

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada abad 21 sekarang ini, teknologi semakin berkembang dengan pesat. Perkembangan ini mempengaruhi berbagai aspek kehidupan yang tidak luput dari masalah-masalah yang sering muncul, untuk itu membangun *human relations* perlu agar mendapatkan teman yang sepaham sehingga jika peserta didik memiliki masalah maka peranan teman sangatlah penting dalam membantu permasalahan temannya ataupun membantu ke guru BK agar dapat dilaksanakannya konseling kelompok.

Siswa di sekolah diharapkan dapat menerapkan perilaku disiplin belajar, tetapi banyak siswa yang masih belum bisa untuk mengatur tingkah lakunya padahal disiplin juga merupakan perilaku moral yang penting. Hal ini sejalan dengan pendapat Limbong (2020, h.93) yang mengatakan bahwa remaja memiliki energi yang sangat banyak dan mungkin tidak paham cara menyalurkan energinya ke arah yang baik, sehingga remaja seringkali mencoba perilaku yang tidak sesuai aturan seperti tidak mengerjakan tugasnya. Siswa SMP sendiri termasuk ke dalam kategori remaja. Hal ini sejalan dengan pendapat Mappiare (dalam Ajhuri, 2019, h.122) yang menyatakan bahwa “Masa remaja memiliki rentang usia 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai 22 tahun bagi pria”. Dimana, rentang usia siswa SMP didominasi pada usia 13-15 tahun.

Usia remaja seringkali dihadapkan pada peran baru, jika ia dapat menelusuri perannya dengan cara sehat maka akan tercapainya identitas yang positif. Untuk mencapai identitas yang positif, maka setiap peserta didik harus mempunyai sikap dan perilaku yang baik untuk dikembangkan agar dapat menunjang masa depan yang cerah. Disiplin belajar menjadi penting sebagai upaya agar seseorang tetap berada pada jalur sikap dan perilaku yang telah ditanamkan. Ini menyatakan bahwa “Disiplin belajar adalah kepatuhan untuk menghormati dan melaksanakan suatu sistem yang mengharuskan orang untuk tunduk kepada keputusan, perintah, dan peraturan yang berlaku” (Purbowinanto, 2017, h.3).

Pada kenyataannya, fenomena yang terjadi di lapangan masih banyak siswa yang masih melanggar aturan disiplin belajar. Hal ini didukung dengan hasil observasi saat peneliti melaksanakan PLP2 di SMP Negeri 1 Sungai Raya. Masih banyak peserta didik yang tidak mengerjakan tugas-tugas/PR yang diberikan oleh gurunya, mengerjakan PR di kelas, malas-malasan mengerjakan tugas, asik berbicara sendiri saat guru menjelaskan, tidak fokus seperti salah membaca materi, dan bermain Hp di saat jam pelajaran. Hasil observasi dari peneliti diperkuat dengan wawancara yang dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling yaitu, Ibu Normawati, S.Pd, yang mengatakan bahwa “Semenjak pandemi tugas-tugas banyak yang tidak dikerjakan, melanggar aturan sekolah seperti memainkan Hp di kelas sehingga ibu menyuruh mereka membuat surat perjanjian untuk tidak membawa Hp lagi dan juga ada siswa yang tidak mengerjakan PR sehingga guru mata pelajaran melapor kepada ibu”.

Dampak yang terjadi dari tidak disiplin dalam belajar adalah peserta didik dapat tidak memahami materi pelajaran, tidak naik kelas, mempengaruhi nilai, ditegur guru. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Thought (2012, h, 20) yang menyatakan bahwa kurangnya disiplin dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa yang buruk.

Untuk itu, bimbingan dan konseling di sekolah sangat berperan penting dalam membentuk disiplin belajar peserta didik agar memperoleh kebiasaan yang baik. Lubis & Hasnida (2016, h.20) mengatakan bahwa “Konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien” dengan kata lain konseling kelompok membantu peserta didik dalam pengentasan masalah pribadi melalui dinamika kelompok. Yang mana keunggulan dari konseling kelompok ini menurut Sanyata (dalam Ristianti & Fathurrochman, 2020, h.13) yaitu, “Membantu pengembangan aspek sosial konseli dimana kesediaan untuk dapat mendengarkan pendapat orang lain, kemampuan menyampaikan pendapat, empati dan sebagai media mengembangkan kepribadian yang baik”.

Konseling kelompok yang dilaksanakan disini menggunakan teknik *self-management*. Sesuai dengan hal tersebut, Miltenberger (2016, h.428) mengatakan bahwa manajemen diri adalah penggunaan strategi modifikasi perilaku untuk mengubah perilaku sendiri. *Self-management* bertujuan agar peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang rendah dapat meningkatkan lagi kebiasaan belajarnya sehingga nantinya akan terbentuk disiplin ke arah

yang positif yang dipengaruhi oleh pikiran, perasaan dan tindakan yang dilakukan di sekolah maupun luar sekolah. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rositah & Rahima (2020) yang menyatakan bahwa kedisiplinan belajar siswa sebelum diberikan teknik *self-management* dalam layanan konseling kelompok berada di kategori rendah 41,3 dan setelah diberikan diberikan teknik *self-management* dalam layanan konseling kelompok mengalami peningkatan menjadi kategori tinggi 123,1. Jadi, dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* sangat baik untuk digunakan dalam meningkatkan kedisiplinan belajar.

Dari latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 1 Sungai Raya”.

## **B. Rumusan Masalah**

Dilihat dari latar belakang di atas, maka dapat dirumusan mengenai masalah umum dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Sungai Raya?”.

Dengan masalah khusus sebagai berikut.

1. Bagaimanakah tingkat disiplin belajar peserta didik sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* ?
2. Bagaimanakah tingkat disiplin belajar peserta didik sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* ?

3. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat disiplin belajar peserta didik sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management* sehingga dapat diketahui keefektifannya?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Sungai Raya. Dengan tujuan khusus untuk mendeskripsikan tentang:

1. Tingkat disiplin belajar peserta didik sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.
2. Tingkat disiplin belajar peserta didik sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.
3. Melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat disiplin belajar peserta didik sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management* sehingga dapat dikatakan bahwa teknik ini efektif.

### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis dan praktis bagi pengembangan bimbingan dan konseling di sekolah, terutama yang berkaitan dengan perilaku disiplin pada peserta didik.

### 1. Manfaat Teoritis

Memperkaya informasi serta dapat memperluas pengetahuan tentang konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peserta didik untuk memahami dirinya dan meningkatkan disiplin belajar.

#### b. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dan menambah wawasan untuk membuat program bimbingan dan konseling terkait pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik.

#### c. Bagi Kepala Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi kepala sekolah dalam membuat kebijakan untuk mendukung program bimbingan dan konseling dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar.

## **E. Ruang Lingkup dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Di dalam suatu penelitian dibutuhkan variabel untuk diteliti. Variabel ini berguna sebagai fokus pengamatan untuk mendapatkan informasi yang bersangkutan dengan masalah penelitian.

Hal ini sesuai dengan pendapat Abdullah (2015) “Variabel adalah karakteristik individu atau objek yang dapat mempunyai nilai, skor, ukuran yang berbeda untuk individu atau objek yang berbeda” (h.175). Variabel penelitian sendiri dapat dibedakan berbagai ragam, yaitu :

a. Variabel Bebas

Menurut Abdullah (2015) “Variabel bebas (*independent variable*), adalah variabel yang menentukan arah atau perubahan tertentu pada variabel tergantung, sebaliknya variabel bebas berada pada posisi yang lepas dari pengaruh variabel tergantung” (h.192). Dalam penelitian ini, variabel bebas (*independent variable/X*) adalah konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Adapun tahapan konseling kelompok menurut Prayitno, Afdal, Ifdil, & Ardi (2017, h.245) , yaitu:

- 1) Tahap pembentukan
- 2) Tahap peralihan
- 3) Tahap kegiatan
- 4) Tahap pengakhiran

Adapun tahapan dalam teknik *self-management* menurut Sukadji (dalam Komalasari, 2011, h.182), yaitu:

- 1) Tahap monitor diri atau observasi diri
- 2) Tahap evaluasi diri
- 3) Tahap penguatan, penghapusan, atau hukuman dirinya sendiri

## b. Variabel Terikat

Menurut Abdullah (2015) “Variabel terikat (*dependend variable*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas” (h.192). Dalam penelitian ini variabel terikat (*dependend variable/Y*) adalah disiplin belajar. Adapun indikator disiplin belajar menurut Tu’us (2020, h. 91), yaitu:

- 1) Dapat mengatur waktu belajar di rumah
- 2) Rajin dan teratur belajar
- 3) Perhatian yang baik saat belajar di kelas
- 4) Ketertiban diri saat belajar di kelas

## 2. Definisi Operasional

- a. Konseling kelompok yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses pemberian bantuan kepada anggota kelompok agar mereka dapat memecahkan permasalahan yang ada khususnya di bidang belajar dengan memanfaatkan dinamika kelompok.
- b. Teknik *self-management* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan peserta didik dalam mengatur dan mengubah perilaku negatif dalam dirinya menjadi perilaku yang positif.
- c. Disiplin belajar yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah ketepatan waktu dalam mengerjakan PR dan memiliki kebiasaan belajar yang baik di rumah maupun di sekolah. Jenis masalah disiplin belajar yang dialami adalah peserta didik tidak dapat mengatur waktu belajar

dirumah sehingga berdampak ke sekolah yang menyebabkan peserta didik tidak mengerjakan PR yang telah ditugaskan oleh guru.

- d. Efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self-management* dalam penelitian ini adalah adanya peningkatan disiplin belajar setelah diberikannya tindakan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.