

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Belajar merupakan sebuah proses yang diperoleh dari hasil kegiatan yang ditandai dengan peningkatan kemampuan dalam berfikir seseorang serta memiliki pengetahuan baru begitupun sebaliknya, kemampuan dalam berfikir seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan yang dipelajari (Sadirman, 2011 dalam Djamiluddin & Wardana, 2019). Belajar adalah kegiatan yang umum dilakukan oleh siapapun dan merupakan bagian integral dari aktivitas menuntut ilmu di lembaga pendidikan, baik formal maupun non-formal. Menurut Harefa et al. (2024) menyatakan bahwa belajar adalah perubahan yang cukup stabil dalam perilaku atau kemampuan perilaku yang terjadi akibat pengalaman atau latihan yang diperkuat. Proses belajar terjadi melalui interaksi antara rangsangan dan respons. Disiplin dalam belajar tidak bisa dipisahkan satu sama lain. Untuk mencapai hasil belajar yang maksimal tentunya diperlukan sikap disiplin, disiplin merupakan hal yang pada dasarnya harus dilatih melalui pengendalian diri, kepribadian, serta ketertiban sehingga mampu membedakan antara hal yang positif dan negative dengan tujuan mendorong perilaku yang bertanggung jawab dalam waktu yang lama (Mamonto et al., 2023). Disiplin belajar merupakan aspek yang ada pada teori disiplin pendidikan yang bertujuan untuk menumbuhkan kebiasaan pada anak untuk mengikuti aturan yang dan tata tertib yang ada sudah ada di sekolah sehingga mampu membentuk sikap dan kepribadian dan sikap anak menyesuaikan norma-norma yang ada pada masyarakat (Mamonto et al., 2023).

Kedisiplinan belajar mencakup bagaimana siswa mampu mengikuti atau patuh terhadap aturan yang ada mulai dari ketepatan waktu, sikap konsisten dalam mengerjakan tugas di sekolah maupun di rumah serta memiliki kemampuan dalam mengelola waktu belajar secara efektif. Berdasarkan penelitian Simba et al. (2016) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kedisiplinan dengan hasil belajar, hasil analisisnya menunjukkan bahwa kedisiplinan berkontribusi sebesar 23% terhadap hasil belajar siswa dengan ini dapat membuktikan bahwa kedisiplinan dalam belajar berbanding lurus dengan peningkatan hasil belajar siswa. Jadi dari beberapa definisi belajar tersebut dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar merupakan sikap yang harus dilatih dan juga disadari oleh siswa sendiri mengenai kewajiban dalam belajar mulai dari mengerjakan tugas hingga taat dan patuh terhadap peraturan yang ada di sekolah tanpa tekanan ataupun paksaan

Fenomena rendahnya kedisiplinan belajar sudah menjadi perhatian di dunia pendidikan, sesuai dengan penelitian yang dilakukan Pinta et al. (2024) di pada Siswa Kelas III UPT SD Negeri 010 Rante Bone Kabupaten Luwu Utara menyatakan bahwa dari 18 siswa, sebanyak 8 siswa (44,4%) memiliki kedisiplinan rendah dan 3 siswa lagi (16,7%) memiliki kedisiplinan sangat rendah. Penelitian lain di XI SMA Negeri Binaan Khusus Dumai Riau menunjukkan bahwa disiplin dalam belajar siswa berada pada kategori rendah dengan 44,59% siswa dengan disiplin belajar rendah kemudian 6,757% sangat rendah jadi dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar siswa memiliki disiplin belajar yang rendah (Rahmadhani & Junaidi, 2023). Berdasarkan wawancara yang dilakukan di SMAN 2 Singaraja pada tanggal 6 Maret 2025 dengan bapak Komang Hendri Setiariawan, S.pd sebagai salah satu guru BK di SMAN 2, menjelaskan bahwa permasalahan yang paling

sering muncul di sekolah yaitu disiplin belajar. Pak Hendri menjelaskan bahwa beberapa peserta didik sering menghiraukan aturan yang ada di sekolah yang mempengaruhi hasil belajar contohnya datang terlambat ke sekolah sehingga waktu pembelajaran yang diikuti berkurang sehingga tidak dapat belajar secara maksimal. Hal lainnya yaitu seperti kurangnya kemampuan mengatur waktu belajar terutama di sekolah seperti kesulitan memprioritaskan aktivitas mana yang harus didahulukan. Kemampuan manajemen waktu yang kurang menyebabkan siswa kesulitan menyelesaikan tugas tepat waktu sehingga menjadikan belajar dan mengerjakan tugas sebagai beban yang dapat meningkatkan stres dalam belajar, Pak Hendri menegaskan bahwa beberapa anak masih sering menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan dan memilih mengerjakan hal lainnya. Selain itu beberapa siswa menunjukkan sikap kurang fokus dalam proses pembelajaran di kelas, sering mengabaikan materi yang disampaikan oleh guru pengajar terutama pada guru yang kurang mereka sukai sehingga hal tersebut menghambat pemahaman konsep dan juga menurunkan kualitas hasil belajar pada peserta didik. Di beberapa kelas juga masih terdapat anak yang membuat kegaduhan atau perilaku tidak tertib yang mengganggu proses pembelajaran hal ini muncul akibat kurangnya rasa kesadaran akan disiplin dalam belajar terutama pengelolaan diri siswa yang minim, hal ini menjadi fokus utama dalam penelitian ini.

Melalui pemberian kuisioner terhadap beberapa siswa kelas X yaitu kelas X1 dan X2 yaitu terdapat hasil persentase dari 47 siswa yang mengisi kuisioner tersebut terdapat 20 siswa yang menunjukkan disiplin belajar yang rendah dengan persentase 42,55% dan 27 siswa yang menunjukkan disiplin belajar sedang/tinggi dengan persentase 57,45%. Data ini menunjukkan hampir setengah dari populasi

siswa yang mengisi kuisioner tersebut menghadapi tantangan signifikan dalam mempertahankan disiplin belajar yang tinggi, dilihat dari data tersebut tantangan siswa dalam mempertahankan disiplin belajar terletak pada konsistensi akademik yaitu perilaku menunda dan kemalasan terhadap tugas sekolah serta manajemen waktu yang efektif. Walaupun perilaku mengganggu dalam kelas tidak menjadi masalah utama, kurangnya perhatian serta pengabaian materi pelajaran selama Pembelajaran juga merupakan hal yang perlu diperhatikan atau difokuskan dalam meningkatkan disiplin belajar.

Berdasarkan dari Karakter tersebut menurut Kurniawati et al. (2024) menyatakan bahwa disiplin belajar merupakan serangkaian kewajiban yang harus dipatuhi oleh peserta didik untuk mencapai konsistensi perilaku positif sehingga tidak menimbulkan perilaku seperti berpakaian tidak pantas, terlambat masuk sekolah, serta cenderung malas dalam mengerjakan tugas sekolah. Pihak sekolah sudah mencoba beberapa cara untuk mengatasi permasalahan terkait kurangnya disiplin belajar pada siswa mulai dari menerapkan sanksi bagi anak yang terlambat mengumpulkan tugas, kemudian mengurangi nilai sikap jika membuat kegaduhan dalam kelas saat proses pembelajaran berlangsung. Selain itu pihak sekolah juga menciptakan suasana belajar yang nyaman dan mendukung mulai dari ruang kelas yang tertata rapi dan juga fasilitas belajar yang mendukung Namun hal tersebut belum dirasa efektif dalam menangani permasalahan ini oleh karena itu tentunya diperlukan perubahan melalui penyelesaian secara tepat.

Melalui konseling *behavioral* dengan teknik *self management* yang merupakan layanan yang dapat diberikan oleh konselor dalam konseling dengan cara memodifikasi perilaku anak dengan tujuan meningkatkan disiplin dan

tanggung jawab peserta didik (Muratama, 2018). Penelitian lain yaitu oleh Adirama et al. (2023) menunjukkan keefektivan konseling *behavioral* dengan teknik *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar melalui intervensi yang sistematis dalam mengatasi perilaku-perilaku negatif yang membentuk rendahnya disiplin belajar. Pada penelitian ini, SMA Negeri 2 Singaraja digunakan sebagai populasi dalam mengeksplorasi keefektivan teknik *self-management*. Melalui wawancara yang sudah dilakukan dapat dilihat bahwa di sekolah ini terdapat berbagai karakteristik siswa yang memberikan gambaran secara jelas bagaimana konseling *behavioral* bisa diterapkan pada konteks Pendidikan, didukung dengan jumlah siswa yang cukup besar dapat membantu memberikan data yang representative pada penelitian ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan isi latar belakang diatas, dapat diidentifikasi permasalahan yang terjadi sebagai berikut:

1. Kurangnya fokus ketika pembelajaran berlangsung
2. Kurangnya minat belajar yang dipengaruhi ketidaksukaan terhadap mata pelajaran dan guru yang mengajar
3. Siswa sering malas dalam mengerjakan tugas sekolah sehingga menghambat proses belajar
4. Banyak siswa datang terlambat ke sekolah sehingga mengurangi waktu Pembelajaran di kelas
5. Penurunan hasil belajar akibat rendahnya disiplin belajar dan manajemen waktu yang buruk

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini berfokus pada permasalahan mengenai disiplin belajar pada siswa yang dimana berkaitan dengan kurangnya minat belajar, malas dalam menghadapi tugas sekolah, dan penurunan hasil belajar. Pada penelitian ini tidak berfokus kepada faktor-faktor eksternal seperti masalah ekonomi keluarga atau pengaruh lingkungan di rumah, tetapi berfokus pada keefektivan konseling behavioral dengan teknik *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik.

1.4 Rumusan Masalah

Bagaimana Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Disiplin Belajar pada Siswa SMAN 2 Singaraja?

1.5 Tujuan Penelitian

Untuk menguji Efektivitas Konseling *Behavioral* Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Disiplin Belajar pada Siswa Sman 2 Singaraja

1.6 Manfaat Penelitian

Terdapat beberapa manfaat yang ada pada penelitian ini. Manfaat penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan manfaat dan kontribusi dalam pengembangan teori konseling behavioral menggunakan teknik *self management* sebagai solusi dalam meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik dan dapat menjadi refrensi bagi akademisi khususnya dalam Pendidikan konseling

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Guru dan Konselor yaitu penelitian ini diharapkan dapat membantu menyelesaikan permasalahan terkait dengan disiplin belajar siswa dengan menerapkan konseling behavioral menggunakan teknik self management
2. Peneliti yaitu mampu meningkatkan keterampilan peneliti dalam penerapan teknik konseling serta menambah ilmu pengetahuan terkait dampak dari masalah disiplin belajar.
3. Siswa yaitu mampu meningkatkan dan mempertahankan disiplin belajar baik di sekolah maupun di rumah.

