak belajar mengembangkan kemampuan untuk mempengaruhi proses belajarnya sendiri (Seifert & Har-Paz, 2020).

Perubahan pola pembelajaran menjadi problem psikologis yang perlu diantisipasi, terutama yang berkaitan dengan motivasi dan regulasi diri dalam proses pembelajaran siswa. Rendahnya *self-regulated learning* merupakan masalah utama yang dialami oleh siswa dari waktu ke waktu, terutama pada masa transisi setelah berakhirnya COVID-19. Bembenutty (2009) mengatakan bahwa siswa cenderung mengalami kesulitan pada keterampilan dasar misalnya mengatur pembelajaran, kurang mampu dalam menetapkan tujuan pembelajaran, serta sulit menentukan strategi dalam proses pembelajaran. *Self-regulated learning* dipandang sebagai hal yang cukup penting dan harus dimiliki siswa agar mereka memiliki inisiatif dalam proses pembelajaran serta memiliki upaya untuk meningkatkan hasil belajarnya (de Smul et al., 2019). Selain itu, dalam suasana proses pembelajaran, *self-regulated learning* merupakan aspek yang sangat penting dimiliki oleh siswa untuk

menunjukkan berbagai aktivitas belajar yang positif (Zimmerman & Kitsantas, 1997; Pintrich & De Groot, 1990; dan Khafidhoh et al., 2015).

Self-regulated learning adalah sebuah konsep pembelajaran efektif berbasis sosial-kognitif melibatkan proses evaluasi kognitif dan proses motivasi selama pembelajaran (Zimmerman, 1989; de Smul et al., 2019). *Self-regulated learning* juga biasa diartikan sebagai gabungan antara keterampilan dan pengendalian diri dalam belajar. Outputnya adalah siswa menjadi terbangun motivasinya yang memudahkan proses pembelajaran. Siswa yang memiliki kemampuan *self-regulated learning* akan lebih mudah melakukan adaptasi terhadap perubahan pola pembelajaran serta hambatan yang ada di dalamnya (Yulianti et al., 2016). *Self-regulated learning* yang dimiliki siswa akan cenderung membantu mereka untuk dapat merencanakan suatu pembelajaran serta menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam proses pembelajaran. Schunk & Zimmerman (1998) mengartikan *self-regulated learning* sebagai bagian integral yang berasal dari pikiran, perasaan, serta strategi yang dihasilkan oleh siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Woolfolk (2010) mengatakan *self-regulated learning* sebagai suatu kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk dapat menganalisis, menetapkan suatu tujuan pembelajaran, merencanakan, serta menentukan cara belajar yang efektif bagi dirinya.

Boekaerts & Corno (2005) menambahkan bahwa kapasitas *self-regulated learning* merupakan pusat terhadap asumsi mengenai belajar, pembuatan keputusan, pemecahan masalah, dan sumber daya dalam mengelola pendidikan. Berdasarkan pandangan teori sosial-kognitif, *self-regulated learning* merupakan hasil proses interaksi *triadic* atau tritunggal antara manusia (*personal*), perilaku (*behavioral*), dan lingkungan (*environmental*). Artinya *self-regulated learning* tidak hanya mengatur perilaku terhadap kemungkinan dari pengaruh lingkungan, tetapi juga pengetahuan dan perasaan untuk menjadikan perilaku tersebut sesuai dengan konteks, standar, dan aturan yang berlaku di masyarakat terkhusus dalam lingkup persekolahan (akademik).

Permasalahan mengenai *self-regulated learning* memerlukan atensi yang besar. Apabila permasalahan tidak ditanggapi dengan serius, maka akan

mempengaruhi buruknya pola perilaku belajar siswa, termasuk dalam menggunakan strategi belajar dan kemampuan mempertahankan tingkat motivasi (DiFrancesca et al., 2016). *Self-regulated learning* membantu siswa agar mampu beradaptasi, mengarahkan, dan melakukan pengaturan diri dalam belajar. Penelitian yang telah dilakukan mengenai *self-regulated learning* menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dapat meningkatkan ketuntasan belajar siswa kelas X di suatu SMA Negeri (Ratnafuri, 2020). Pravesti (2022) juga mengemukakan bahwa dengan *self-regulated learning* yang dimiliki siswa akan dapat meningkatkan proses dan hasil belajar serta lebih bertanggung jawab terhadap hasil belajarnya. Melalui *self-regulated learning* siswa akan mampu mengetahui, mencapai suatu tujuan belajar, mampu mengontrol, merencanakan, dan mampu mengatur proses mental (DiFrancesca et al., 2016). Terlebih di dunia modern dengan perubahan cepat yang dihasilkan oleh teknologi menuntut individu untuk bertanggung jawab memperbarui pengetahuannya secara terus-menerus, maka kemampuan regulasi diri dalam belajar telah menjadi salah satu keterampilan terpenting yang harus dimiliki siswa (Dibenedetto, 2018.).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 160 siswa kelas X di sebuah SMA Negeri menunjukkan hasil bahwa 14% memiliki tingkat *self-regulated learning* tinggi, 15% memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang dan 71% memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah. Didukung penelitian yang telah dilakukan oleh Widiatmoko di suatu SMA Negeri menemukan bahwa terdapat 17,57% siswa dengan tingkat *self-regulated learning* sangat rendah (Ardini & Rosmila, 2021). Selain itu, penelitian pada siswa kelas VIII suatu SMP swasta di Turi Sleman menunjukkan bahwa terdapat 61,90% siswa memiliki tingkat *self-regulated learning* rendah (Utami et al., 2020). Wawancara yang dilakukan dengan guru BK dapat memperkuat penjelasan perilaku siswa yang menunjukkan perilaku seperti tidak membawa buku pelajaran, membawa buku pelajaran tidak sesuai dengan jadwal pelajaran, tidak mengerjakan tugas, mengerjakan tugas di sekolah, meninggalkan proses pembelajaran di kelas (membolos), belum memiliki tujuan belajar, mengandalkan pengajaran dari guru, dan siswa belum banyak membuat perencanaan belajar setiap harinya yang disebabkan berbagai faktor. Sejalan

dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2020) menemukan bahwa siswa memiliki kecenderungan perilaku yang kurang peka dan mandiri dalam proses pembelajaran (Utami et al., 2020).

Melihat fenomena di atas, peneliti mengasumsikan bahwa terdapat gejala kurang optimalnya *self-regulated learning* yang dialami siswa SMA, siswa kurang dapat mengontrol dirinya, kurang memiliki standar internal, dan cenderung memberikan respon negatif yang berdampak terhadap kegiatan pembelajaran. Siswa menjadi kurang bisa menyeimbangkan pikiran, perasaan, dan tindakannya. Sehingga tidak memiliki tujuan akademik yang jelas serta lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan yang negatif. Seperti dikemukakan oleh Woolfolk (2010) bahwa salah satu faktor personal yang mempengaruhi hasil belajar seseorang adalah kemampuan regulasi diri yang dimilikinya.

Apabila permasalahan yang berkaitan dengan *self-regulated learning* dibiarkan begitu saja tanpa adanya penanganan yang tepat, maka akan memberikan dampak negatif terhadap kegiatan belajar sehari-hari siswa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfina (2014) menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik, dalam arti bahwa peserta didik yang memiliki *self-regulated learning* yang rendah memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Suryatama, Dharmayana, & Syahrman (2014) juga menunjukkan bahwa rendahnya *self-regulated learning* memberikan kontribusi 52,8% terhadap peserta didik dalam melakukan pelanggaran akademik. Sebagaimana diungkapkan oleh Baumeister et al. (2007) bahwa *self-regulation* merupakan kunci sukses dalam kehidupan manusia, ketika *self-regulation* bekerja secara sempurna, individu akan mampu mengendalikan perilakunya sesuai dengan aturan, rencana, cita-cita, dan standar-standar lainnya. Ketika *self-regulation* tidak bekerja akan menyebabkan timbulnya permasalahan dan kemalangan pada individu. Begitu halnya dengan *self-regulated learning*, apabila siswa tidak memilikinya maka akan kesulitan dalam mengendalikan perilakunya sesuai aturan, rencana, cita-cita, dan standar dalam kegiatan pembelajaran.

Oleh sebab itu diperlukan bantuan layanan bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari program pendidikan yang membantu siswa agar dapat menyelesaikan tugas perkembangannya secara optimal, menemukan berbagai alternatif penyelesaian masalah yang dirasakan siswa, baik yang berkaitan dengan akademik, pribadi, sosial, maupun karir (Depdiknas, 2007). Jika dilihat dari sudut pandang Bimbingan dan Konseling, *self-regulated learning* merupakan salah satu urgensi layanan yang berkaitan dalam bidang akademik yang sangat dibutuhkan oleh siswa. Oleh karenanya, upaya yang dapat ditempuh dalam membantu peningkatan *self-regulated learning* siswa adalah merancang program bimbingan dan konseling dengan menggunakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan, terdapat faktor-faktor yang dapat diidentifikasi sebagai permasalahan dalam kemampuan *self-regulated learning* pada siswa. Kehilangan kesempatan belajar yang diakibatkan oleh perubahan pola pembelajaran dari tatap muka ke tatap maya di sebagian besar daerah memperparah kemampuan siswa dalam mengatur pembelajarannya, pola perilaku tersebut terbawa dan menjadi kebiasaan buruk saat pembelajaran dilakukan tatap muka kembali, perilaku tersebut yaitu siswa menjadi cenderung bergantung pada pengajaran yang diberikan oleh guru, menganggap sepele proses belajar, kurang memiliki inisiatif belajar, tidak memiliki tujuan yang jelas dalam belajar, belum memiliki perencanaan belajar yang memadai, kurang bahkan hampir tidak memiliki keterampilan belajar, serta jarang melakukan evaluasi hasil pembelajaran terhadap kemajuan belajar. Selain itu siswa juga masih banyak yang tidak disiplin dan belum memiliki kesediaan untuk mengikuti aturan, memiliki kondisi emosi yang labil dan masih terpengaruh oleh kata hatinya yang kurang logis. Secara umum siswa belum mampu mengatur dan mengendalikan diri dengan baik dalam belajar untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Tugas perkembangan sepanjang hayat yang penting untuk meningkatkan fungsi manusia salah satunya adalah dengan menguasai kompetensi regulasi diri (Bandura, 1997; Schunk & Zimmerman, 1997). Siswa yang memiliki regulasi diri

dalam belajar secara aktif dan konstruktif melakukan proses yang berarti dalam belajarnya, siswa menyesuaikan pikiran, perasaan, dan tindakannya sebagai sebuah kebutuhan untuk mempengaruhi dan memotivasi proses belajarnya (Boekaerts & Corno, 2005).

Zimmerman & Schunk (2008) menyatakan bahwa perbedaan rendah atau tingginya pencapaian akademik siswa memiliki keterkaitan dengan tingkat kemampuan *self-regulated learning* yang dimiliki oleh siswa. *Self-regulated learning* merupakan faktor yang esensial dalam kegiatan belajar siswa, karena: dapat membantu siswa menciptakan kebiasaan belajar dan keterampilan belajar yang lebih baik; melatih siswa agar mampu menerapkan strategi belajar untuk meningkatkan prestasi belajarnya; mengontrol dan mengawasi kegiatan belajar; dan mengevaluasi perkembangan belajarnya (de Bruin *et al.*, 2001; Harris *et al.*, 2005; Zimmerman, 2008; Jarvela & Jarvenoja, 2011).

Dalam penelitian ini, fokusnya adalah pada *self-regulated learning* yang terkait dengan perubahan kognitif guna menanamkan standar internal dalam diri siswa. Tujuan utamanya adalah agar siswa mampu mengendalikan perilakunya sesuai dengan standar internal yang dimilikinya. Meichenbaum menunjukkan bahwa perubahan kognitif pada seseorang dapat dipengaruhi dengan menggunakan verbalisasi diri (Dobson & Dozois, 2001). Pemahaman ini sejalan dengan pandangan Skinner, yang menyatakan bahwa verbalisasi diri dapat menjadi alat bagi seseorang untuk mengontrol dirinya sendiri.

Teknik yang menerapkan pola verbalisasi diri adalah *self-instruction*, suatu teknik yang termasuk dalam kerangka teori modifikasi kognitif-perilaku. Pendekatan ini diperkuat oleh pandangan Boekaerts & Corno (2005) yang menyatakan bahwa pendekatan intervensi efektif untuk meningkatkan *self-regulated learning* adalah modifikasi kognitif-perilaku. Tujuannya adalah melatih dan mengganti pola pikir serta perilaku yang tidak sesuai menjadi lebih sesuai.

Teknik *self-instruction* dirancang untuk memberikan individu strategi pemecahan masalah yang dapat diterapkan pada perilaku mereka sendiri, sebagaimana dijelaskan oleh Bryant & Budd (1982) dan Hughes (1985). Pendekatan ini membantu siswa dalam mengelola diri dengan menyediakan

instruksi positif dan berusaha untuk menghindari instruksi negatif. Tujuan dari teknik *self-instruction*, sebagaimana diungkapkan oleh Meichenbaum & Goodman (Hughes, 1985), adalah untuk meningkatkan kemampuan individu dengan mengembangkan "*learning set*" yang dapat digunakan untuk mengontrol dirinya.

Dalam studinya, Bugendthal et al. (1978) menemukan bahwa *self-instruction* memberikan manfaat jangka panjang dalam meningkatkan persepsi anak terhadap kemampuannya untuk mengendalikan aktivitas akademiknya sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Fatimah FN (2013) berhasil menggunakan *self-instruction* untuk mengurangi perilaku *off-task* pada siswa. Sementara itu, Burgio et al. (1980) berhasil melakukan penelitian yang melibatkan *self-instruction* dalam pengembangan kontrol diri, mencakup berbagai aspek perilaku seperti resistensi terhadap godaan, masalah perhatian, agresi, kinerja akademis, dan berbagai perilaku pribadi dan sosial.

Intervensi teknik *self-instruction* dalam penelitian ini diterapkan melalui bimbingan kelompok, sesuai dengan asumsi yang dikemukakan oleh Surya & Natawidjaja (Rusmana, 2009). Mereka berpendapat bahwa bimbingan kelompok lebih efektif dan efisien, mampu memanfaatkan pengaruh individu atau beberapa individu terhadap anggota lainnya, serta memberikan kesempatan bagi pertukaran pengalaman di antara anggota kelompok yang dapat memengaruhi perubahan perilaku individu.

Ellington & Dierdorff (2014) menyatakan bahwa secara spesifik, hasil kerja kelompok dan tingkat kerjasama dalam kelompok memiliki efek positif terhadap peningkatan *self-regulated learning* siswa. Mereka percaya bahwa strategi pembelajaran yang diterapkan dalam konteks kelompok dapat berkontribusi pada peningkatan *self-regulated learning* dan pemahaman siswa terhadap materi pembelajaran.

Selain itu, Salas et al. (2008) menemukan bahwa intervensi kelompok berpengaruh positif terhadap hasil yang ingin dicapai dari setiap anggota kelompok, mencakup hasil kognitif, afektif, proses kerja sama, dan performa kelompok. Disisi lain, kelompok juga dapat berpengaruh positif dan negatif pada tingkat pencapaian pembelajaran dan perilaku individu (Ellington & Dierdorff, 2014). Terkait dengan

kondisi kelompok yang dapat berpengaruh positif ataupun negatif, Laughlin et al. (2008) mengungkapkan bahwa pembelajaran dengan setting kelompok memicu individu untuk belajar keterampilan pemecahan masalah (*problem solving*).

Perubahan kognitif untuk menetapkan standar internal dalam diri siswa dapat digunakan melalui penggunaan verbalisasi diri yang terdapat dalam teknik *self-instruction*, siswa akan belajar untuk mengelola diri dengan memberikan instruksi positif dan berupaya menghindari instruksi negatif. Dengan *self-instruction* siswa akan belajar menanamkan standar internal; mengendalikan pikiran, perasaan dan tindakan; membantu siswa dalam membuat tujuan yang tepat dan jelas; serta melatih siswa untuk berpikir positif dan menghasilkan perilaku positif. Maka dari itu, teknik *self-instruction* dipandang dapat digunakan sebagai teknik intervensi untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa.

Dari uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian yaitu “Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* efektif untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMA?”. Secara khusus, rumusan masalah penelitian dijabarkan sebagai berikut.

1. Seperti apa profil *self-regulated learning* siswa di SMA Negeri 1 Pandeglang?
2. Bagaimana layanan bimbingan kelompok hipotetis dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMA?
3. Apakah terdapat peningkatan yang signifikan *self-regulated learning* siswa SMA yang sudah mendapat layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* daripada kondisi sebelum mendapat layanan?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang telah dipaparkan di atas, tujuan penelitian ini sebagai berikut.

1. Memperoleh gambaran profil *self-regulated learning* siswa di SMA Negeri 1 Pandeglang.
2. Merumuskan program hipotetis layanan bimbingan kelompok teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMA.

3. Menguji peningkatan *self-regulated learning* siswa dari sebelum diberikannya layanan hingga setelah diberikan layanan pada kelompok eksperimen.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1. Manfaat Teoritis

Berdasarkan sudut pandang teoritis, hasil penelitian yang dilakukan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, memperkaya informasi, dan menambah referensi mengenai efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMA.

1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi salah satu rujukan dan pertimbangan bagi guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan *self-regulated learning*. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai dasar pemikiran untuk mengembangkan penelitian selanjutnya dengan melakukan pengujian bimbingan kelompok dengan teknik *self-instruction* pada aspek variabel lain, atau menguji intervensi lain untuk meningkatkan *self-regulated learning* siswa SMA.

1.5 Sistematika Penulisan Tesis

Sistematika penulisan tesis terdiri dari lima bab berisi urutan penulisan sebagai berikut:

- 1) Bab I pendahuluan, membahas tentang latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi tesis.
- 2) Bab II membahas kajian teori, kerangka berpikir, asumsi penelitian dan hipotesis penelitian.
- 3) Bab III metode penelitian, membahas tentang pendekatan dan desain penelitian, lokasi penelitian, partisipan dan sampel penelitian, definisi operasional variabel, pengembangan kisi-kisi instrumen, uji coba instrumen prosedur penelitian dan teknik analisis data.

- 4) Bab IV hasil penelitian dan pembahasan, berisi penjelasan hasil dan pembahasan temuan penelitian berdasarkan kajian teoritis dan temuan terdahulu, serta keterbatasan penelitian
- 5) Bab V penutup, menjelaskan mengenai simpulan dan rekomendasi penelitian selanjutnya.