

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I menguraikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi disertasi. Uraianya sebagai berikut.

A. Latar Belakang Penelitian

Regulasi diri merupakan model perilaku yang diikuti tradisi mekanistik dengan mengusulkan prinsip kerja dasar yang positif diterapkan untuk perilaku manusia. Sebuah proses diri dapat menjelaskan alasan individu mampu mengatur diri dengan bergantung pada keyakinan dan reaksi afektif, seperti keraguan dan ketakutan pada kinerja tertentu. Memiliki cita-cita hidup yang diimpikan, ataupun ketertarikan pada suatu model dapat menjadi dorongan untuk mencoba meniru sebuah strategi dalam berperilaku, tetapi hal tersebut sering menjadi berubah ketika kepercayaan diri hilang pada keadaan kompetitif. Proses pada pengaturan diri yang disebut regulasi diri menjadi sangat penting untuk dipahami sehingga melahirkan perilaku yang adaptif dan sesuai dengan nilai-nilai norma yang berlaku.

Regulasi diri menurut Bandura (2000) adalah suatu kemampuan yang dimiliki manusia berupa kemampuan berfikir yang dengan kemampuan tersebut individu memanipulasi lingkungan, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan tersebut. Menurutnya, individu

dapat mengatur sebagian dari pola tingkah laku dirinya sendiri. Secara umum regulasi diri adalah tugas individu untuk mengubah respon-respon, seperti mengendalikan impuls perilaku (dorongan perilaku), menahan hasrat, mengontrol pikiran dan mengubah emosi. Seperti yang diungkapkan Baumeister & Vohs, (2004) sebagaimana dikutip (McCullough & Willoughby, 2009, hlm. 500) dalam buletin psikologi yang diterbitkan APA (*American Psychology Association*) mendefinisikan regulasi diri dengan aktivitas seseorang mengontrol dirinya atau tanggapannya untuk mengejar tujuan dan memenuhi standar. Kontrol dalam mengatur diri untuk sampai pada tujuan dan standar yang diinginkan.

Regulasi diri (*self regulation*), merupakan salah satu komponen penggerak utama kepribadian manusia (Boeree, 2010, hlm. 205). Kecenderungan peserta didik yang mandiri dalam belajar berbanding lurus dengan kemampuan peserta didik untuk mengatur dirinya sendiri. Peserta didik yang mengatur dirinya akan mampu mengontrol diri agar mendapatkan prestasi. Salah satu komponen dalam regulasi diri yaitu meregulasi usaha yang memiliki hubungan dengan prestasi dan mengacu pada niat peserta didik untuk mendapatkan sumber, energy, dan waktu untuk dapat menyelesaikan tugas akademik yang utama (Wolters dkk., 2003, hlm. 24). Shunck (1996, dalam Shunck, dkk, 2008, hlm. 157) juga berpendapat bahwa peserta didik yang mengeksplorasi tujuan dan evaluasi diri akan mempengaruhi hasil prestasi. Oleh karena itu tujuan dan evaluasi merupakan bagian dari siklus regulasi diri.

Siswa yang diasumsikan termasuk kategori regulasi diri adalah siswa yang aktif secara positif, baik secara metakognitif, motivasi, maupun perilaku. Siswa menghasilkan gagasan, perasaan, dan tindakan untuk mencapai tujuan hidupnya berdasarkan nilai-nilai positif yang tertanam dalam dirinya. Secara metakognitif siswa sebagai remaja bisa memiliki strategi tertentu yang efektif dalam memproses informasi dan motivasi internal. Adapun perilaku yang ditampilkannya adalah dalam bentuk sikap dan perilaku positif dalam kehidupan.

Berdasarkan statistik di berbagai belahan dunia, diantaranya Data Badan Sensus Amerika bahwa dilansir dalam berita online (<http://international.news.com2016/06/9>) realita remaja di dunia 60% dari populasi remaja terpapar tindakan kekerasan baik yang dilakukan oleh sendiri (tawuran, aksi kriminal) maupun oleh orang lain seperti pemerkosaan, tindak kekerasan dan lain sebagainya. Realita keadaan remaja Indonesia pun nyatanya tidak sesuai dengan arahan ideal Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional. Sepanjang tahun 2015, tercatat 769 kasus tawuran pelajar, rata-ratanya, setiap hari terjadi dua tawuran hingga menelan 13 korban jiwa.

Remaja kini menjadi hal yang dikhawatirkan. Kasus yang terjadi bukan hanya pada tawuran namun juga pemerkosaan yang dilakukan oleh remaja bahkan menyangkut masalah Narkoba. Data menunjukkan, dari empat juta pecandu Narkoba, sebanyak 70% di antaranya adalah anak sekolah yang berusia 14 sampai dengan 20 tahun. Data tersebut

menunjukkan peningkatan dari segi kuantitas mulai dari tahun 2007 yang tercatat sekitar 3.100 orang remaja yang terlibat dalam kasus kriminalitas, serta pada tahun 2008 dan 2009 yang meningkat menjadi 3.300 orang hingga mencapai jumlah 4.200 orang remaja (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2010). Tidak hanya dari segi kuantitas, laporan badan pusat statistik juga menjelaskan bahwa tindak kriminalitas yang dilakukan oleh remaja juga meningkat secara kualitas. Kenakalan yang dilakukan remaja pada awalnya hanya berupa perilaku tawuran atau perkelahian antar teman, kini berkembang sebagai tindak kriminalitas seperti pencurian, pemerkosaan, penggunaan narkoba hingga pembunuhan.

Dilansir dalam surat kabar Kompas, pada hari Rabu, 25 April 2014. “Para mahasiswa STIP (Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran) yang setiap tahunnya mendapatkan perlakuan keras dari para senior akhirnya mewariskan dendam kepada para junior sehingga muncul lingkaran aksi balas dendam, berdalih membina taruna junior dengan kedisiplinan namun ujung-ujungnya menjurus penganiyayaan bahkan merenggut korban kematian”. Bahkan kasus tindakan kekerasan seksual, masih dalam surat kabar harian Kompas (25 April 2014), “50 remaja menjadi korban kekerasan seksual akibat lingkungan yang salah dan keluarga yang tidak kondusif. Kurangnya kontrol diri menjadi penyebab remaja mengikuti arah sikap yang salah terhadap pengaruh lingkungan yang negatif”. Pemaparan mengenai kasus-kasus tersebut adalah karena rendahnya regulasi diri yang terdapat pada remaja.

Fakta yang cukup mengkhawatirkan seperti itu mungkin bisa terjadi pada siswa SMA di Bandarlampung. Bukti hasil pengamatan sementara menunjukkan regulasi diri siswa Bandarlampung relatif belum seperti yang diharapkan. Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara pada studi pendahuluan sebagian besar regulasi diri siswa Bandarlampung berada pada kategori sedang, yakni sebanyak 63,28%. Artinya sebagian besar siswa di Kota Bandarlampung memiliki regulasi diri pada kategori sedang. Sisanya berada pada kategori tinggi sebanyak 17,89% dan pada kategori rendah sebanyak 18,83%.

Sekolah sebagai lembaga penyelenggara pendidikan formal mempunyai peranan yang sangat penting dalam usaha memandirikan dan menjadikan peserta didik sebagai anggota masyarakat yang berguna. Hal tersebut merupakan konsep yang sangat ideal dalam perkembangan individu. Namun, pada kenyataannya sekarang telah terjadi berbagai macam perubahan dalam dunia pendidikan baik perubahan sistem pendidikan, kurikulum, bahkan pada metode mengajar. Perubahan-perubahan tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah khususnya bagi peserta didik serta pihak yang berkecimpung dalam pendidikan.

Pendidikan yang bermutu tidak cukup dilakukan melalui transformasi ilmu pengetahuan dan teknologi, namun juga harus didukung oleh peningkatan profesionalisme dan sistem manajemen tenaga kependidikan serta pengembangan kemampuan peserta didik untuk

menolong diri sendiri dalam memilih dan mengambil keputusan demi pencapaian tujuan yang diharapkan.

Kemampuan yang demikian tidak hanya menyangkut aspek akademis tetapi juga menyangkut aspek perkembangan pribadi, sosial, kematangan intelektual, dan sistem nilai. Oleh karena itu pendidikan yang bermutu di lingkungan pendidikan haruslah merupakan pendidikan yang seimbang, selain mampu menghantarkan peserta didik pada pencapaian standar kemampuan profesional dan akademis, tetapi juga mampu memfasilitasi perkembangan dan memiliki kemandirian.

Pada aspek kemandirian, peserta didik diharapkan dapat menyadari kekuatan dan kelemahan akademik, dan memiliki daftar strategi yang tepat serta sesuai untuk diterapkan dalam mengatasi tantangan tugas perkembangan dalam kehidupan. Mengarahkan peserta didik memegang keyakinan tambahan mengenai kecerdasan sebagai lawan dari entitas, dan atribut keberhasilan (Dweck & Leggett, 1988, Dweck, 2002).

Proses mencapai kemandirian dan kedewasaan bukan merupakan hal yang mudah. Peserta didik akan banyak membutuhkan bantuan orang dewasa dalam proses menjadi dewasa, berinteraksi dengan lingkungan, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosiokultural. Peserta didik dituntut mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan agar tercapainya perkembangan secara optimal.

Perkembangan secara optimal adalah perkembangan yang mencapai kemandirian. Sebelum menjadi mandiri peserta didik harus

dapat menata diri, mengetahui keberadaan diri, kapasitas diri, yang memungkinkan untuk dapat menyesuaikan diri. Penguasaan dan perolehan kemandirian diri pada seorang individu tidak dapat dilepaskan dari adanya regulasi diri yang telah dijelaskan sebelumnya.

Pada masa perkembangan peserta didik SMA terdapat penguatan dalam mengambil keputusan. Hal ini diperkuat dengan pendapat Mappiare (1982) bahwa pada masa remaja, minat dan cita-cita berkembang, dan hal itu bersifat pemilihan dan berarah tujuan. Berdasarkan segi kognitif, perkembangan strategi kognitif yang mencakup *rehearsal*, *elaboration*, dan *organizational* pada peserta didik SMA sudah mencapai pada tahap yang lebih kompleks dari sebelumnya. Pada peserta didik SMA (McDevitt & Ormord, 2002) strategi *elaboration* peserta didik menggunakan pengetahuan terdahulu guna memperluas atau memperdalam pengetahuan baru sehingga dapat lebih efektif dalam mempelajarinya, digunakan oleh peserta didik yang memiliki prestasi akademik tinggi. Strategi kognitif *elaboration* lebih kompleks dibandingkan kedua strategi yang lain. Pada masa remaja, terjadi reorganisasi lingkaran saraf *frontal lobe* (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral). *Frontal lobe* ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan merumuskan perencanaan strategi atau kemampuan mengambil keputusan (Carol & David R, 1995). Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa seharusnya regulasi diri berkembang pada peserta didik SMA untuk peserta didik kembali pada nilai-nilai positif yang telah

ditanamkan pada masa kecil menunjang pada prestasi dan capaian tujuan ideal ke depan.

Regulasi diri penting dimiliki oleh peserta didik SMA dalam membantu perkembangan. Regulasi diri juga dapat mengontrol keadaan lingkungan dan impuls emosional yang sekiranya dapat mengganggu perkembangan individu (Cervone & Pervin, 2010). Sehingga individu yang ingin berkembang akan berusaha untuk meregulasi diri semaksimal mungkin dalam mencapai tahap perkembangan yang diinginkan. Sementara individu yang kurang mampu dalam meregulasi diri, dimungkinkan tidak mampu untuk mencapai kesuksesan yang sempurna. Tanjung (2011, hlm. 56) menyatakan bahwa 80% dari kesuksesan individu ternyata dipengaruhi oleh faktor-faktor non-IQ, yang dinamakan dengan *emotional intelligence* atau kecerdasan emosi yang salah satu domainnya adalah regulasi diri. Selain itu Maddux (2009) menyebutkan bahwa regulasi diri yang kurang efektif akan menjadikan individu mengalami permasalahan psikologis yang serius, misalnya depresi dan gangguan kecemasan.

Salah satu penelitian mencoba mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan kontrol perilaku (DeWall, Baumeister, Stillman, & Gailliot, 2007) dengan subjek penelitian beberapa peserta didik di Amerika. Hasilnya menyatakan, regulasi diri yang kurang efektif pada diri individu dapat menimbulkan perilaku agresif, sedangkan individu yang memiliki regulasi diri efektif akan lebih mampu mengendalikan diri.

Hasil penelitian tersebut dapat menunjukkan bahwa regulasi diri dapat mempengaruhi keberhasilan individu melalui pengendalian perilaku yang akan dimunculkan, hal tersebut dengan catatan sesuai dalam mencapai tujuan tersebut. Penelitian dengan hasil yang sama juga dilakukan oleh Trentacosta & Shaw (2009), dengan hasil bahwa regulasi diri dapat menjadikan individu mampu mengendalikan perilaku maladaptif. Hasil penelitian Baumeisteir, Gailliot, Dewall, Nathan, & Oaten (2006) menghasilkan hal yang sama, dengan dinyatakan bahwa pengendalian diri yang teratur dapat menghasilkan regulasi diri yang baik sehingga lebih mampu untuk memunculkan perilaku yang dianggap sesuai.

Regulasi diri dapat dimunculkan oleh individu dengan cara berlatih, atau mengatur aktivitas-aktivitas yang akan dilakukannya. Hal yang serupa juga dipaparkan oleh Arsal (2009, hlm. 204), berdasarkan penelitiannya kepada 60 guru baru yang menulis buku harian selama empat belas minggu sebelum mengajar mampu memunculkan regulasi diri. Sehingga individu yang ingin melakukan perkembangan perlu meregulasi dirinya dengan cara mengontrol atau mengatur aktivitas yang dilakukan. Hal tersebut berlaku pada peserta didik yang ingin mewujudkan keinginannya dalam sikap dan perilaku yang positif kedepan (Santrock, 2010, hlm. 24).

Regulasi diri pada peserta didik mengacu pada derajat metakognisi, motivasi, dan perilaku positif. Setiap peserta didik memiliki regulasi diri

yang berbeda, termasuk motif, metode yang digunakan, hasil yang tampak dari usaha yang dilakukan, dan sumber lingkungan yang digunakan (Boekaerts, 2000, hlm. 632).

Regulasi diri merupakan usaha peserta didik untuk mengendalikan perilaku, berkembang dari waktu ke waktu, dan melibatkan banyak aspek dari perkembangan sosial, emosional, dan kognitif. Regulasi diri juga dapat dianggap sebagai keberhasilan integrasi emosi (merasa) dan kognisi (pengetahuan dan pemahaman peserta didik terhadap yang dapat dilakukan) menghasilkan perilaku yang sesuai.

Pada ranah pendidikan dikenal konsep pendidikan seumur hidup "*life long education*", yang berarti setiap pendewasaan adalah proses belajar. Konsep regulasi diri merupakan proses untuk menjadi dewasa dimana bagi peserta didik dapat dikatakan menjadi mandiri. Regulasi diri dalam proses belajar memiliki tiga kata menyiratkan, menekankan otonomi dan kontrol oleh individu yang memantau, mengarahkan, dan mengatur tindakan menuju tujuan akuisisi informasi, keahlian memperluas, dan perbaikan diri, sejalan dengan pemikiran yang dikemukakan oleh Suherman (2015) individu yang mandiri mampu mengarahkan, mengatur diri dalam proses manajemen diri.

Di Indonesia masalah regulasi diri semakin perlu untuk mendapat perhatian. Pengembangan tersebut perlu dilakukan karena saat ini pendidikan baru dikerucutkan pada penguasaan materi (*transfer of knowledge*) belum pada penguasaan atau memperoleh nilai-nilai

kehidupan. Peserta didik dalam proses perkembangan tidak terlepas dari peran sekolah. Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah memiliki peran dalam membantu peserta didik untuk mencapai tugas perkembangan terutama dalam memandirikan peserta didik.

Sesuai dengan peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan tentang Bimbingan dan Konseling pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah. No. 111 Tahun 2014 Pasal 1 bahwa:

Bimbingan dan Konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru Bimbingan dan Konseling untuk memfasilitasi perkembangan siswa/konseli dalam mencapai kemandirian dalam kehidupannya.

Menunjukkan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling harus berupaya memfasilitasi perkembangan konseli untuk mencapai kemandirian. Kemandirian yang dibangun diberikan melalui layanan Bimbingan dan Konseling dapat diberikan dengan menggunakan pendekatan post modern yaitu salah satunya adalah konseling naratif.

Pendekatan postmodern menjelaskan bahwa konselor menyediakan kesempatan bagi konseli untuk mendekonstruksi cerita dominan yang dibawa pada saat konseling. Konseli didorong untuk menuliskan kembali cerita tersebut dengan melihat masa lalu dan menuliskan kembali masa depan konseli (Corey, 2009, hlm. 307).

Pemberian makna pribadi dan identitas naratif telah muncul sebagai topik utama dalam psikologi kepribadian dan kehidupan transisi (Bauer & McAdams, 2004; McAdams, 1993; Singer, 2004).

Narratives play crucial role in a person's understanding of their self and world. Narrative and self are inseparable in that narrative is simultaneously born out of experience and gives shape to experience. Narrative activity provides tellers with an opportunity to impose order on otherwise disconnected events, and to create continuity between past, present, and the imagined worlds (Ochs & Capps, 1996, p. 19).

Peran penting naratif dalam pemahaman individu secara global. Naratif dan diri tidak dapat dipisahkan dalam cerita secara bersamaan lahir dari pengalaman dan memberikan bentuk pemahaman. Kegiatan naratif memberikan kesempatan untuk membangun sistematis dalam peristiwa, dan untuk menciptakan kontinuitas antara masa lalu, saat ini, dan pandangan luas kedepan dimana hal tersebut merupakan proses kognisi individu untuk mampu belajar dari sebuah peristiwa masa lalu disesuaikan dengan lingkungan saat ini dan perilaku yang dihasilkan yang sesuai dengan norma dan aturan budaya melayu, Sumatra khususnya budaya Lampung yang ada. Budaya bercerita ini mulai dari Aceh di kenal dengan budaya tutur, di melayu sendiri dikenal dengan adanya hikayat. Budaya bercerita dari ujung utara pulau Sumatra ini ditelusuri di Sumatra barat di kenal dengan randai dan bakaba. Sampai di ujung selatan pulau Sumatra yaitu di daerah Lampung sendiri dalam masyarakat tertanam budaya bercerita dengan sebutan wawaghahan (Warahan), yaitu cerita berirama. Ciri-ciri wawaghahan terlihat pada irama yang menyertai cerita tersebut, dan sifatnya liris (dipengaruhi pribadi dan emosi si pembawa cerita).

Dalam alqur'an dikenal dengan *Qashashul Quran* (kisah-kisah Alquran). bahkan ayat-ayat yang berbicara tentang kisah jauh lebih banyak

ketimbang ayat-ayat yang berbicara tentang hukum. Hal ini memberikan isyarat bahwa Alquran sangat perhatian terhadap masalah kisah, yang memang di dalamnya banyak mengandung pelajaran (*ibrah*).

Bercerita tersebut dapat dikembangkan melalui proses layanan Bimbingan dan Konseling. Salah satu dari teknik layanan Bimbingan dan Konseling yang dapat digunakan adalah layanan konseling individual dan kelompok pendekatan post modern dengan teknik naratif. Layanan konseling naratif post modern adalah layanan yang menggunakan strategi dan teknik yang sesuai dengan perkembangan zaman, Layanan Konseling berorientasi post modern ini telah terbukti dapat dilakukan dan dipergunakan untuk berbagai macam masalah (Geldard & Geldard, 2012).

Regulasi diri siswa diyakini dapat meningkat melalui konseling naratif. Namun demikian memungkinkan terjadi perbedaan antara perkembangan regulasi diri siswa laki dengan siswa perempuan, siswa IPA dengan IPS dan siswa sekolah *lower* dengan sekolah favorit. Ini bisa terjadi karena jenis kelamin terutama peran gendernya merupakan dasar yang memulai berkontribusi terhadap perbedaan berbagai aspek individu termasuk perbedaan pada regulasi dirinya (Zaduqisti, E. (2009, hlm. 3). Demikian halnya dengan budaya belajar siswa IPA dan IPS serta siswa pada sekolah *lower* dan favorit memungkinkan terjadinya perbedaan yang disebabkan oleh budaya belajar siswa yang relatif berbeda pada kelompok-kelompok siswa tersebut (Santrock 1992, dalam Zaduqisti, 2009, hlm.7).

Berdasarkan keadaan yang telah dipaparkan maka peneliti berusaha untuk melakukan kajian lebih lanjut mengenai konseling naratif pendekatan post modern untuk mengembangkan regulasi diri peserta didik SMA (Sekolah Menengah Atas) di Kota Bandarlampung.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Bagi manusia pada umumnya, terutama bagi siswa, regulasi diri menjadi amat penting untuk sukses belajar di sekolah. Bagi siswa, regulasi diri dapat membantu dalam penyesuaian diri dan mengarahkannya pada tujuan yang ingin dicapai sehingga menghasilkan perilaku yang sesuai dengan tujuan (Carver & Scheier, 1981, 1990, 1998, 1999a, 1999b dalam Roy F. Baumeister, dkk, 2004). Bahkan dalam pandangan Boeree (2010, hlm. 203) regulasi diri merupakan salah satu komponen penggerak utama kepribadian manusia. Dengan demikian regulasi diri sangat penting bagi siswa untuk sukses dalam pembelajarannya sehingga mengalami perkembangan yang optimal.

Namun demikian, terkuak isu bahwa regulasi diri siswa saat ini masih mengkhawatirkan. Hasil studi pendahuluan melalui survei tentang profil regulasi diri terhadap 679 siswa Kelas XI SMA Bandarlampung menunjukkan sebagian besar memiliki regulasi diri pada kategori sedang.

Tabel 1.1
Profil Regulasi Diri Siswa Kelas XI SMA
Kota Bandarlampung Tahun 2016

No	Aspek	Indikator	Tinggi (%)		Sedang (%)		Rendah (%)	
			Indikator	Aspek	Indikator	Aspek	Indikator	Aspek
1.	Mencari dan	1. Menerima	26		60		14	

	mempelajari Informasi	Informasi yang relevan		15		64,5		20,5
		2. Evaluasi terhadap informasi	4		69		27	
2.	Mengelola Lingkungan dan Perilaku	3. Memunculkan perubahan	3	16	57	61	40	23
		4. Pencarian alternative	29		65		6	
3.	Regulasi perilaku maladaptive	5. Membuat perencanaan	10	22,67	69	64,33	21	13
		6. Melaksanakan Rencana	8		75		17	
		7. Penilaian efektivitas	50		49		1	
Profil regulasi diri siswa				17,89%		63,28%		18,83%

Berdasarkan tabel 4.1, di paparkan regulasi diri terdiri dari 3 (tiga) aspek dan 7 (tujuh) indikator. Data awal yang di tunjukkan pada umumnya regulasi diri siswa di Kota Bandarlampung sebanyak 63,28% berada pada kategori sedang. Artinya sebagian besar siswa memiliki regulasi diri pada kategori sedang. Sisanya berada pada kategori tinggi sebanyak 17,89% dan pada kategori rendah sebanyak 18,83%. Fakta ini konsisten dengan yang terjadi pada aspek regulasi diri, baik pada aspek mencari dan mempelajari informasi, mengelola lingkungan dan perilaku, dan regulasi perilaku maladaptif sebagian besar regulasi diri siswa SMA Bandarlampung berada pada kategori sedang, yakni bergerak pada angka 61% sd 64%an.

Fakta empiris rendahnya regulasi diri pada remaja disetiap belahan dunia, termasuk remaja Indonesia dan khususnya remaja di SMA Bandarlampung dengan segala implikasi psikologisnya memerlukan upaya bukan hanya untuk meningkatkan namun juga mengembangkan regulasi diri. Upaya pengembangan regulasi diri peserta didik yang dilakukan

selama ini terpotret oleh hasil studi pendahuluan melalui wawancara secara terstruktur, yang dijamin dengan menggunakan Pedoman Wawancara Peningkatan Regulasi Diri. Wawancara dilakukan kepada enam guru Bimbingan dan Konseling dari tiga SMA di Kota Bandar Lampung. Sekolah yang menjadi objek penelitian ini dilihat dari tiga strata ke populeran/ kefavoritan dari sekolah tersebut di kota Bandar Lampung. Ketiga Sekolah dimaksud adalah SMA Xaverius, SMAN 10, dan SMAN 6 Bandar Lampung. Upaya yang sudah dilakukan di ketiga sekolah tersebut lebih lanjut dapat diamati pada tabel berikut:

Tabel 1.2
Upaya Guru Bimbingan dan Konseling
untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa SMA Bandar Lampung
Tahun 2016

No.	Materi	Tujuan	Sasaran	Strategi dan teknik
1.	Penanaman Disiplin	Mengembangkan tingkah laku berdisiplin dalam kehidupan sehari-hari	Siswa kelas 11	Bimbingan klasikal; diskusi, permainan
2.	Menghargai hak orang lain	Menghargai hak orang lain dalam kehidupan sehari-hari	Siswa kelas 11	Bimbingan klasikal dan individual; penayangan power poin dan visual, kisah kebaikan
3.	Penanaman kejujuran	Mengembangkan rasa jujur dalam kehidupan sehari-hari	Siswa kelas 11	Bimbingan kelompok; bermain peran
4.	Menanamkan Tanggung jawab	Sikap dan perilaku seseorang untuk melaksanakan tugas dan kewajibannya, yang seharusnya dia lakukan,	Siswa kelas 11	Bimbingan klasikal; Diskusi kelompok dengan mengalisa tayangan gambar bersama

		terhadap diri sendiri, masyarakat, lingkungan (alam, sosial dan budaya).		
5.	Toleransi	Sikap dan tindakan yang menghargai perbedaan, pendapat, sikap, dan tindakan orang lain yang berbeda dari dirinya dalam kehidupan sehari-hari	Siswa Kelas 11	Bimbingan Klasikal; identifikasi pelanggaran yang sering dilakukan remaja, diskusi kelompok/ curah pendapat

Pada hasil studi pendahuluan tersebut tampak bahwa pengembangan regulasi diri peserta didik belum terfokus kepada regulasi diri dan belum didesain dengan menggunakan strategi konseling yang lebih sesuai dalam pengembangan regulasi diri yang dapat membangun baik faktor internal maupun eksternal individu.

Faktor internal dan eksternal sangat berperan dalam pembentukan dan pengembangan regulasi diri pada setiap remaja. Penyebab rendahnya regulasi diri remaja yang peneliti uraikan sebelumnya, memiliki kesamaan literatur dengan yang diungkapkan oleh Zimmerman (1989).

Menurut Zimmerman regulasi diri dalam belajar dipengaruhi oleh faktor pribadi, perilaku, serta lingkungan yang dimiliki oleh remaja. Menurut Zimmerman faktor pribadi dapat ditentukan oleh motivasi remaja seperti adanya *self efficacy*, proses metakognitif remaja, serta keadaan afeksi remaja, dan faktor perilaku serta lingkungan ditentukan oleh

sejauhmana remaja mampu menilai dirinya serta peran modeling yang dimunculkan orang tua, guru, maupun teman sebaya.

Indikator perilaku remaja yang dikategorikan memiliki regulasi diri adalah: (a) remaja menyadari bahwa menggunakan kemampuan kognitif akan membuat remaja berhasil, (b) remaja mengarahkan kemampuannya terhadap pencapaian tujuan pribadi, (c) remaja menunjukkan motivasi serta emosi yang positif seperti adanya *self efficacy*, menetapkan tujuan, (d) remaja merencanakan dan mengendalikan waktu serta usaha untuk melaksanakan tugas dan mampu menata lingkungan yang nyaman baginya, e) remaja menunjukkan inisiatif untuk ikut berpartisipasi dalam tugas-tugas dan perencanaan, menyusun strategi untuk mempertahankan usaha, konsentrasi, serta motivasi.

Pendidikan merupakan aset yang tidak ternilai bagi individu dan masyarakat. Pendidikan merupakan proses yang esensial untuk mencapai tujuan dan cita-cita pribadi individu. Secara filosofis dan historis, pendidikan menggambarkan suatu proses yang melibatkan berbagai faktor dalam upaya mencapai kehidupan yang bermakna baik bagi individu maupun masyarakat. Kartadinata (2012, hlm. 5) mengemukakan bahwa tujuan utuh pendidikan adalah tujuan individual, tujuan kolektif, dan tujuan eksistensial. Tujuan individual yaitu tujuan yang harus dicapai oleh setiap siswa dalam mengembangkan potensi dirinya. Tujuan kolektif adalah tujuan yang harus dicapai dalam wujud kecerdasan kehidupan bangsa. Tujuan eksistensial adalah tujuan yang harus terwujud dalam

karakter bangsa yang bermartabat yang memiliki daya saing dan ketahanan hidup yang kokoh.

Bimbingan dan Konseling merupakan salah satu upaya pedagogis yang bertujuan untuk memfasilitasi perkembangan individu dari kondisi apa adanya kepada kondisi bagaimana seharusnya dengan potensi yang dimilikinya (Kartadinata, 2011, hlm. 30). Bimbingan dan Konseling memiliki peran dalam membantu remaja memperoleh berbagai kemampuan yang dibutuhkan untuk bertahan hidup dan mengembangkan diri dengan optimal. Kondisi perkembangan optimum adalah kondisi dinamis yang ditandai dengan kesiapan dan kemampuan individu untuk memperbaiki diri (*self-improvement*) agar dia menjadi pribadi yang berfungsi penuh (*fully-functioning person*) di dalam lingkungannya (Kartadinata, 2007, hlm. 2) sedangkan konseling merupakan layanan ahli yang didalamnya terjadi proses perjumpaan psikososialkultural antara konselor dan konseli. Upaya meningkatkan regulasi diri siswa mengutamakan bantuan konseling dengan alasan konseling merupakan bantuan yang langsung bersentuhan dengan kebutuhan dan masalah individu.

Layanan konseling agar dapat terlaksana secara efektif, konselor dituntut untuk menguasai berbagai teori dan pendekatan konseling. Pendekatan konseling yang telah teruji secara efektif tentu saja akan sangat membantu pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa dalam berbagai permasalahan, termasuk salah satunya intervensi

konseling yang bertujuan untuk meningkatkan regulasi diri siswa. Dari berbagai pendekatan konseling yang ada, salah satu pendekatan yang memiliki beberapa keunggulan/kelebihan dibandingkan dengan pendekatan-pendekatan lainya dan dianggap paling sesuai untuk meningkatkan regulasi diri siswa adalah pendekatan post modern dengan menggunakan konseling naratif.

Keunggulan pendekatan konseling naratif dibandingkan dengan pendekatan yang lain diantaranya adalah pendekatan ini tidak memiliki aturan yang baku terhadap pelaksanaanya sehingga memudahkan para guru Bimbingan dan Konseling dalam pelaksanaanya, dasarnya adalah bercerita dan membuat cerita dan memberikan penghargaan yang tinggi pada setiap siswa, dapat dilakukan pada *setting* kelompok sehingga lebih dapat memfasilitasi siswa.

Peran penting naratif dalam pemahaman individu secara global. Naratif dan diri tidak dapat dipisahkan dalam cerita secara bersamaan lahir dari pengalaman dan memberikan bentuk pemahaman. Kegiatan naratif memberikan kesempatan untuk membangun sistematika dalam peristiwa, dan untuk menciptakan kontinuitas antara masa lalu, saat ini, dan pandangan luas kedepan.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah pendekatan konseling naratif efektif mengembangkan regulasi diri (*self regulation*) siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Bandarlampung?”

Berdasarkan latar belakang yang disusun oleh peneliti maka didapatkan rumusan masalah dalam penelitian sebagai berikut:

1. Apakah konseling naratif efektif dalam mengembangkan regulasi diri siswa Kelas XI SMA Kota Bandarlampung ?
2. Seperti apa profil tingkat regulasi diri siswa kelas XI SMA Kota Bandarlampung setelah mengikuti konseling naratif ?
3. Adakah perbedaan perkembangan regulasi diri antara siswa laki-laki dengan perempuan pada siswa Kelas XI SMA Kota Bandarlampung setelah mengikuti konseling naratif ?
4. Adakah perbedaan perkembangan regulasi diri antara siswa pada sekolah *lower* dengan sekolah favorit setelah mengikuti konseling naratif ?
5. Adakah perbedaan perkembangan regulasi diri antara siswa IPA dengan IPS setelah mengikuti konseling naratif?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan pendekatan konseling naratif untuk mengembangkan regulasi diri siswa Sekolah Menengah Atas di Kota Bandarlampung, sedangkan tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Diperoleh data empirik keefektivan konseling naratif dalam mengembangkan regulasi diri siswa Kelas XI SMA Kota Bandarlampung.

2. Diperoleh data empirik profil tingkat regulasi diri siswa kelas XI SMA Kota Bandarlampung setelah mengikuti konseling naratif.
3. Diperoleh data empirik perbedaan perkembangan regulasi diri antara siswa laki-laki dengan perempuan pada siswa Kelas XI SMA Kota Bandarlampung setelah mengikuti konseling naratif.
4. Diperoleh data empirik perbedaan perkembangan regulasi diri antara siswa pada sekolah *lower* dengan sekolah pavorit setelah mengikuti konseling naratif.
5. Diperoleh data empirik perbedaan perkembangan regulasi diri antara siswa IPA dengan IPS setelah mengikuti konseling naratif.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat dan signifikansi dalam aspek teoritis dan praktis. Secara teoritis, signifikansi penelitian ini adalah:

1. Meningkatkan pemahaman mengenai regulasi diri pada remaja tingkat SMA di Bandarlampung;
2. Meningkatnya pemahaman tentang karakteristik regulasi diri pada remaja dan dalam pengembangannya melalui layanan Bimbingan dan Konseling;
3. Meningkatnya pemahaman mengenai layanan konseling naratif dalam mengembangkan regulasi diri remaja SMA di Bandarlampung.

Sementara itu, secara praktis manfaat penelitian ini adalah:

- a. Bermanfaat bagi konselor/guru Bimbingan dan Konseling dan sekolah dalam melaksanakan kewajibannya dalam memberikan layanan kepada peserta didik mengenai membentuk, mengenali, dan meningkatkan regulasi diri pada siswa di Sekolah;
- b. Bermanfaat bagi siswa (konseli) setelah mendapatkan layanan Bimbingan dan Konseling dapat memahami, mengenali dirinya sehingga dapat lebih membentuk regulasi diri sesuai tugas perkembangannya;
- c. Bagi pengambil kebijakan, hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan bagi pengambilan kebijakan dalam upaya peningkatan mutu layanan konseling yang mempunyai arti penting dalam upaya mengembangkan regulasi diri peserta didik dan pencapaian tujuan pendidikan nasional.

Adapun secara signifikansi penelitian ini dari aspek kebijakan penanganan rendahnya regulasi diri pada remaja SMA adalah hasil penelitian ini dapat menjadi landasan untuk menjawab pertanyaan tentang sejauh mana layanan konseling naratif yang selama ini diterapkan dilapangan berhasil mengembangkan regulasi diri pada remaja SMA di Bandarlampung.

E. Struktur Organisasi Disertasi

Struktur organisasi disertasi terdiri atas 5 bab. Bab I adalah Pendahuluan, meliputi (1) latar belakang penelitian, (2) rumusan masalah penelitian, (3) tujuan penelitian, (4) manfaat penelitian, dan (5) struktur

organisasi disertasi. Bab II adalah kajian pustaka, meliputi (1) konsep regulasi diri, (2) konseling postmodern, serta (3) konsep dan implementasi konseling naratif. Bab III adalah metode penelitian, meliputi (1) pendekatan penelitian, (2) desain penelitian, (2) subjek penelitian, (3). instrumen penelitian, (4). prosedur penelitian, dan (5) analisis data. Bab IV adalah hasil dan pembahasan. Bab V adalah simpulan dan rekomendasi.

