

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah kebutuhan manusia, pendidikan akan selalu mengalami suatu perubahan. Pendidikan juga merupakan bagian yang sangat penting untuk mendukung pemerintah dalam mewujudkan cita-cita bangsa. Pendidikan juga tidak akan ada habisnya, dimana pendidikan secara umum memiliki arti suatu proses dalam kehidupan guna mengembangkan diri setiap individu untuk hidup dan dapat melangsungkan kehidupannya. Dengan demikian menjadi seorang yang terdidik itu sangat penting. Dimana manusia yang terdidik nantinya menjadi orang yang berguna baik bagi negara, nusa, dan bangsa.

Kemandirian belajar sangat dibutuhkan dalam sistem pendidikan, supaya tercapainya tujuan pembelajaran siswa dalam mengembangkan potensinya. Hal ini dikarenakan siswa bisa dapatmengontrol sendiri dengan berbagai cara belajarnya yang perlu ditempuh dalam mencapai hasil belajar yang sesuai dengan yang diharapkannya. Pencapaian hasil belajar di sekolah dapat didapatkan secara optmial dengan adanya kemandirian dari belajar siswa.

Menurut Widuroyekti, (2021:2) Kemandirian belajar adalah wujud dari tingkah laku yang menunjukkan sikap mandiri seseorang dan

kemandirian belajar di dasarkan pada sikap bebas tanggung jawab, progresif dan ulet, inisiatif atau kreatif, pengendalian diri, kemantapan diri, kemandirian belajar merupakan proses usaha yang dilakukan seseorang memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru.

Menurut Dewi Wahyuningsih (Wahyuningsih, 2020:2) Kemandirian belajar merupakan salah satu penunjang keberhasilan belajar siswa dalam kegiatan belajar sehari-hari di rumah maupun di sekolah, siswa yang memiliki kemandirian belajar dapat dilihat dari cara dia mengatur diri dalam belajar, seperti halnya memiliki strategi belajar yang tidak terpengaruh oleh orang lain, perencanaan jadwal belajar yang tidak mengekang bagi dirinya, serta mengetahui kemampuan dalam dirinya.

Kemandirian belajar menurut Hadi & Farida (2012) menegaskan bahwa “Aktivitas belajar yang berlangsung lebih didorong dengan kemampuan sendiri, pilihan sendiri dan bertanggung jawab sendiri dalam belajar”. Dimana seorang siswa yang mampu belajar secara mandiri apabila telah mampu menyelesaikan tugas belajarnya tanpa bergantung pada orang lain. Pada dasarnya kemandirian belajar yaitu salah satu perilaku seseorang yang mampu berinisiatif, mampu mengatasi masalah serta hambatan, mempunyai rasa percaya diri yang baik serta bisa melakukan sesuatu dengan sendirinya tanpa bantuan dari orang lain. (Hidayat et al., 2020)

Kemandirian belajar yaitu suatu hal yang sangat penting dalam proses pembelajaran di dalam kelas. Kemandirian belajar juga sangat dibutuhkan bagi setiap remaja, seperti siswa/peserta didik maupun mahasiswa, tujuannya agar memiliki tanggung jawab dalam mengukur serta mendisiplinkan dirinya dan agar dapat mengembangkan kemampuan belajar atas dasar kemauan sendirinya (Hidayat et al., 2020).

Peserta didik yang dapat dikatakan memiliki atau mempunyai kemandirian belajar, memiliki ciri-ciri seperti berikut : peserta didik dapat mengetahui dengan pasti tentang apa yang ingin dia capai dalam kegiatan dalam belajar, peserta didik sudah dapat memilih sumber belajar dengan sendiri serta mengetahui kemana dia dapat menemukan bahan-bahan belajar yang akan diinginkannya, peserta didik sudah dapat menilai dalam tingkat kemampuannya yang akan dibutuhkan untuk melakukan pekerjaan atau dalam memecahkan permasalahan yang akan dihadapinya dalam proses pembelajaran.

Permasalahan yang terjadi pada saat ini yaitu dari segi kemandirian belajar siswa. Permasalahannya yaitu memiliki nilai rendah di dalam kelas yang akan menyebabkan siswa sulit mengatur waktu dalam belajar, tidak dapat mengatur arah tujuan serta tidak bisa mengambil langkah apa yang harus diperbuat dalam menyelesaikan tugas dari guru, mewujudkan hal tersebut maka perlu adanya kemauan yang tinggi dari setiap siswa. Kurangnya kemandirian belajar pada siswa dapat dibuktikan dengan siswa

tidak termotivasi belajar mandiri, tidak cekatan dalam belajar, tidak serius, tidak disiplin serta tidak tanggung jawab dengan apa yang dikerjakannya. Sebaliknya jika kemandirian belajar siswa terbentuk dengan baik dan memiliki pengetahuan, maka hasil yang didapatkan dari hasil belajar akan semakin berkembang dan maju.

Berdasarkan hasil dari observasi yang dilakukan oleh peneliti selama melakukan kegiatan magang di sekolah SMK Negeri 1 Singajara serta menganalisis asesment kebutuhan yang dilakukan dalam serangkaian program kerja magang BK intersip selama kurang lebih hampir 5 bulan, peneliti mendapati siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah yang didapatkan dari hasil observasi dan melakukan asesmen pada siswa yang dipresentasikan sebesar 75 %. Dari permasalahan tersebut guru BK menindaklanjuti permasalahan itu dengan memanggil siswa untuk melakukan bimbingan klasikal, siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah membutuhkan pemahaman agar dapat bisa bertanggung jawab serta bisa mengubah perilaku menjadi lebih baik lagi. Maka dari itu perilaku kemandirian belajar yang rendah membutuhkan intervensi secara intensif ataupun khusus. Jadi sangat penting dilakukannya pengurangan kemandirian belajar yang rendah dikalangan siswa, hal ini dapat dilakukan dengan menerapkan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management*. *Cognitive behavior* berfokus pada modifikasi fungsi berfikir, merasa, dan bertindak, dengan menekankan peran otak dalam menganalisa,

memutuskan, bertanya, berbuat, dan memutuskan kembali. Dengan merubah status pikiran dan perasaannya, siswa diharapkan dapat merubah tingkah lakunya, dari negative menjadi positive. Dengan menggunakan teknik *self management* mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku-perilakunya sendiri dengan tanggung jawab atas tindakannya mencapai kemajuan diri, dengan tujuan merubah pola pikir yang irasional menjadi rasional, sehingga siswa dapat menunjukkan perubahan perilaku kemandirian belajar yang rendah menjadi kemandirian yang tinggi.

Menurut Aaron T. Beck "*Cognitive Behavior* sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat dan perilaku yang menyimpang" (Ad & Megalia, 2017). Menurut Dharsana (2014) "*kognitif behavioral* adalah suatu teori berdasarkan percobaan untuk menjelaskan prinsip dan kaidah kaidah bagaimana tingkah laku manusia dipelajari melalui respon-respon sebelum tingkah laku muncul yang diyakini oleh konseli dan sebagai sebab dari munculnya perilaku baru. Konseling kognitif *behavioral* mempunyai asumsi dasar bahwa "setiap tingkah laku dapat dipelajari, tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik dan buruk, tepat atau salah. Selain itu, manusia dapat dikatakan sebagai individu yang mampu melakukan refleksi atas tingkah lakunya sendiri, mengatur serta dapat mengontrol perilakunya,

dan dapat belajar tingkah laku baru atau dapat mempengaruhi orang lain” (Made Diah Padmi, 2017).

Menurut Komalasari, menyatakan “*Self Management* (pengelolaan diri) adalah “Langkah di mana individu mengatur perilakunya sendiri”. Sedangkan Menurut Cormier & Cormier menekankan “bahwa *Self-Management* bukan suatu pendekatan yang deterministik sepenuhnya dan menyingkirkan potensi konseli untuk membuat pilihan/ keputusan” (Nurul et al., 2019). Menurut Prijosaksono dan Roy Sembel (Purwoasri & Management, 2016) menyatakan bahwa “management diri yaitu kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengelola dirinya secara fisik, emosi, jasa dan spiritual. Sehingga mampu untuk megelola dirinya dengan berbagai sumber daya guna untuk mengendalian maupun menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan tujuan hidupnya”.

Upaya dalam meningkatkan kemandirian belajar pada siswa sangat diperlukan sebuah alternatif pemecahan masalah. Upaya yang dilakukan yaitu melakukan konseling *cognitive behavior*. Konseling *cognitivebehavior* yaitu menyelesaikan permasalahan konseli pada saat memiliki perilaku menyimpang, diarahkan kepada memodifikasi fungsi berfikir, merasa dan bertindak, peserta didik diharapkan dapat merubah tingkah lakunya dari negative menjadi positive. Dengan menggunakan salah satu teknik yaitu Teknik *Self Management*. Dimana teknik *self management* yaitu prosedur dimana individu mengatur atau mengarahkan perilakunya sendiri, membantu diri atau mendorong diri sendiri untuk lebih maju, bisa mengatur semua unsur

kemauan pribadi dan mencapai hal yang lebih baik lagi. Dalam hal ini peneliti akan menggabungkan layanan dasar yaitu bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal adalah kegiatan layanan yang diberikan kepada sekelompok siswa dalam rombongan satu kelas dan dilaksanakan di kelas dalam bentuk tatap muka secara langsung antara guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan peserta didik/konseli (Nuranisa & Wiyono, 2018).

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti melakukan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa. Teknik atau strategi yang akan digunakan terlebih dahulu akan diuji keefektivitasannya dalam kemandirian belajar siswa dengan konseling *cognitive behavior* teknik *self management*. Dengan demikian peneliti akan melakukan terhadap beberapa siswa di SMK Negeri 1 Singaraja yang dikategorikan memiliki kemandirian belajar yang rendah. Maka dari itu judul penelitian yang digunakan adalah “Efektivitas Pendekatan Konseling *Cognitive Behavior* Dengan Teknik *SelfManagement* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Peserta didik Kelas X Perhotelan Di SMK Negeri 1 Singaraja”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang terdapat di latar belakang, maka permasalahan yang teridentifikasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Siswa tidak termotivasi untuk belajar mandiri.
2. Siswa tidak ulet dalam belajar.

3. Siswa tidak serius, tidak disiplin serta tidak bertanggung jawab dengan apa yang ia kerjakan.
4. Siswa memiliki kebiasaan belajar yang tidak baik.
5. Pelaksanaan bimbingan konseling dengan berbagai teknik belum diketahui keefektifitasannya, salah satunya Pendekatan konselling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik kelas X Perhotelan di SMK Negeri 1 Singaraja.

### 1.3. Pembatasan Masalah

Terdapat banyaknya permasalahan yang dialami oleh siswa, namun peneliti fokus pada efektivitas pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa khususnya untuk siswa SMA, di sekolah SMK Negeri 1 Singaraja pada Kelas X Perhotelan B dan X Perhotelan C. Sehubungan dengan hal tersebut, maka peneliti akan melakukan pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.

### 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :



1. Apakah pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* efektif untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik kelas X Perhotelan di SMK Negeri 1 Singaraja?

### **1.5. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka dapat dirumuskan tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui keefektifan dari pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik kelas X Perhotelan di SMK Negeri 1 Singaraja.

### **1.6. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari efektivitas pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik, sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, yang diharapkan dapat mengembangkan dan menambah wawasan serta menjadikan sebuah referensi terkait efektivitas pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **1. Bagi Peserta Didik**

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan siswa dapat mengetahui dan memahami bagaimana pentingnya belajar serta diharapkan siswa dapat meningkatkan kemandirian belajar sehingga kemandirian belajar peserta didik bisa lebih baik lagi dan meningkat.

## 2. Manfaat Penulis

Penelitian ini sangat berguna untuk menambah wawasan dan pengalaman sehingga dapat mengetahui efektivitas pendekatan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

## 3. Manfaat Guru BK

Manfaat untuk guru BK yaitu bisa membantu guru BK untuk memberikan layanan dengan tepat dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa serta dapat menambah dan memberikan peranan penting pada siswa dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa.

### 1.7. Produk Penelitian

Produk penelitian efektivitas ini berupa (1) Hasil penelitian eksperimen ini akan dipublish dengan berupa jurnal berindeks scopus atau sinta dalam bentuk artikel sehingga hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti lainnya, (2) Instrumen intervensi berupa RPBK dimana RPBK digunakan sebagai intrumen intervensi

pelaksanaan konseling *cognitive behavior* dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa, (3) Instrumen berupa kuesioner yang disusun dengan statement positif dan negatif dari sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju, (4) HKI atau Hak Kekayaan Intelektual adalah hal eksklusif yang diberikan suatu hukum atau peraturan kepada seseorang atau kelompok orang atas karya ciptanya. Pada intinya HKI adalah hak untuk kreativitas intelektual, objek yang diatur dalam HKI adalah karya-karya yang timbul atau lahir karena kemampuan intelektual manusia.

