

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Fenomena yang ditemukan ketika melakukan program pelatihan lapangan (PPL) di SMP Negeri 16 Bandung adalah kurangnya kemampuan peserta didik dalam manajemen diri dalam belajar. Adapun gejala yang teramati ialah peserta didik cenderung menunda-nunda pekerjaan, masih bergantung pada orang lain, malas belajar, kurang memiliki motivasi belajar, kurang mandiri dalam mencari pengetahuan selain dari guru. Dari hasil wawancara kepada peserta didik yang mengalami gejala tersebut, dapat diketahui bahwa gejala tersebut berkaitan dengan peserta didik kurang menguasai kemampuan dalam belajar, kurang dapat mengendalikan diri untuk tetap fokus dalam belajar, kurang memiliki semangat untuk belajar, belum menemukan cara efektif untuk belajar, masih bergantung pada teman ketika mengerjakan tugas maupun ulangan, dan merasa kurang nyaman dengan lingkungan belajar di sekolah.

Gejala di muka senada dengan hasil penelitian Supriyati (2013, hlm. 59) pada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Jakenan Pati yang berjumlah 34 orang. Hasil penelitian menunjukkan dari hasil *pre-test* diperoleh manajemen diri dalam belajar peserta didik yang termasuk dalam kategori rendah 11,76% (4 orang), termasuk dalam kategori sedang 11,76% (4 orang), termasuk dalam kategori tinggi 67,64% (23 orang), dan termasuk dalam kategori tinggi sekali 8,82% (3 orang). Artinya, manajemen diri dalam belajar perlu adanya perhatian untuk ditingkatkan karena peserta didik dipandang memiliki keterbatasan kemampuan manajemen diri dalam belajar.

Menurut Dembo (2004, hlm. 8-10) keterbatasan manajemen diri dalam belajar terjadi pada saat peserta didik memiliki kesulitan belajar yang serius, kemampuan yang buruk, atau mengalami pendidikan yang kurang memadai karena faktor luar dari diri. Sedangkan faktor yang mempengaruhi ialah (1) bertahan dengan keyakinan yang salah tentang kemampuan, belajar, dan motivasi yang dimiliki, (2) tidak menyadari perilaku belajar yang tidak efektif, (3) gagal

Ika Lestari, 2015

Efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

mempertahankan kemampuan dalam belajar efektif, dan (4) tidak siap dalam mempelajari perilaku belajar efektif.

Secara konseptual manajemen diri dalam belajar merupakan salah satu dari tugas perkembangan atau tahap perkembangan pada jenjang kelas VIII SMP salah satu kompetensi yang harus dimiliki peserta didik ialah menerapkan manajemen waktu dan manajemen tugas yang merupakan bagian dari manajemen diri dalam belajar peserta didik. Dembo (2004, hlm. 4) menyatakan kata manajemen merupakan sebuah kunci untuk menjelaskan seorang peserta didik itu untuk sukses. Manajemen diri adalah suatu faktor yang mempengaruhi proses belajar. Hal ini membangun kondisi yang optimal untuk belajar dan membuang pengaruh yang buruk dalam belajar. Manajemen diri dalam belajar adalah sebuah strategi yang digunakan oleh peserta didik untuk mengontrol faktor-faktor yang menghambat dalam belajar. Dalam hal ini yang dapat dikatakan mengontrol merupakan suatu kemampuan dalam manajemen diri peserta didik untuk dapat mengatur perasaan, pemikiran, dan perbuatan dalam proses belajar peserta didik. Pengaturan perasaan, pemikiran, dan perbuatan ini yang akan membantu peserta didik dalam mengatasi faktor-faktor yang menghambat proses belajar, seperti malas belajar, menunda mengerjakan tugas, terlalu bergantung pada teman dalam mengerjakan tugas. Dengan memiliki manajemen diri dalam belajar yang baik diharapkan peserta didik dapat mengatasi faktor-faktor penghambat dengan mengontrol perasaan, pemikiran dan perbuatan peserta didik dalam belajar.

Pandangan lain mengenai manajemen diri berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna (Gie, 2000, hlm. 77). Lebih lanjut menurutnya bahwa manajemen diri bagi peserta didik mencakup sekurang-kurangnya empat bentuk perbuatan sebagai berikut: (1) pendorongan diri (*self-motivation*); (2) pengelolaan diri (*self-organization*); (3) pengendalian diri (*self-control*); (4) pengembangan diri (*self-development*).

Menurut Robert Wood Johnson (dalam Lorig & Holman, 2003, hlm. 2) pada manajemen diri, ada lima keterampilan manajemen diri inti: (1) problem solving; (2) pengambilan keputusan; (3) pemanfaatan sumber daya; (4) pembentukan kemitraan penyedia penanganan terapi; dan (5) mengambil tindakan. Menurut Schunk & Zimmerman (Dembo, 2004, hlm. 25) dalam penelitian pendidikan menunjukkan bahwa peserta didik yang mengambil tanggung jawab sendiri lebih mungkin untuk mencapai tingkat yang lebih tinggi daripada peserta didik yang kurang mampu untuk mengambil tanggung jawab sendiri. Peserta didik yang sukses menggunakan keyakinan dan proses spesifik untuk memotivasi dan mengendalikan perilaku secara mandiri.

Keadaan peserta didik yang kurang memiliki kemampuan manajemen diri dalam belajar akan mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Hal ini perlu adanya layanan bantuan yang dapat membantu peserta didik untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar, mencari cara belajar yang efektif untuk peserta didik, dan mengatasi faktor-faktor penghambat dalam belajar. Karena manajemen diri dalam belajar peserta didik dipengaruhi oleh faktor pemikiran, perasaan, dan perbuatan maka intervensi yang diberikan harus merujuk pada perubahan pemikiran dan perilaku peserta didik. Salah satu teknik yang dapat diterapkan konseling kognitif-perilaku dengan teknik pemecahan masalah.

Penggunaan teknik pemecahan masalah karena pelaksanaan layanan menggunakan teknik pemecahan masalah akan menuntut peserta didik untuk bersikap aktif dan mandiri dalam menemukan solusi yang tepat untuk mengatasi kurangnya kemampuan manajemen diri dalam belajar. Hal ini berkaitan dengan kemampuan manajemen diri dalam belajar menuntut peserta didik untuk dapat berperilaku mandiri dalam kegiatan belajar. Dikemukakan Dzurilla & Golfried (dalam Hecker & Thorpe, 2005, hlm. 397) bahwa *problem solving* atau pemecahan masalah efektif untuk diaplikasikan dalam berbagai permasalahan konseli karena pemecahan masalah mendorong konseli untuk bersikap aktif dalam permasalahan kehidupannya sehingga konseli dapat memikirkan permasalahan,

mendefinisikan, memunculkan solusi alternatif, membuat keputusan, dan mempraktikkan solusi yang telah dibuat.

Menurut D’Zurilla & Golfried (dalam Martin & Pear, 2003, hlm. 121), asumsi dasar bahwa pemecahan masalah mengandung proses perilaku, baik *overt* (tampak), atau kognitif yang menyediakan berbagai alternatif respon kognitif untuk menyelesaikan situasi problematis, dan meningkatkan kemungkinan memilih respon-respon yang paling efektif dari berbagai alternatif tersebut. Teknik pemecahan masalah dapat diartikan sebagai upaya memahami masalah dan faktor-faktor penyebabnya, serta menemukan alternatif pemecahan yang paling tepat, agar terhindar dari kondisi yang merugikan.

Jenis-jenis masalah yang dapat ditangani dengan teknik pemecahan masalah, diantaranya (1) masalah pribadi, (2) masalah keluarga, (3) masalah dalam kelompok sebaya, (4) masalah belajar (misalnya, merasa sulit untuk berkonsentrasi, kurang memiliki motivasi belajar, kurang memiliki sikap dan kebiasaan belajar yang positif, kurang memiliki keterampilan belajar), dan (5) masalah karir (Yusuf, 2009, hlm.132-134).

Menurut Shure & Spivack (dalam Steven, 2005, hlm. 96) pemecahan masalah yang disesuaikan dengan konseling kognitif-perilaku dilaksanakan dalam enam tahapan, yaitu: (1) identifikasi masalah (mengidentifikasi masalah yang berkaitan dengan aspek-aspek kemampuan manajemen diri dalam belajar peserta didik), (2) menentukan tujuan (menentukan tujuan untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan aspek-aspek kemampuan manajemen diri dalam belajar peserta didik), (3) mengembangkan berbagai alternatif solusi (menemukan berbagai alternatif solusi yang dapat mengatasi masalah aspek-aspek kemampuan manajemen diri dalam belajar peserta didik), (4) menguji berbagai konsekuensi (menemukan berbagai kemungkinan dari alternatif solusi yang telah dibuat), (5) menentukan solusi (memilih solusi yang dianggap paling sesuai untuk menyelesaikan permasalahan dari aspek-aspek kemampuan manajemen diri dalam belajar peserta didik), dan (6) mengevaluasi hasil (mengevaluasi solusi yang telah ditentukan).

Manajemen diri dalam belajar yang rendah merupakan permasalahan dalam belajar seperti sulit berkonsentrasi, kurang memiliki motivasi, kurang memiliki kebiasaan belajar yang positif, kurang memiliki keterampilan belajar merupakan sebagian indikator yang menggambarkan rendahnya kemampuan manajemen diri dalam belajar. Jika manajemen diri dalam belajar rendah dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Oleh karenanya perlu peningkatan manajemen diri dalam belajar yang pada penelitian ini menggunakan konseling kognitif-perilaku dengan teknik pemecahan masalah. Teknik pemecahan masalah diharapkan peserta didik dapat meningkatkan kemampuan manajemen diri dalam belajar yang mempengaruhi hasil belajar secara optimal. Selanjutnya, melalui prosedur konseling kognitif-perilaku dengan teknik pemecahan masalah dapat diketahui sampai sejauhmana teknik pemecahan masalah efektif untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik.

1.2 Rumusan Masalah

Dari rumusan masalah tersebut dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- 1) Seperti apa gambaran tingkat manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015?
- 2) Bagaimana prosedur penerapan layanan konseling kognitif-perilaku dengan teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015?
- 3) Apakah teknik pemecahan masalah efektif untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015?

1.3 Tujuan Penelitian

Ika Lestari, 2015

Efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015.

Berdasarkan tujuan umum penelitian, dirumuskan tujuan-tujuan khusus untuk mencapai tujuan umum, yaitu:

- 1) Memperoleh gambaran tingkat manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015.
- 2) Memperoleh rumusan prosedur penerapan layanan konseling kognitif-perilaku dengan teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015.
- 3) Menunjukkan efektivitas teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik kelas VIII SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini merumuskan mengenai prosedur pelaksanaan layanan terapi kognitif-terapi dengan teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik. Adapun manfaat penelitian, sebagai berikut:

- 1) Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Dapat dijadikan sebagai pengembangan keilmuan dalam bimbingan dan konseling belajar. Tentang teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik.
- 2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling
Hasil penelitian ini merumuskan mengenai prosedur pelaksanaan layanan terapi kognitif-perilaku dengan teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar peserta didik. Rumusan prosedur pelaksanaan layanan ini dapat direkomendasikan kepada guru bimbingan dan konseling untuk membantu meningkatkan kemampuan

manajemen diri dalam belajar peserta didik yang memiliki tingkat manajemen diri dalam belajar rendah.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang akan meneliti mengenai manajemen diri dalam belajar dapat menggunakan data yang diperoleh dari penelitian ini sebagai dasar penelitian selanjutnya. Adapun menggunakan teknik pemecahan masalah untuk dapat membantu menyelesaikan permasalahan lain peserta didik yang sesuai dengan teknik pemecahan masalah.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi berjudul Efektivitas Teknik Pemecahan Masalah untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Peserta Didik (Penelitian Eksperimen Kuasi terhadap Peserta Didik kelas VIII di SMP Negeri 16 Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015), sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, berisi latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Kajian Pustaka, berisi kajian pustaka, kerangka pemikiran, dan asumsi penelitian. Kajian pustaka mempunyai peran yang sangat penting karena berfungsi sebagai landasan teoritis dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan serta hipotesis penelitian. Dalam kajian pustaka peneliti membandingkan, mengkontraskan, dan memposisikan kedudukan penelitian yang dikaji dikaitkan dengan masalah yang sedang diteliti. Kerangka pemikiran merupakan tahapan yang harus ditempuh untuk merumuskan hipotesis dengan mengkaji hubungan teoritis antar variabel penelitian. Asumsi penelitian adalah posisi teoritis yang berkenaan dengan masalah yang diteliti.

Bab III Metode Penelitian, berisi metode dan desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, prosedur penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data.

Bab IV Temuan dan Pembahasan, berisi dua hal utama, yakni (1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai

kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian, dan (2) pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

Bab V Penutup, berisi simpulan dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.

Di akhir dilampirkan daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung dan berkaitan dengan penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi.