

# BAB I

## PENDAHULUAN

Pokok bahasan yang dipaparkan pada Bab 1 meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi tesis.

### A. Latar Belakang Penelitian

Pada masa remaja pencapaian prestasi belajar merupakan salah satu hal yang dianggap penting oleh remaja. Hal ini dikarenakan prestasi belajar yang diperoleh akan menjadi awal untuk menempuh langkah-langkah selanjutnya. Masalah prestasi kemudian menjadi suatu permasalahan yang lebih serius ketika para remaja mulai memandang keberhasilan dan kegagalan mereka dalam mencapai prestasi akan menjadi suatu prediksi bagi keberhasilan dan kegagalan ketika mereka dewasa nanti (Santrock, 2007, hal. 147).

Prestasi belajar yang diperoleh di masa sekolah sangat berperan bagi siswa dan arah karir mereka ke depan. Akan tetapi fakta di sekolah, tidak semua siswa yang berada di masa remaja awal yang biasanya sedang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) memiliki prestasi belajar yang baik di sekolah. Tidak jarang ditemukan siswa yang memiliki kinerja akademik rendah. Hal tersebut bisa dilihat dari performa belajar di kelas seperti tidak konsentrasi, tidak dapat berdiam lama di kelas, cenderung berbuat gaduh di kelas, dan dapat dilihat juga dari kualitas hasil penyelesaian tugas.

Teori perkembangan kognisi Piaget menyebutkan bahwa masa remaja adalah tahap peralihan dari penggunaan penalaran operasi konkret ke penerapan operasi formal. Pada tahap ini para remaja sudah mampu berpikir abstrak, remaja mulai mampu membayangkan apa yang mungkin terjadi. Pada tahap operasi formal akan membuat remaja mampu mengintegrasikan apa yang telah dipelajari dengan tantangan di masa depan dan mampu membuat rencana untuk masa mendatang. (Santrock, 2007, hal. 124). Dengan tahap perkembangan operasi formal memungkinkan para remaja untuk menerapkan *self-regulated learning* (SRL) untuk membantu remaja dalam *meningkatkan* efisiensi belajar dan prestasi belajar yang lebih baik. *Self regulated learning* tidak hanya membantu siswa mengoptimalkan kondisi-kondisi internal seperti pribadi dan tingkah laku, tetapi juga membantu siswa mengoptimalkan pemanfaatan kondisi eksternal seperti kondisi lingkungan agar mendukung terhadap efektivitas dan efisiensi kegiatan belajar.

Senada dengan *self regulated learning*, Dembo (2008) juga memperkenalkan suatu model *academic self management* atau pengelolaan diri dalam belajar yaitu suatu pendekatan untuk membantu siswa mengatur diri agar dapat belajar secara efektif. Dalam pendekatan

*academic self management*, maksud kata ‘manajemen’ mengacu pada aktivitas pengelolaan motivasi, pengelolaan perilaku dan pengelolaan strategi belajar.

Pengelolaan motivasi ditujukan untuk mengembangkan motivasi belajar. Pengelolaan perilaku ditujukan untuk membantu siswa mengelola perilakunya agar mendukung kegiatan belajar. Pengelolaan strategi belajar ditujukan untuk membantu siswa melaksanakan kegiatan belajar secara efektif. Ketiga komponen tersebut merupakan komponen yang dikembangkan dalam *academic self management*. Kemampuan tersebut ditujukan untuk membantu siswa mengelola faktor-faktor yang memengaruhi belajar mereka, sehingga mereka dapat membangun kondisi optimal dalam belajar dan meminimalkan gangguan-gangguan dalam belajar. Oleh karena itu kemampuan *academic self management* dapat digunakan untuk mendukung tercapainya performa belajar yang efektif dan mencapai hasil belajar yang baik.

Pengelolaan diri dalam belajar merupakan perilaku yang perlu dimiliki siswa. Bahkan tujuan umum dari bimbingan dan konseling yang termuat dalam permendiknas No 111 tahun 2004 yaitu “membantu peserta didik agar dapat mencapai kematangan dan kemandirian dalam kehidupannya serta menjalankan tugas-tugas perkembangan yang mencakup aspek pribadi, sosial, belajar dan karir secara optimal”.

Yusuf (2017, hal. 58) menyebutkan beberapa tujuan bimbingan aspek akademik, antara lain yaitu: (1) memiliki sikap dan kebiasaan belajar efektif, (2) memiliki teknik belajar yang efektif, (3) memiliki keterampilan untuk menetapkan tujuan dan perencanaan pendidikan, dan (4) memiliki kesiapan mental dan kemampuan untuk menghadapi ujian.

Kemampuan pengelolaan diri dalam belajar merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap pencapaian prestasi. Terdapat penelitian-penelitian mengkaji tentang pengelolaan diri dalam belajar. Beberapa hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara SRL dengan prestasi akademik. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Adebayo (2015); Eid & Safan (2015) menemukan hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dan kesuksesan akademik. Prestasi dan keberhasilan akademik dipengaruhi oleh pengelolaan diri dalam belajar (Peng, 2012; Novita dan Latifah, 2014; Situmorang & Latifah, 2014). Mouselides dan Philippou (2005) juga menemukan strategi regulasi diri dalam belajar (*mastery goal orientation*) sebagai prediktor yang kuat terhadap *self-efficacy* dan selanjutnya berpengaruh terhadap prestasi. Dowson dkk. (2005) menemukan strategi regulasi motivasional memprediksi prestasi akademik. Blair dan Razza (Bodrova & Leung, 2008) menemukan, perilaku meregulasi anak sejak usia dini dapat memprediksi prestasi sekolah dibanding skor IQ-nya; Sungur dan Gungoren (2009) menemukan lingkungan sekolah yang mendorong siswa untuk meregulasi diri berpengaruh positif terhadap prestasi akademik. Fatimah (2010) juga

menemukan hubungan yang signifikan antara SRL dengan prestasi akademik pada siswa program akselerasi tingkat SMU di kota Malang. Dengan demikian dapat disimpulkan individu akan memperoleh hasil yang baik jika memiliki regulasi diri yang baik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, kemampuan pengelolaan diri dalam belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Batuajar Tahun Ajaran 2017/2018 belum berada pada tingkat yang optimal. Hal tersebut ditandai dengan gejala-gejala perilaku seperti tidak memiliki jadwal belajar yang teratur, tidak memiliki catatan pelajaran yang rapi, sulit konsentrasi, tidak mengerjakan tugas atau PR, dan bolos sekolah atau mangkir dalam mata pelajaran tertentu. (Latipah, 2017).

Adapun gambaran umum kemampuan pengelolaan diri dalam belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Batuajar Tahun Ajaran 2017/2018 yaitu sebanyak **16 %** berada pada kategori **tinggi**, sebanyak **69 %** berada pada kategori **sedang**, dan sebanyak **15 %** berada pada kategori **rendah**. Hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan pengelolaan diri dalam belajar siswa perlu dioptimalkan.

Bila perilaku tersebut tidak teratasi tentu dapat berdampak kurang baik bagi hasil belajar siswa tersebut. Hal yang paling sering terjadi adalah berimbas pada ketidaktuntasan dalam capaian mata pelajaran. Ditemukan siswa-siswa yang akhirnya mendapatkan nilai yang belum tuntas pada mata pelajaran tertentu karena proses belajar yang tidak ditempuh dengan baik. Hasil studi dokumentasi terhadap data nilai siswa Kelas VIII Tahun Ajaran 2017/2018 ditemukan sebanyak 15-30 % siswa yang memperoleh nilai yang belum tuntas pada sebagian mata pelajaran.

Kondisi siswa yang memiliki kemampuan pengelolaan diri yang masih rendah tidak bisa dibiarkan, karena akan mengganggu baik bagi individu itu sendiri maupun bagi lingkungan. Menyikapi hal tersebut maka bimbingan dan konseling yang merupakan bagian integral pendidikan diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk membantu mengembangkan kemampuan pengelolaan diri dalam belajar. Terlebih lagi jika memperhatikan bahwa tujuan layanan bimbingan dan konseling agar individu mampu memahami dan mengembangkan potensi secara optimal sesuai dengan tuntutan lingkungan. Dinata, dkk (2016) menjelaskan bahwa untuk membangun kemandirian bangsa dalam menjawab tantangan abad 21 melalui *self regulated learning* memberikan dampak positif salah satunya terbangunnya kemandirian belajar siswa karena membantu mengarahkan siswa pada kemandirian belajar, yakni mengatur jadwal belajar, menetapkan target belajar dan mencari informasi yang dibutuhkan secara mandiri yang mampu meningkatkan kesadaran akan pentingnya sumber daya manusia yang produktif dan mampu bersaing dengan negara lain.

Ipah Latipah, 2018

EFEKTIVITAS TEKNIK BIBLIOTERAPI UNTUK MENINGKATKAN PENGELOLAAN DIRI SISWA DALAM BELAJAR

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

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Pengelolaan diri dalam belajar merupakan kemampuan aktif peserta didik secara metakognitif, motivasional, dan behavioral dalam proses pembelajaran. Pengelolaan diri dalam belajar mengacu pada diri yang terintegrasikan pada pikiran, perasaan, dan tindakan yang terencana untuk mencapai tujuan pribadi, juga mencerminkan ranah psikologis yang berkaitan dengan strategi untuk meningkatkan integrasi diri peserta didik, metakognitif, konsep diri, dan kontrol diri (Zimmerman, 1996).

Nalindra, dkk (2015) mengatakan bahwa kemandirian belajar siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling kelompok, menggunakan terapi kelompok behavioral. Teknik yang diberikan dalam terapi behavioral salah satunya adalah teknik tugas rumah. Teknik ini juga diadopsi ke dalam teknik konseling *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT). Merujuk pada pendekatan konseling *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT), bahwa menulis merupakan salah satu bentuk terapi dan kegiatan dalam konseling khususnya teknik tugas rumah, dan ini lazim digunakan (Berardo, 2014). Teknik lain yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar yaitu teknik *modeling* (Adawiah, 2012), teknik *peer group*, teknik *stimulus control* (Hidayati, 2013). Penggunaan bahan bacaan melalui kegiatan membaca literatur (teknik biblioterapi) juga dapat digunakan untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar. Teknik tersebut bertujuan untuk memberikan wawasan, inspirasi dan contoh mengenai beberapa persoalan hidup yang dapat dimaknai dari intisari bahan bacaan.

Dalam penelitian ini dipilih teknik biblioterapi karena teknik biblioterapi merupakan teknik yang mudah, memberikan banyak manfaat dan dipandang sebagai terapi yang bermakna. Alex (dalam Forgan, 2002, hlm.76) mengidentifikasi alasan teknik biblioterapi dapat digunakan dalam proses bantuan, yaitu: 1) menunjukkan terdapat lebih dari satu solusi untuk menyelesaikan masalah; 2) membantu individu membuat rencana tindakan yang konstruktif untuk memecahkan masalah; 3) mengembangkan konsep diri individu; 4) mengurangi tekanan emosi atau mental; 4) mendorong penilaian diri secara jujur; 5) memberikan pemahaman individu terhadap perilaku manusia atau motivasi.

Merujuk pada alasan-alasan tersebut, terdapat beberapa point penting yang bersesuaian dengan pengembangan kemampuan pengelolaan diri dalam belajar, seperti pengembangan konsep diri, penilaian diri, pemantauan diri, perencanaan, dan pemahaman terhadap perilaku dan motivasi. Hal tersebut semakin menguatkan bahwa teknik biblioterapi dapat digunakan untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa dalam belajar.

Beranjak dari kebutuhan pengembangan kemampuan pengelolaan diri dalam belajar dan pentingnya layanan bimbingan dan konseling melalui teknik biblioterapi, maka permasalahan dalam penelitian yaitu bagaimana efektivitas teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar?

Penelitian difokuskan pada penerapan teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa dalam belajar, dengan pembatasan sebagai berikut:

- 1 bagaimana rumusan bimbingan melalui teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar siswa Kelas VIII SMPN 1 Batujajar Tahun Ajaran 2017/2018?
- 2 bagaimana efektivitas teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar siswa Kelas VIII SMPN 1 Batujajar Tahun Ajaran 2017/2018?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan utama penelitian adalah menghasilkan rumusan bimbingan dan konseling melalui teknik biblioterapi yang efektif untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar. Adapun secara khusus, penelitian bertujuan untuk menggambarkan secara empirik:

1. rumusan bimbingan melalui teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar siswa Kelas VIII SMPN 1 Batujajar Tahun Ajaran 2017/2018;
2. efektivitas teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar siswa Kelas VIII SMPN 1 Batujajar Tahun Ajaran 2017/2018.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi guru bimbingan dan konseling

Rumusan teknik biblioterapi diharapkan dapat diimplementasikan kepada siswa di sekolah terutama untuk mendukung kesuksesan proses pembelajaran mereka di sekolah.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian sebagai bahan informasi bagi peneliti selanjutnya dan melengkapi hasil penelitian berkenaan dengan pengembangan program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan pengelolaan diri dalam belajar.

### **E. Struktur Organisasi Tesis**

Struktur organisasi tesis terdiri dari 5 Bab, yaitu: Bab I Pendahuluan; Bab II Kajian Pustaka tentang Konsep Peningkatan Pengelolaan Diri dalam Belajar menggunakan Teknik

Biblioterapi; Bab III Metode Penelitian; Bab IV Hasil dan Pembahasan; serta Bab V Kesimpulan dan Rekomendasi.

Bab I Pendahuluan. Pada Bab ini diuraikan mengenai inti dan arah penelitian, meliputi 1) latar belakang penelitian; 2) rumusan masalah penelitian; 3) tujuan penelitian; 4) manfaat penelitian; dan 5) struktur organisasi tesis.

Bab II Kajian Pustaka tentang Konsep Peningkatan Pengelolaan Diri dalam Belajar menggunakan Teknik Biblioterapi, yang diuraikan menjadi beberapa subtopik, yaitu konsep pengelolaan diri dalam belajar, biblioterapi sebagai suatu teknik bimbingan dan konseling, dan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan permasalahan penelitian.

Bab III Metode Penelitian yang terdiri dari beberapa subtopik tentang: 1) desain penelitian; 2) partisipan, populasi dan sampel; 3) definisi operasional variabel; 4) pengembangan instrumen penelitian; 5) pengembangan program; 6) prosedur penelitian; dan 7) teknik analisis data.

Bab IV Hasil dan Pembahasan, menguraikan hal-hal yang berkaitan dengan hasil temuan penelitian dan pembahasan hasil penelitian. Pokok bahasan yang dipaparkan pada bab ini adalah hasil penelitian dan pembahasan tentang: 1) rumusan program bimbingan dengan teknik biblioterapi untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa dalam belajar; dan 2) perbandingan tingkat pengelolaan diri dalam belajar siswa kelas eksperimen dengan siswa kelas kontrol setelah diberikan intervensi teknik biblioterapi.

Bab V Kesimpulan dan Rekomendasi. Pada Bab ini kesimpulan disusun secara sistematis sesuai dengan pertanyaan penelitian, dan rekomendasi yang dirumuskan bagi guru bimbingan dan konseling serta penelitian selanjutnya.