

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang berguna bagi dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Adapun fungsi pendidikan nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Sejalan dengan hal tersebut di atas, pemerintah Indonesia melakukan berbagai upaya untuk terus meningkatkan mutu pendidikan nasional, salah satunya dengan meningkatkan kualitas layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Hal ini tersurat dalam Permendikbud No. 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah yang menerangkan bahwa layanan bimbingan dan konseling di sekolah meliputi, pemahaman diri dan lingkungan, fasilitas pertumbuhan dan perkembangan, penyesuaian diri dan lingkungan, penyaluran pilihan pendidikan, pekerjaan, dan karir, pencegahan timbulnya masalah, perbaikan dan penyembuhan, pemeliharaan kondisi pribadi dan situasi yang kondusif untuk pengembangan diri konseli, pengembangan potensi optimal, advokasi diri terhadap perlakuan diskriminatif, dan membangun adaptasi pendidik dan tenaga kependidikan terhadap program dan aktivitas pendidikan sesuai dengan latar belakang pendidikan, bakat, minat, kemampuan, kecepatan belajar, dan kebutuhan konseli.

Nurihsan (2007) menyebutkan bahwa layanan bimbingan di sekolah bertujuan agar peserta didik mampu: (1) merencanakan kegiatan penyelesaian studi, karir, dan masa depan; (2) mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang

dimilikinya seoptimal mungkin; (3) menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, serta pekerjaan; (4) mengatasi hambatan serta kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan pendidikan, masyarakat, ataupun pekerjaan. Nurihsan juga menambahkan agar tercapai tujuan tersebut, peserta didik harus mendapatkan kesempatan untuk mengenal potensi diri, mengenal tugas perkembangannya, mengenal potensi lingkungannya, mengenal dan menetapkan tujuan serta rencana hidupnya, memahami dan mengatasi kesulitannya sendiri, menggunakan kemampuan untuk kepentingan diri dan lingkungannya, menyesuaikan diri dengan keadaan dan tuntutan dari lingkungannya, dan mengembangkan potensi yang dimiliki secara tepat, teratur, dan optimal.

Peserta didik, yang duduk di bangku SMP berada pada masa remaja dengan rentang usia 13-15 tahun. Masa remaja menurut Santrock (2007, hlm. 20) merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Tugas pokok remaja yaitu mempersiapkan diri memasuki masa dewasa. Masa remaja awal kurang lebih berlangsung di masa Sekolah Menengah Pertama sampai dengan Sekolah Menengah Atas dan perubahan pubertas terbesar terjadi pada masa ini, sedangkan masa remaja akhir kurang lebih terjadi pada pertengahan dasawarsa yang kedua dari kehidupan atau dapat dikatakan ketika seseorang mulai akan memasuki usia ke 20. Santrock (2007) mengatakan, remaja akan mengalami perubahan-perubahan sosio-emosional yang berlangsung di masa ini meliputi tuntutan untuk mencapai kemandirian, konflik dengan orang tua, dan keinginan yang banyak untuk meluangkan waktu bersama teman sebayanya. Secara kognitif remaja mulai mengalami peningkatan cara berpikir abstrak, idealistis, dan logis. Remaja mulai berpikir egosentris, sering memandang diri sebagai pusat perhatian dan tidak terkalahkan. Hal ini menunjukkan betapa masa remaja merupakan sebuah masa yang kompleks dan multidimensional.

Fenomena yang kini terjadi di Indonesia sering kali bertentangan dengan tugas pokok remaja dalam hal mempersiapkan diri memasuki masa dewasa. Berdasarkan data di Badan Pusat Statistik Indonesia setiap jenjang pendidikan sekolah mengalami penurunan angka partisipasi sekolah. Seperti yang terjadi di tahun 2013-

2015 tercatat bahwa terjadi peningkatan setiap tahunnya, namun jumlah partisipasi semakin menurun dari jenjang satu ke jenjang lainnya. Pada tahun 2013 partisipasi peserta didik SD berjumlah 97.08%, jenjang SMP 76.76%, dan jenjang SMA 52.25%. Pada tahun 2014, partisipasi peserta didik jenjang SD sebanyak 97.60%, jenjang SMP 79.30%, dan SMA 56.48%. Selanjutnya pada tahun 2015 pada jenjang SD memiliki tingkat partisipasi sebanyak 97.68%, jenjang SMP menurun hingga 79.55%, dan semakin menurun untuk jenjang SMA yang berjumlah 56.73%. Data tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi jenjang pendidikannya, maka semakin sedikit angka partisipasi sekolahnya. Padahal salah satu tugas pokok dan fungsi remaja adalah mempersiapkan diri menuju masa dewasa, dan jika hal ini berjalan tepat maka seharusnya semakin tinggi jenjang pendidikannya, partisipasi sekolah harus semakin tinggi.

Selain itu, sebuah kasus yang melibatkan remaja terjadi di Sidoarjo. 2 remaja dikabarkan melakukan begal, kedua remaja tersebut nekat melakukan aksi kejahatan tersebut agar bisa mendapatkan uang senilai Rp 500 ribu setiap kali melakukan aksi. Kedua remaja tersebut tercatat sebagai remaja usia Sekolah Menengah Pertama, namun telah dinyatakan putus sekolah (Liputan 6, SCTV; 2016; *Dapat Upah 500ribu, 2 siswa nekat jadi begal*; <http://tv.liputan6.com/read/2667375/video-dapat-upah-rp-500-ribu-2-remaja-nekat-jadi-begal.html>; diakses tanggal 5 Desember 2016)

Adapun kasus lainnya yang terjadi dikalangan remaja pada kisaran tahun 2013-2014. Pada tahun 2013 di Depok seorang siswi SMP nekat bunuh diri karena khawatir tidak lulus Ujian Nasional. Setelah diselidiki lebih lanjut, ternyata siswi tersebut tidak hanya takut tidak lulus ujian, melainkan juga takut tidak bisa melanjutkan sekolah ke jenjang berikutnya karena keterbatasan biaya. (Kompas;2013;*Takut tak lulus UN seorang siswi gantung diri*; [http:// megapolitan.kompas.com/read/2013/05/19/10053313/takut.tak.lulus.un.seorang.siswi.gantung.diri.html](http://megapolitan.kompas.com/read/2013/05/19/10053313/takut.tak.lulus.un.seorang.siswi.gantung.diri.html); diakses tanggal 5 Desember 2016).

Hal serupa terjadi pada tahun 2014, seorang siswi juga ditemukan bunuh diri setelah merasa tidak bisa mengerjakan Ujian Nasional Matematika. Berdasarkan informasi dari teman-temannya siswi tersebut merasa sangat buruk ketika tidak mampu mengerjakan soal Matematika dan khawatir tidak bisa lulus karena hal

tersebut. (Tribun News; 2014; Siswi SMP gantung diri Karena takut tidaklulus UN; <http://www.tribunnews.com/regional/%2014/05/08/siswi-smp-gantung-diri-karena-takut-tak-lulus-un.html>; diakses tanggal 5 Desember 2016).

Penelitian Istriyanti dan Simamarta (2014, hlm. 308) menghasilkan sebuah fakta bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi diri dengan perencanaan karir remaja di Bali. Hal ini ditunjukkan dengan nilai korelasi sebesar (+) 0,595 dan angka probabilitas (p) 0,000, makna dari hubungan positif ini adalah semakin tinggi regulasi diri seseorang maka semakin tinggi pula perencanaan karirnya. Selain itu Apranadyanti (2010, hlm. 14-15) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan motivasi berprestasi Peserta didik kelas X di SMK Kartini, Semarang. Hubungan ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar (+) 0,752 dan nilai signifikan 0,000 ( $p < 0,01$ ). Kedua penelitian tersebut memberikan gambaran bahwa regulasi diri memiliki dampak besar bagi keberhasilan peserta didik.

Yuliani (2016) menemukan bahwa peserta didik di sebuah sekolah di Kota Bandung memiliki daya psikologis sebesar 48,21%. Lebih mendalam dari aspek intrapersonalnya, peserta didik yang memiliki daya psikologis rendah sebanyak 16,8%, sedang 70%, dan tinggi 13,2%. Berdasarkan data tersebut jumlah siswa dengan daya psikologis rendah lebih banyak dibandingkan dengan jumlah siswa yang berdaya psikologis tinggi.

Sebuah penelitian lainnya oleh Putri (2012), menghasilkan sebuah data empiris bahwa peserta didik di sebuah Sekolah di Kota Bandung memiliki kemampuan regulasi diri rendah sebesar 5,95%, sedang 56,55%, dan tinggi 37,50%. Secara lebih dalam Putri melakukan penelitian pada setiap aspek regulasi diri, dan ia menemukan bahwa pada aspek lingkungan peserta didik memiliki regulasi diri sebesar 73,42%, pada aspek perilaku sebesar 76,22%, dan pada aspek pribadi sebesar 70,68%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian peserta didik memiliki kelemahan dalam meregulasi diri dalam aspek pribadi.

Berdasarkan fenomena-fenomena di atas, seorang remaja yang sedang berkembang membutuhkan dorongan besar agar berhasil menyelesaikan perkembangannya. Jawaban dari pertanyaan yang sering kali muncul mengenai apa

yang memfasilitasi seseorang untuk mencapai sebuah keberhasilan mungkin ditemukan dalam konsep regulasi diri. Ketiadaan regulasi diri merupakan akar dari banyaknya permasalahan pribadi dan sosial, seperti perilaku kekerasan, penyalahgunaan zat, perilaku merusak diri, penurunan kesehatan, kekurangan prestasi, dan obesitas (Baumeister, 2011, hlm. 64). Regulasi diri dapat diartikan sebagai kecenderungan, keinginan, atau perilaku alami yang dilakukan seseorang untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan jangka panjang, sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungan sosial (Baumeister, 2011, hlm. 65). Fonagy & Target (2002, hlm. 307; dalam Rueda, dkk, 2011, hlm. 284) mengatakan bahwa regulasi diri seseorang mengacu pada: (1) kemampuan seseorang mengontrol reaksi dari stress, (2) kapasitas untuk mengatur fokus perhatian, dan (3) menafsirkan keadaan mental diri sendiri dan orang lain.

Adapun bentuk-bentuk regulasi diri ini seringkali dikonsepsikan dengan melibatkan kontrol, arah, dan koreksi dari tindakan sendiri dalam proses menuju atau menjauh dari tujuan (Carver & Scheier, dalam Diamond & Apinwall, 2003). Brown (dalam Neal & Carey, 2004) juga menegaskan bahwa regulasi diri adalah kemampuan untuk merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial.

Fenomena pada siswa SMP yang melibatkan kemampuan merencanakan strategi diri untuk perkembangan hidupnya, kontrol diri terhadap tekanan yang terjadi saat menghadapi ujian sekolah dan berbagai perilaku yang tidak menunjukkan kemampuan dalam mengelola dan memantau diri, menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian mengenai regulasi diri peserta didik pada tingkat Sekolah Menengah Pertama.

Pengembangan regulasi diri ini perlu dilakukan dengan strategi dan cara yang tepat sesuai dengan fakta-fakta empiris yang telah dipaparkan. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk memberikan bimbingan secara mendasar dan menyeluruh kepada peserta didik agar berkembang menjadi manusia yang memiliki kapasitas mumpuni dalam menyelesaikan tugas perkembangannya. Proses bimbingan ini hendaknya memberikan dampak bagi masa depan peserta didik, dan agar hal itu terwujud maka proses bimbingan yang harus berkembang hari ini

adalah sebuah bimbingan yang meningkatkan kualitas pribadi peserta didik agar memiliki kemampuan dan keinginan yang sejalan dengan tujuan pribadi yang positif. Sebagaimana yang dikatakan oleh Nurihsan (2002), bimbingan pribadi mengarah pada pencapaian pribadi yang seimbang dengan memperhatikan keunikan dari karakteristik pribadi serta ragam permasalahan yang dialami oleh individu.

## **B. Rumusan Masalah**

Fenomena-fenomena yang terdapat pada latar belakang di atas memberikan gambaran bahwa memfasilitasi peserta didik agar menjadi pribadi yang mampu meregulasi diri sendiri merupakan tantangan bagi guru BK hari ini. Kenyataannya dalam beberapa tahun terakhir masih banyak peserta didik yang memiliki regulasi sedang hingga rendah, serta data lain yang menunjukkan indikasi rendahnya regulasi peserta didik aspek intrapersonal daya psikologis peserta didik.

Hal ini tentu membawa kekhawatiran mengingat besarnya peran regulasi diri sebagaimana yang sebutkan dalam penelitian lainnya bahwa regulasi diri memiliki dampak yang signifikan terhadap perencanaan karir dan motivasi belajar menjadi hal penting yang tidak boleh luput dari pandangan pendidik.

Seperti yang disebutkan dalam Permendikbud nomor 111 tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling pada Sekolah Dasar dan Sekolah Menengah, salah satu layanan yang harus ada di sekolah adalah pemeliharaan kondisi pribadi dan situasi yang kondusif untuk pengembangan diri konseli, maka Regulasi Diri menjadi hal penting yang bisa dikembangkan untuk mengoptimalkan kondisi pribadi dan pengembangan diri peserta didik. Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah utama penelitian ini adalah “Bagaimanakah Bimbingan Pribadi berdasarkan Profil Regulasi Diri Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama?”. Permasalahan ini dijabarkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut :

- 1) Seperti apa profil regulasi diri peserta didik di Sekolah Menengah Pertama?
- 2) Bagaimana Rancangan Bimbingan Pribadi hipotetik berdasarkan profil regulasi diri peserta didik di Sekolah Menengah Pertama?

## **C. Penjelasan Istilah**

### **1. Regulasi Diri**

Baumeister, dkk (2006) mengatakan bahwa regulasi diri merupakan kemampuan untuk merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosi, sosial agar sesuai dengan nilai, moral, dan aturan yang berlaku dalam masyarakat, selain itu regulasi diri juga merupakan kemampuan untuk menghasilkan pemikiran, perasaan dan tindakan yang diikuti dengan proses adaptasi secara terus menerus agar tercapai tujuan yang diinginkan oleh setiap individu.

Calkins (2007) mendefinisikan regulasi diri sebagai sebuah kemampuan untuk meregulasi perilaku, emosi, dan kognisi dalam menanggapi rangsangan dari internal maupun eksternal, yang sangat penting bagi fungsi otonomi dan adaptasi psikologis dan sosial.

Dias & Castillo (2014) memandang regulasi diri sebagai sebuah proses psikologis yang dapat menentukan seseorang untuk melakukan tindakan yang diatur mekanismenya oleh individu tersebut sehingga menghasilkan perilaku positif untuk mencapai cita-cita yang diinginkan.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi diri adalah sebuah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku, emosi, dan kognisi secara positif, adaptif dan berkesinambungan sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku di lingkungan masyarakat sebagai bentuk upaya untuk mencapai cita-cita atau tujuan hidupnya.

### **2. Bimbingan Pribadi**

Nurikhsan (2002, hlm. 20) menjelaskan bahwa bimbingan pribadi merupakan bimbingan untuk membantu individu memecahkan masalah-masalah pribadinya, seperti masalah pergaulan, penyelesaian konflik, dan penyesuaian diri, yang diberikan dengan menciptakan lingkungan yang kondusif, interasi pendidikan yang akrab, mengembangkan keterampilan-keterampilan pribadi yang sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungan masyarakat.

Winkel & Hastuti (2006, hlm. 118-119) mengatakan bahwa bimbingan pribadi merupakan bimbingan yang membantu individu untuk memahami keadaan batinnya sendiri dan mengatasi berbagai pergumulan dalam batinnya sendiri, dalam mengatur diri sendiri dalam hal kerohanian, pemeliharaan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu, dan sebagainya.

Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah menjelaskan bahwa bimbingan pribadi merupakan suatu proses pemberian bantuan dari konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik/konseli untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusannya secara bertanggung jawab tentang perkembangan aspek pribadinya, sehingga dapat mencapai perkembangan pribadinya secara optimal dan mencapai kebahagiaan, kesejahteraan, dan keselamatan dalam kehidupannya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Bimbingan Pribadi adalah sebuah bentuk upaya membantu individu berkembang dalam aspek pribadi yang berupa pemahaman diri, penerimaan diri, dan pengarahan diri, agar mampu menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan diri pribadinya serta mampu merencanakan, mengambil dan merealisasikan keputusannya secara mandiri.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini secara umum adalah menghasilkan sebuah rancangan bimbingan pribadi berdasarkan profil regulasi diri peserta didik di sekolah menengah pertama yang layak untuk diterapkan menurut pertimbangan pakar dan praktisi bimbingan dan konseling.

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan fakta empirik tentang ;

- 1) gambaran regulasi diri peserta didik di Sekolah Menengah Pertama;
- 2) rancangan hipotetik layanan dasar bimbingan pribadi berdasarkan profil regulasi diri peserta didik di Sekolah Menengah Pertama yang layak untuk diterapkan menurut pertimbangan pakar dan praktisi bimbingan dan konseling



## **E. Manfaat Penelitian**

Secara teori hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kajian ilmu secara empirik terkait program bimbingan pribadi dan regulasi diri peserta didik di SMP.

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut.

### **1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dalam pengembangan bimbingan pribadi di sekolah, sehingga layanan yang diberikan lebih sesuai dengan kondisi dan kebutuhan peserta didik.

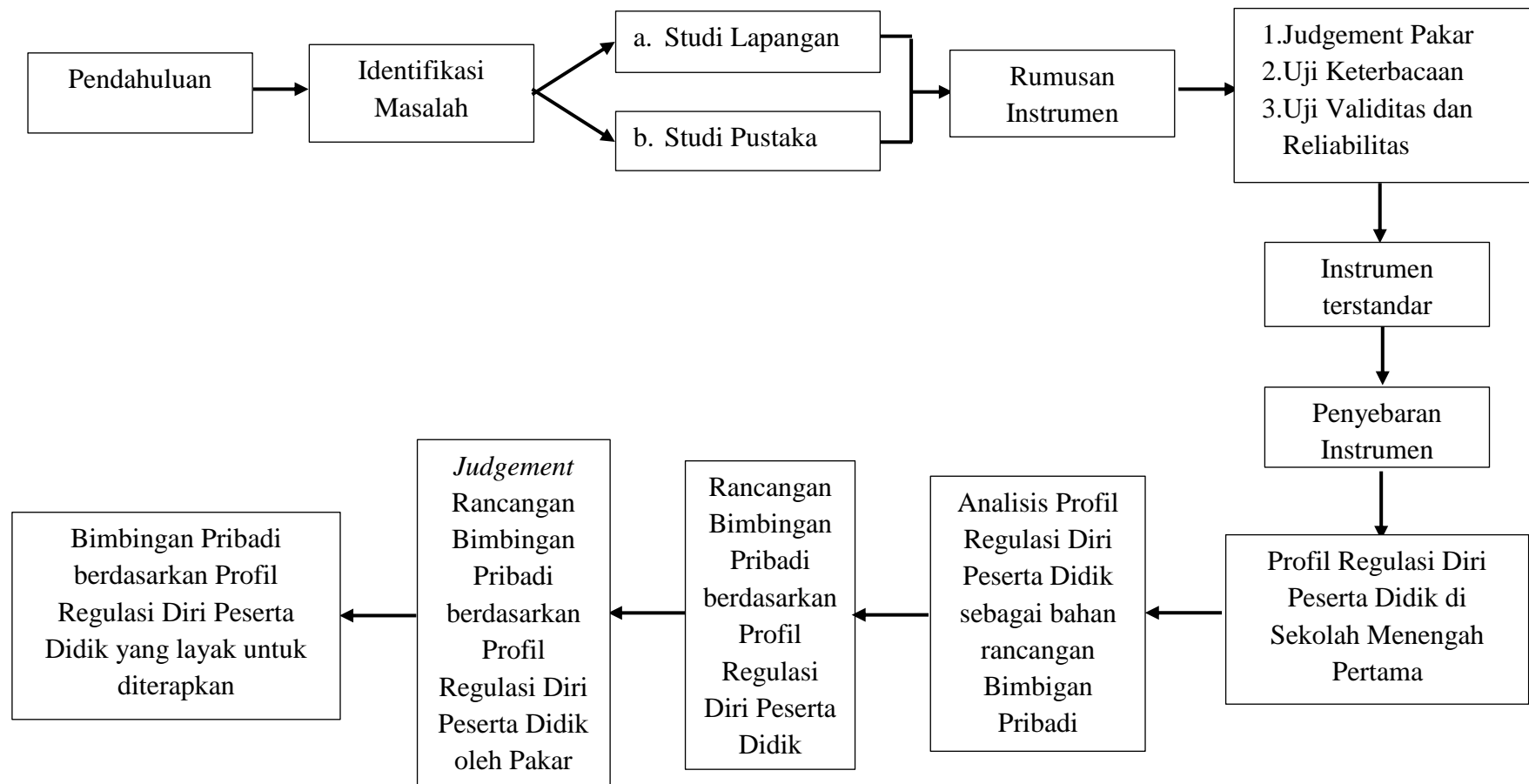
### **2. Bagi penelitian selanjutnya**

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan hal-hal yang lebih dalam tentang regulasi diri. Misalnya dengan meneliti lebih lanjut terkait faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi diri.

## **F. Kerangka Penelitian**

Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang menekankan pada fenomena objektif dan dikaji dengan kuantitatif. Data yang dihasilkan dalam penelitian ini yaitu profil regulasi diri peserta didik yang diungkap melalui Instrumen Regulasi Diri. Selanjutnya data ini dianalisis dan dilakukan penafsiran dengan menggunakan perhitungan statistik, sehingga menghasilkan suatu data yang teruji secara ilmiah. Data yang dihasilkan merupakan profil regulasi diri peserta didik. Profil regulasi diri ini dijadikan sebagai dasar rancangan hipotetik bimbingan pribadi.

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif. Metode deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, yang berlangsung pada saat ini atau saat yang lampau. Metode deskriptif ini digunakan untuk menggambarkan regulasi diri peserta didik di SMP sebagai dasar merumuskan rancangan bimbingan pribadi. Gambaran kerangka alur dalam penelitian ini dijelaskan dalam Gambar 1.1.



Gambar 1.1. Kerangka Skripsi