

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Melalui sekolah, siswa belajar berbagai macam hal untuk dapat mengembangkan seluruh potensinya baik dalam hal akademik maupun keterampilan lainnya.

Menurut Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional Bab I Pasal 1 (1) 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 diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.”

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan dari segi fisik maupun psikis. Hal ini tentu saja juga berpengaruh terhadap pola pikir, pola perilaku, serta emosinya. Adanya perubahan di lingkungan serta berbagai peristiwa atau situasi sosial tidak akan berdampak buruk kepada diri remaja jika mereka memiliki pengendalian diri yang baik. Terutama bagi pelajar, memiliki pengendalian diri sangat diperlukan dalam

proses belajar. Karena melalui adanya pengendalian diri maka proses belajar akan berjalan dengan baik.

Pengendalian diri (*self control*) merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan perilaku mereka guna mencapai tujuan tertentu. Seorang individu dengan kendali diri yang baik, memahami benar konsekuensi akibat tindakan yang akan mereka lakukan. Dengan kata lain individu dengan pengendalian diri yang baik tidak akan bersikap *gegabah* sehingga dapat merugikan diri mereka sendiri.

Pengendalian diri dalam belajar dijabarkan sebagai kemampuan seseorang melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu dengan mendisiplinkan kemauan atau dorongan-dorongan dalam diri seseorang, serta menahan diri dengan sadar untuk bertindak guna mencapai hasil belajar dan tujuan belajar sesuai yang diinginkan.

Berdasarkan konsep Averill (Ghufron, 2011:29), terdapat 3 jenis kemampuan mengontrol diri yang meliputi 3 aspek. Averill menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*) dan mengontrol kepuasan (*decisional control*).

Calhoun (2002:189) menyatakan ada tiga masalah yang paling umum dalam kendali diri, yakni Diet dan Olahraga, Kebiasaan Belajar, dan Kecemasan. Hampir semua orang di masyarakat kita membutuhkan bantuan untuk mengurangi kecemasan, hampir semua pelajar membutuhkan nasihat tentang cara belajar dan beberapa orang memiliki masalah dalam hal berat badan.

Dalam pendidikan formal, belajar menunjukkan adanya perubahan yang sifatnya positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar tersebut tercermin dalam prestasi belajarnya. Banyak orang yang berpendapat bahwa untuk meraih prestasi yang tinggi dalam belajar, seseorang harus memiliki *Intelligence Quotient* (IQ) yang tinggi pula. Namun kenyataannya di sekolah sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya.

Menurut Slameto (2010:2) belajar ialah “suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.”

Penelitian yang relevan juga dikemukakan oleh Dewi Retno Suminar dari Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2012. Dewi mengemukakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku belajar pada remaja. Subjek penelitian ini berjumlah 265 remaja dengan rentang usia 14-19 tahun yang bersekolah di SMK X Kediri. Alat pengumpulan data pada penelitian ini berupa skala psikologi. Alat ukur variabel kontrol diri terdiri dari 36 butir yang diadaptasi dari Self Control Scale milik Tangney dkk, (2004) dan alat ukur kecenderungan perilaku belajar remaja terdiri dari 31 butir yang disusun sendiri oleh peneliti. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi Product Moment dengan bantuan program statistic SPSS versi 16 for windows. Hasil analisis data penelitian menunjukkan nilai korelasi antara variabel kontrol diri dengan kecenderungan perilaku belajar remaja sebesar 0,318 dengan p sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang

signifikan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku belajar remaja.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Galih Fajar Fadillah dari Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang pada tahun 2013. Beliau mengatakan melalui layanan bimbingan kelompok diketahui bahwa kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh siswa dapat meningkat. Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test*. Penelitian ini menggunakan 10 subjek penelitian yang memiliki tingkat pengendalian diri beragam. Pemilihan subjek penelitian berdasarkan hasil perhitungan *pre-test*. Metode pengumpulan data menggunakan skala pengendalian diri yang diberikan sebelum dan setelah pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Analisis data yang digunakan yakni analisis data deskriptif persentase dan *uji wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pengendalian diri yang dimiliki oleh subjek penelitian sebelum pemberian *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok sebesar 50% termasuk dalam kategori rendah. Setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok sebanyak delapan kali. Pengendalian diri mengalami perubahan menjadi 73% termasuk dalam kategori tinggi. Sehingga berdasarkan persentase pengendalian diri mengalami perubahan yaitu peningkatan sebesar 23%. Hasil perhitungan *uji wilcoxon* menunjukkan perhitungan sebelum dan setelah memperoleh *treatment*, diperoleh, $Z_{hitung} = 55,0 > Z_{tabel} = 8$ dengan taraf signifikansi 5% sehingga dinyatakan bahwa H_0 diterima. Dengan kata lain bahwa terjadi perubahan tingkat pengendalian diri yang dimiliki oleh siswa setelah mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang relevan juga dikemukakan oleh Deviana dari Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan tahun 2014. Beliau mengatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kontrol diri (*Self Control*) dalam pergaulan remaja pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Tanjung Pura Tahun Ajaran 2013/2014. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII-6 berjumlah 9 yang terdiri dari 6 orang siswa yang memiliki kontrol diri rendah, 3 orang yang memiliki kontrol diri sedang ditentukan dari hasil pre-test. Instrumen yang digunakan adalah angket untuk menjangking data tentang kontrol diri siswa yang sebelumnya diuji cobakan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas angket. Instrument diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi. Teknik analisis data menggunakan uji beda (uji t). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi diperoleh nilai rata-rata *pre-test* $x_A = 58,8$ dan Standart Deviasi (SD) = 13,2 sedangkan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok teknik diskusi diperoleh nilai rata-rata Nilai rata-rata *post-test* $x_B = 93,4$ dan Standart Deviasi (SD) = 17,2. Dengan demikian pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi berpengaruh terhadap kontrol diri (*Self Control*) dalam pergaulan remaja pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Tanjung Pura Tahun Ajaran 2013/ 2014. Hal ini teruji dengan menggunakan uji t dengan hasil $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $8,27 > 1,860$ artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kontrol diri (*Self Control*) dalam pergaulan remaja pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Tanjung Pura Tahun Ajaran 2013/ 2014.

Berdasarkan 3 penelitian yang relevan mengenai pengendalian diri remaja maka dapat diketahui bahwa intervensi pendidikan dapat membantu remaja untuk

meningkatkan pengendalian dirinya dalam belajar. Emosi yang tidak stabil dalam belajar juga dapat dikendalikan ke arah yang lebih baik melalui pendidikan di sekolah. Kecemasan yang tidak pada tempat terhadap belajar juga bisa dikendalikan.

Salah satu upaya untuk membentuk sebuah pengendalian diri yang baik adalah dengan proses pendidikan di sekolah. Hal yang bisa dilakukan sekolah adalah dengan memberikan pembelajaran pengembangan diri mengenai pentingnya memiliki pengendalian diri atau kontrol diri. Bimbingan konseling bisa menjadi salah satu alternatif untuk pengembangan diri peserta didik. Untuk membantu siswa memaksimalkan potensinya dan mengendalikan dirinya bisa dilakukan dengan memberikan suatu layanan yakni layanan bimbingan kelompok.

Prayitno (1995:178) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat dan apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya.

Layanan bimbingan kelompok sangat efektif untuk dilakukan dalam kegiatan bimbingan konseling yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan diri pada remaja. Hal ini dikarenakan dalam bimbingan kelompok siswa akan diajak untuk aktif bertukar pendapat dan mendapat pengarahan positif dari pemimpin kelompok. Siswa akan dilatih untuk lebih sabar dan tidak

emosional serta menghargai sesama anggota kelompok selama kegiatan berlangsung. Untuk itulah kegiatan bimbingan kelompok ini penting untuk dilakukan.

Secara teoritis, siswa dikatakan mampu mengendalikan diri dalam belajar apabila mampu mengatur pelaksanaan belajar, kemampuan untuk menghadapi stimulus dalam proses belajar yang tidak diinginkan dengan cara mencegah atau menjauhi sebagian dari stimulus misalnya stimulusnya itu adalah bermain-main saat belajar di kelas, mengantisipasi suatu keadaan yang terjadi pada proses belajar, memiliki keteguhan dan kegigihan dalam belajar. Namun, berdasarkan survei awal, peneliti mengetahui bahwa di MTS Swasta Darul Ulum Budi Agung masih ditemui siswa yang kemampuan pengendalian dirinya dalam belajar kurang baik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK saat melakukan observasi, ditemukan beberapa gejala pengendalian diri yang rendah dalam belajar.

Pertanyaan yang diajukan kepada guru BK berupa 5 butir pertanyaan yakni:

1. Apakah siswa bisa menyeimbangkan antara bermain dan belajar?
2. Kegiatan belajar apa yang dilakukan siswa diluar jam sekolah?
3. Apakah siswa memiliki persiapan yang matang ketika menghadapi ujian?
4. Apakah siswa memiliki pengendalian diri untuk mampu menolak dorongan lebih banyak bermain daripada belajar?
5. Bagaimana cara siswa manajemen waktu belajarnya?

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK tersebut, diketahui bahwa banyak siswa yang memiliki kendali diri buruk dan tidak pada tempatnya.

Misalnya tidak bisa mengatasi kejenuhan apabila belajar dalam waktu yang cukup lama, jadwal belajar di rumah tidak teratur, beberapa orang siswa senang mengerjakan tugas saat larut malam, beberapa orang siswa suka menunda-nunda

mengerjakan tugas, menyontek saat ujian, tidak mengerjakan tugas dari guru dengan baik, dan lain sebagainya.

Pemberian layanan bimbingan kelompok ini diharapkan mampu untuk mengubah pengendalian diri siswa menjadi lebih positif. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok maka akan terjalin hubungan kerjasama yang baik antar sesama anggota dan akan menjadi faktor penting dalam keberhasilan tujuan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok ini.

Dari uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pengendalian Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII MTS Swasta Darul Ulum Budi Agung Tahun Ajaran 2015-2016”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka penulis mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Siswa tidak bisa mengatasi kejenuhan apabila belajar dalam waktu yang cukup lama
2. Siswa memiliki jadwal belajar di rumah yang tidak teratur
3. Siswa suka menunda-nunda mengerjakan tugas
4. Siswa menyontek saat ujian
5. Siswa tidak mengerjakan tugas dari guru dengan baik

1.3 Batasan Masalah

Disebabkan berbagai keterbatasan yang dimiliki, baik waktu dan pengalaman, maka peneliti hanya “membatasi permasalahan penelitian pada pengendalian diri dalam belajar dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dan hanya pada siswa kelas VIII MTS Swasta Darul Ulum Budi Agung Tahun Ajaran 2015-2016.”

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan pada latar belakang masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Pengendalian Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII MTS Swasta Darul Ulum Budi Agung Tahun Ajaran 2015-2016?”

1.5 Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah: “untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap pengendalian diri dalam belajar pada siswa kelas VIII MTS Swasta Darul Ulum Budi Agung Tahun Ajaran 2015-2016.”

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian merupakan hasil dari suatu penelitian yang dilaksanakan, baik bagi peneliti maupun orang lain yakni dalam rangka penambahan ilmu. Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat menguji pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan kemampuan pengendalian diri siswa dalam belajar, serta untuk menambah teori mengenai pengendalian diri dalam belajar dan bimbingan kelompok.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi siswa

Sebagai bahan masukan bagi siswa-siswi untuk meningkatkan pengendalian dirinya agar memperoleh prestasi yang baik di dalam belajar

2. Bagi guru BK

Sebagai bahan masukan agar lebih memahami dan meningkatkan pola-pola bimbingan kelompok yang tepat sehingga tercapai tujuan dalam membentuk siswa-siswi yang memiliki pengendalian diri yang baik dalam belajar.

3. Bagi sekolah, penelitian ini memberikan manfaat terhadap peningkatan prestasi belajar karena siswa diharapkan akan mampu mengatasi setiap permasalahannya terkait pengendalian diri dalam belajar.

4. Bagi peneliti, proses penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan ilmu terkait pengendalian diri dalam belajar, memberi pengalaman dalam hal menganalisis permasalahan belajar yang terjadi dalam diri siswa serta mencari alternatif pemecahan masalahnya.