

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Self-management atau lebih dikenal dengan pengelolaan diri merupakan kemampuan dalam mengatur kegiatan yang akan dilakukan oleh diri sendiri, membuat, memutuskan, dan menyelesaikan tugas dengan tuntas (Sutarno dkk., 2025). Menurut Gumelar (2025), *self-management* diartikan sebagai sebuah teknik dalam pendekatan yang bertujuan untuk membantu individu menganalisis dan mengubah perilaku yang maladaptif menjadi adaptif. Tujuan dari *self-management* ini yaitu untuk membantu siswa dalam mengatur pikiran, perasaan, dan tindakan dalam berperilaku yang sama, dengan konsep yang ada pada kontrol diri (Mujiyanto dkk., 2025). Menurut Scheibel dkk. (2023), terdapat komponen tambahan dalam *self-management* yaitu evaluasi diri (membandingkan perilaku dengan tujuan atau standar), instruksi diri (pernyataan instruksional yang diucapkan kepada diri sendiri untuk mendorong keterlibatan dalam serangkaian perilaku tertentu yang telah dirancang), serta penguatan diri (proses memilih dan memberikan penguatan terhadap diri sendiri berdasarkan kriteria yang ditetapkan).

Namun kenyataannya, masih banyak siswa belum dapat mengelola diri dan mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas sekolahnya. Hal ini menyebabkan siswa sering menunda-nunda pekerjaan atau tugas sekolahnya (Wardah dkk.,

2023). Menurut Fitriani dkk. (2023) terdapat pula siswa yang sering terlambat dalam menyelesaikan tugas tepat waktu, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan lebih menghabiskan waktu pada aktivitas yang menyenangkan. Menurut Farida dkk. (2022) pada penelitian yang dilakukan terhadap manajemen diri, menunjukkan 87,8% berada dalam kategori tinggi dengan jumlah frekuensi sebanyak 108 siswa. Sementara siswa lainnya memiliki manajemen diri pada kategori rendah 10,6% dengan jumlah frekuensi 13 siswa, pada kategori sangat rendah tercatat dalam persentase 1,6% dengan jumlah 2 siswa.

Menurut Lestari dkk. (2021), terdapat beberapa faktor umum yang menyebabkan siswa belum bisa mengelola diri, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dilihat dari kondisi fisik individu yang sering merasa lelah, sehingga mengakibatkan siswa cenderung untuk menunda tugas. Dalam kondisi psikologis, individu dipengaruhi beberapa hal seperti regulasi diri, keyakinan diri, motivasi, dan harga diri. Pada faktor eksternal dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, pola pengasuhan orang tua, penetapan prioritas, serta karakteristik tugas yang dirasa sulit dikerjakan oleh siswa (Lestari dkk., 2021). Menurut Reksiana dan Kamalia (2020) bahwa faktor internal yang mempengaruhi manajemen diri siswa seperti sikap, kepribadian, pendidikan, pengalaman serta cita-cita. Sementara faktor eksternal yaitu lingkungan sosial dan lingkungan non sosial, seperti kondisi ekonomi orang tua.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan terhadap siswa SD Negeri 1 Banyuasri, bahwa sebagian besar siswa belum mencapai *self-management* yang optimal. Melalui penyebaran angket manajemen diri yang terdapat 4 aspek yaitu pendorongan diri (*Self-Motivation*), penyusunan diri (*Self-Organization*),

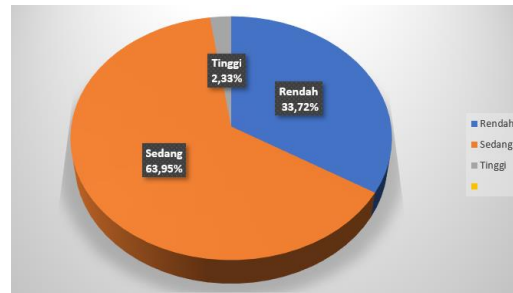
pengendalian diri (*Self-Control*), pengembangan diri (*Self-Development*), mendapatkan hasil ditemukan bahwa di kelas VA yang berjumlah 28 siswa, terdapat 11 siswa (39,29%) yang berada pada kategori rendah, 17 siswa (60,71%) pada kategori sedang. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VA memiliki kemampuan manajemen diri pada tingkat sedang, dengan sebagian siswa yang berada pada kategori rendah.

Selanjutnya, pada kelas VB yang berjumlah 30 siswa, ditemukan 16 siswa (53,33 %) berada pada kategori rendah, 12 siswa (40,00%) pada kategori sedang, dan 2 siswa (6,67%) berada pada kategori tinggi. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas VB juga berada pada kategori sedang.

Adapun pada kelas VC dengan jumlah 28 siswa, terdapat 2 siswa (7,14%) dalam kategori rendah, 26 siswa (92,86%) dalam kategori sedang. Hasil ini menunjukkan pola yang relatif konsisten dengan kelas lainnya, yaitu mayoritas siswa berada pada kategori sedang. Kategori sedang dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan manajemen diri yang cukup memadai untuk menjalankan tugas belajar, namun belum menunjukkan konsistensi perilaku yang kuat untuk masuk ke kategori tinggi. Data juga menunjukkan masih terdapat sebagian siswa pada kategori rendah.

Secara keseluruhan, dari 86 siswa yang diteliti, mayoritas siswa berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 55 siswa (63,95%). Sementara itu, sebanyak 29 siswa (33,72%) masih berada pada kategori rendah, dan hanya 2 siswa (2,33%) yang berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan manajemen diri siswa secara umum masih berada pada kategori sedang dengan proporsi kategori rendah yang masih cukup besar.

Keseluruhan 86 Siswa yang Diteliti



Gambar 1.1

Diagram Hasil Angket dari 86 Siswa

(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa kelas V sudah memiliki keterampilan manajemen diri yang cukup baik, meskipun masih diperlukan perhatian khusus terhadap beberapa siswa yang berada pada kategori rendah agar dapat meningkatkan kemampuan pengelolaan diri mereka.

Kondisi ini berdampak terhadap proses pembelajaran. Siswa dengan manajemen diri sedang dan buruk cenderung kurang konsisten dalam mengatur waktu, menjaga fokus, serta menyelesaikan tugas tepat waktu. Akibatnya, keterlibatan aktif dalam pembelajaran belum dapat berjalan maksimal. Adanya dominasi kategori sedang juga menunjukkan bahwa siswa masih memerlukan penguatan untuk mengembangkan aspek disiplin, tanggung jawab, serta regulasi emosi. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor internal seperti kurangnya kebiasaan mengatur waktu belajar, lemahnya motivasi intrinsik, dan keterampilan pengendalian diri yang masih berkembang sesuai tahap usia sekolah dasar (Sutyaningsih dkk., 2025). Selain itu, faktor eksternal juga berperan, antara lain pola pembelajaran yang masih berpusat pada guru, kurangnya dukungan keluarga

dalam menanamkan disiplin, serta terbatasnya penggunaan pendekatan pembelajaran inovatif yang memberi kesempatan siswa untuk berlatih mengelola diri melalui pengalaman nyata (Sutyarningsih dkk., 2025).

Permasalahan yang dialami siswa terkait pengelolaan diri dapat diselesaikan salah satunya dengan pembelajaran STEM. Pendekatan STEM merupakan pendekatan yang menghubungkan pembelajaran interdisipliner dengan empat komponen yaitu *science, technology, engineering and mathematics* (Hamid dan Arif, 2024). Hal ini dikatakan pendekatan berbasis STEM sangat tepat untuk mendidik dan meningkatkan *self-management* siswa di era digital yang berkembang pesat (Ilmi dkk., 2021). Penerapan pendekatan STEM dapat mengajarkan siswa untuk merencanakan suatu kegiatan, mengorganisir, dan mengatur tugas serta waktu secara mandiri, yang sangat berkaitan dengan keterampilan manajemen diri (Diana dan Saputri, 2021).

Pembelajaran STEM dapat diterapkan pada pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam dan Sosial (IPAS) (Karo dkk., 2025). IPAS menuntut siswa untuk memahami fenomena alam serta sosial secara kontekstual, yang sejalan dengan karakteristik pembelajaran STEM yang menekankan pada pengamatan, eksperimen, dan penerapan konsep dalam kehidupan nyata (Aini dkk., 2025). Menurut Safitri dkk. (2025) menyatakan penerapan STEM dalam pembelajaran IPAS memungkinkan peserta didik untuk mengalami proses keterampilan psikomotorik seperti eksperimen, simulasi, dan eksplorasi. Hal ini pula peserta didik tidak hanya menghafal teori, tetapi juga mengaplikasikan konsep dalam kehidupan nyata.

Penelitian mengenai pendekatan STEM diantaranya telah dilakukan oleh Purwati dkk (2022), menemukan bahwa pendekatan STEM dapat menumbuhkan

kemandirian khususnya pada tingkat sekolah dasar. Pendekatan STEM pula menjadikan pembelajaran menjadi menarik dan bermakna. (Purwati dkk., 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zalsa dkk. (2025), peserta didik yang terlibat dalam pembelajaran STEM mengalami peningkatan yang nyata dalam keterampilan berpikir kritis, pemecahan masalah, serta motivasi belajar. Penerapan pendekatan STEM tidak hanya meningkatkan kemampuan berpikir kritis, tetapi memberikan siswa dengan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan di masa depan. Namun, penelitian mengenai pengaruh pendekatan STEM secara spesifik terhadap manajemen diri siswa, khususnya dalam konteks pembelajaran IPAS di sekolah dasar belum ditemukan dan menjadi celah penelitian untuk mengatasi masalah manajemen diri.

Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang mengkaji pengaruh pendekatan STEM terhadap manajemen diri siswa dalam pembelajaran IPAS di kelas V sekolah dasar. Penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya karena tidak hanya fokus terhadap aspek kognitif siswa, melainkan menitikberatkan pada penguatan keterampilan sosial-emosional, khususnya kemampuan mengelola diri. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam ranah Pendidikan dasar, khususnya dalam mengembangkan kemampuan manajemen diri siswa dan relevan dengan tuntutan abad ke-21.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang masalah di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut.

1.2.1 Peserta didik yang masih sering terlambat untuk datang ke sekolah.

- 1.2.2 Masih banyak peserta didik yang menunda-nunda waktu pengerjaan tugas.
- 1.2.3 Terdapat siswa yang sering terlambat dalam menyelesaikan tugas tepat waktu.
- 1.2.4 Siswa mengalami kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan lebih mementingkan aktivitas yang menyenangkan.
- 1.2.5 Guru kesulitan untuk memberikan pendekatan dalam mengatasi *self-management* siswa.
- 1.2.6 Rendahnya kemampuan *self-management* siswa kelas VA, VB dan VC. Berdasarkan hasil kuesioner kelas VA terdapat 11 siswa (39,29%) yang berada pada kategori rendah, 17 siswa (60,71%) pada kategori sedang. Sedangkan kelas VB terdapat 16 siswa (53,33 %) berada pada kategori rendah, 12 siswa (40,00%) pada kategori sedang. Kelas VC yang berjumlah 28 siswa, terdapat 2 siswa (7,14%) dalam kategori rendah, 26 siswa (92,86%) dalam kategori sedang. Secara keseluruhan, dari 86 siswa yang diteliti, mayoritas berada dalam kategori sedang sebanyak sebanyak 55 siswa (63,95%). Sementara itu, sebanyak 29 siswa (33,72%) masih berada pada kategori rendah dan hanya 2 siswa (2,33%) yang berada pada kategori tinggi.
- 1.2.7 Belum ada penelitian yang membuktikan bahwa masalah *self-management* dapat diatasi melalui penerapan pendekatan STEM, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk menelaah efektivitas pendekatan ini dalam meningkatkan kemampuan pengelolaan diri siswa.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan, maka perlu ditetapkan pembatasan masalah agar dalam pengkajian yang dilakukan lebih terfokus kepada masalah-masalah yang ingin dipecahkan. Oleh karena itu, penelitian ini dibatasi pada permasalahan mengenai rendahnya kemampuan *self-management* diri siswa kelas V sekolah dasar, dan belum ada penelitian yang membuktikan bahwa masalah *self-management* dapat diatasi melalui penerapan pendekatan STEM, sehingga diperlukan kajian lebih lanjut untuk menelaah efektivitas pendekatan ini dalam meningkatkan kemampuan pengelolaan diri siswa.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah pengaruh pendekatan STEM terhadap manajemen diri siswa kelas V SD?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh pendekatan STEM terhadap manajemen diri siswa kelas V SD.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan agar dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis kepada pihak-pihak yang bersangkutan.

1.6.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang STEM dan pengaruhnya terhadap manajemen diri.

1.6.2 Manfaat Praktis

a) Bagi Guru

Dengan adanya penelitian ini, dapat memberikan gambaran tentang pentingnya STEM dalam pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan *self-management* siswa, memperkaya variasi metode pembelajaran, serta menjadi acuan bagi guru dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih inovatif, kontekstual, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

b) Bagi Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini, membantu kepala sekolah untuk merancang program pembelajaran yang berorientasi pada penguatan karakter melalui pendekatan yang relevan.

c) Bagi Siswa

Penelitian ini bermanfaat bagi siswa karena penerapan pendekatan STEM dapat membantu mereka belajar mengatur diri dengan lebih baik. Melalui kegiatan yang menuntut kerja sama, pemecahan masalah, dan kemandirian, siswa menjadi lebih terlatih dalam mengelola waktu, memahami tanggung jawab, dan membangun motivasi belajar.

d) Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman dan wawasan bagi peneliti dalam menerapkan pendekatan STEM dalam pembelajaran. Selain itu, penelitian ini juga menjadi sarana bagi peneliti lainnya untuk memahami bagaimana pendekatan STEM dapat berkontribusi dalam mengembangkan kemampuan manajemen diri siswa, seperti pengelolaan waktu, tanggung jawab, dan kemandirian belajar

