Vol. 6, No. 2, Maret 2023
DOI 10.22460/focus.v6i2.10435

p- ISSN 2614-4131
e- ISSN 2614-4123

FOKUS

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELFT MANAGEMENT* BAGI SISWA YANG MEMILIKI PERILAKU DISIPLIN RENDAH DALAM PENGUMPULAN TUGAS *DARING*

Nina Rosalina[1], Ika Mustika[2], Tita Rosita[3]

[1]ninarosalina83@gmail.com, [2] mestikasaja@ikipsiliwangi.ac.id , [3] titarosita794@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

This study examines the implementation and objectives of group guidance services to determine the effectiveness of self-management techniques on student discipline behavior in collecting assignments given by subject teachers during online learning activities. The method used in this research is descriptive qualitative method, and 8 subjects were selected through purposive sampling technique. The results show that during distance learning, group guidance services with self-management techniques can effectively improve student discipline behavior in collecting online assignments from subject teachers. Based on the results of interviews and documents before and after the study, it was found that students experienced significant behavioral changes in the discipline of collecting online assignments from subject teachers during distance learning activities.

Keywords*: group guidance, self management, discipline*

Abstrak

Penelitian ini mengkaji implementasi dan tujuan layanan bimbingan kelompok untuk mengetahui efektifitas teknik *self management* terhadap perilaku disiplin siswa dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran pada saat kegiatan pembelajaran *daring*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif, dan dipilih 8 subjek melalui teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa selama pembelajaran jarak jauh, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat secara efektif meningkatkan perilaku disiplin siswa dalam mengumpulkan tugas *daring* dari guru mata pelajaran. Berdasarkan hasil wawancara dan dokumen sebelum dan sesudah penelitian, diketahui bahwa siswa mengalami perubahan perilaku yang signifikan dalam disiplin mengumpulkan tugas *daring* dari guru mata pelajaran selama kegiatan pembelajaran jarak jauh.
Kata kunci : bimbingan kelompok, *self management*, disiplin

PENDAHULUAN

Pada tahun 2019 terjadi perubahan yang sangat besar dalam dunia pendidikan Indonesia, dimana sistem pendidikan Indonesia terpaksa beralih ke pembelajaran jarak jauh yang disebabkan oleh fenomena merebaknya covid-19 (virus corona). John Dewey dalam

Sagala Syaiful (2013) mengemukakan bahwa pendidikan adalah proses tanpa akhir (education is the process without end), dan pendidikan adalah proses pembentukan kemampuan dasar yang fundamental, baik yang menyangkut daya intelektual maupun daya emosional, perasaan yang diarahkan pada fitrah manusia dan kepada satu sama lain. Oleh karena itu, proses pembelajaran merupakan kunci keberhasilan pendidikan sehingga proses pembelajaran menjadi berkualitas membutuhkan pemberian layanan yang berkualitas. Dalam hal ini sekolah harus tetap berjalan walaupun dalam keadaan darurat, agar pembentukan kemampuan intelektual dan emosional anak dapat terus berkembang.

Keputusan pemerintah untuk menutup sekolah atau memindahkan kegiatan belajar dari sekolah ke rumah menciptakan sistem baru dalam kegiatan belajar siswa. Pelaksanaan kegiatan belajar mengajar secara online atau daring dimulai pada bulan Maret 2020 sesuai dengan Surat Edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan di masa darurat penyebaran COVID-19. Penerapan sistem pembelajaran online tidak menutup kemungkinan adanya beberapa permasalahan dalam proses pembelajaran. Dengan diterapkannya kegiatan pembelajaran jarak jauh, tentunya peserta didik dan pendidik dituntut untuk memiliki alat komunikasi elektronik yaitu handphone. Selain itu, akses jaringan internet yang baik juga dapat menunjang kegiatan belajar. Sementara itu, banyak daerah di Indonesia yang akses internetnya buruk sehingga menjadi salah satu kendala dalam proses pembelajaran online. Tidak sedikit siswa yang terkesan tidak mau belajar atau tidak mengikuti kegiatan pembelajaran online tersebut.

Dari berbagai masalah tersebut, berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK, diperoleh data bahwa terdapat permasalahan yang sama, yang dialami oleh guru-guru di sekolah dalam proses kegiatan belajar mengajar secara *daring* yaitu mengenai kedisiplinan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran serta dalam mengumpulkan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Hampir semua guru di SMPN 2 Cisompet menggunakan media google classroom dan whatsapp dalam kegiatan pembelajaran dan masalah yang paling banyak ditemukan adalah mengenai siswa dalam mengikuti proses pembelajaran serta dalam mengumpulkan tugas. Perilaku siswa yang tidak mengerjakan tugas ini, akan berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa dan akan berdampak pula pada pembentukan kepribadian diri siswa, sehingga siswa yang biasanya hidup kurang disiplin akan mendapatkan berbagai masalah dan kesulitan disaat mulai memasuki dunia kerja

begitupun pada kehidupan bermasyarakat. Dengan menerapkan perilaku disiplin dalam kegiatan pembelajaran, pola hidup siswa akan tertata dan teratur baik di dunia kerja maupun dalam kehidupan bermasyarakat.

Menurut Saifuddin (2018: 65) disiplin merupakan suatu tindakan kepatuhan yang dilakukann untuk menghormati dan melaksanakan satu sistem yang mengharuskan orang untuk tunduk kepada keputusan, perintah atau peraturan yang berlaku. Disiplin dapat tumbuh dan berkembang jika dibina dan diberikan latihan baik dalam kegiatan pendidikan maupun dengan penanaman kebiasaan dalam lingkungan keluarga. Dengan pembiasaan disiplin inilah siswa diharapkan dapat mengembangkan kepribadian diri yang positif dan mampu meraih prestasi yang baik sehingga dapat berhasil dalam kegiatan belajar maupun kehidupan sosialnya. Dengan disiplin yang muncul karena kesadaran diri, siswa akan berhasil dalam belajarnya. Thursan (2000: 18) menyebutkan bahwa disiplin merupakan satu hal yang paling mutlak harus ada di sekolah untuk menunjang keberhasilan belajar. Disiplin di sekolah harus ditegakkan dengan menyeluruh, konsekuen dan konsisten. Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan sikap disiplin siswa yaitu dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Layanan bimbingan kelompok ini diselenggarakan oleh guru BK secara *daring* melalui aplikasi *google meet* yang merupakan suatu layanan komunikasi video yang dikembangkan oleh *google*.

Bimbingan kelompok menurut Mawaridz, A,D., & Rosita, T. (2019) adalah susatu saran dalam membimbing individu atau konseli ataupun siswa yang dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok agar dapat mencapai tujuan yang telah dirumuskan bersama anggota lainnya di dalam kelompok. layanan bimbingan dengan mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (Syukur, 2019: 92). Mengisyaratkan adanya dua target tujuan yang sekaligus harus diselesaikan dalam tiap bimbingan kelompok, yaitu pengembangan pribadi dan ketuntasan masalah yang dialami oleh individu. Sedangkan menurut Syukur (2019:92) bimbingan kelompok merupakan suatu layanan bimbingan dengan mengaktifkan dinamika kelompok guna membahas dan menyelesaikan permasalahan individu dan pengembangan pribadi anggota kelompok. Hal tersebut mengisyaratkan adanya dua target tujuan yang sekaligus harus diselesaikan dalam setiap

bimbingan kelompok, yaitu pengembangan pribadi dan ketuntasan masalah yang dialami oleh anggota kelompok.

Pengendalian diri (*self management*) merupakan salah satu metode konseling *behavior* yang mengkaji perilaku seseorang dalam rangka mengubah perilaku maladaptif menjadi adaptif. Menurut Komalasari dalam Isnaini & Taufik (2015:35), strategi *self management* adalah suatu prosedur pengaturan perilaku oleh individu itu sendiri, dengan individu tersebut terlibat dalam beberapa atau seluruh komponen utama, yaitu: menentukan perilaku sasaran, memantau perilaku, memilih prosedur yang akan diterapkan, pelaksanaan prosedur dan evaluasi efektivitas prosedur tersebut. Strategi manajemen diri dapat digunakan untuk mengatasi kurangnya disiplin akademik.

Menurut Netzel dalam Isnaini & Taufik (2015: 35), tujuan *self management* adalah mengurangi perilaku tak pantas dan mengganggu dan meningkatkan sosial, adaptif dan kemampuan bahasa/komunikasi. Perilaku tak pantas dan mengganggu itu di antaranya kemalasan dan kelalaian dalam belajar, mengerjakan tugas dan menyelesaikan kewajiban-kewajibannya sebagai siswa. Melihat sifat urgensi dari tegaknya disiplin, peneliti melakukan penelitian mengenai penanganan terhadap siswa yang memiliki perilaku tidak disiplin dalam pengumpulan tugas *daring* di SMPN 2 Cisompet. Berdasarkan fenomena yang dialami di lapangan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap siswa siswi yang memiliki perilaku tidak disiplin dengan judul Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Selft Management* Bagi Siswa Yang Memiliki Perilaku Disiplin Rendah Dalam Pengumpulan Tugas *Daring*.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk mendeskripsikan permasalahan dan fokus penelitian. Metode pengumpulan data meliputi wawancara, observasi dan dokumentasi. Kegiatan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management* ini merupakan suatu cara untuk meningkatkan kedisiplinan siswa dalam pengumpulan tugas yang merupakan sebagian dari proses pembelajaran yang diselenggarakan secara *online* atau *daring* di masa pandemi covid-19. Platform yang digunakan dalam pemberian layanan ini yaitu melalui komunikasi video *google meet*.

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas IX SMPN 2 Cisompet, Garut. Adapun sampel yang diambil dari populasi penelitian ini adalah 8 orang siswa kelas IX. Proses pengambilan sampel ini dilakukan dengan teknik *sampling purposive*. *Sampling purposive* merupakan suatu teknik pengambilan sampel secara tertentu dengan maksud dan tujuan yang sesuai dengan fokus penelitian. Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik triangulasi. Menurut Moleong, (2012: 330) triangulasi adalah Menurut Moleong (2012:330), triangulasi merupakan suatu teknik validasi data dengan tujuan menggunakan sesuatu yang lain untuk memvalidasi atau membandingkan data. Jenis triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Layanan yang diberikan guru BK untuk siswa yang memiliki disiplin tingkat rendah yaitu bimbingan kelompok yang dilakukan secara daring dengan menggunakan teknik *self management*. Teknik *self management* dipilih dalam layanan bimbingan kelompok bagi siswa dengan tingkat disiplin rendah, karena teknik ini dirasa sangat tepat digunakan untuk meningkatkan sikap disiplin siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran daring di sekolah. Layanan bimbingan dilaksanakan dalam 5 kali pertemuan selama satu bulan.

Berdasarkan hasil studi dokumentasi dan observasi yang telah dilakukan didapatkan data bahwa kegiatan pelayanan bimbingan kelompok dalam sistem *self management* oleh Guru Bimbingan dan Konseling tertuang dalam rencana pemberian layanan yang memuat kegiatan tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap penutupan.

Dari hasil wawancara mendalam kepada peserta didik yang menjadi subjek penelitian yaitu 8 orang siswa kelas IX SMPN 2 Cisompet. Berikut merupakan hasil dari penelitian yang berdasar pada hasil wawancara, observasi dan dokumentasi pada responden yang berinisial FAH, MA, MH, D, Sy, SC, B dan SP yang dilaksanakan dengan menggunakan aplikasi video call *Whatsapp* dan *Google meet*.

Subjek penelitian kesatu yaitu FAH. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa FAH merupakan siswa yang tidak disiplin dalam mengikuti kegiatan pembelajaran

daring di sekolah. Selama satu semester FAH hanya sekali mengerjakan dan mengumpulkan tugas tepat waktu. FAH juga hanya mengerjakan dan mengirimkan beberapa tugas saja selama kegiatan pembelajran daring berlangsung pada semester 1 dan sering dengan sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas. Peneliti juga melakukan wawancara mengenai respon siswa terhadap layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* setelah pelaksanaan bimbingan berlangsung. FAH merasa sangat terbantu dan mulai memahami pentingnya pengendalian diri dan mengatur waktu dalam berbagai aktivitas di rumah. Berdasarkan hasil observasi ketika kegiatan layanan berlangsung, FAH terlihat antusias dalam mengikuti layanan dan mengikuti alur treathment yang diberikan selama kegiatan layanan berlangsung dengan baik. FAH mulai mengerjakan dan mengumpulkan tugas *daring* secara tepat waktu.

Subjek kedua yaitu MA, dari hasil wawancara dan observasi mendalam dihasilkan data bahawa MA tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran, hanya mengerjakan dan mengirimkan beberapa tugas, itupun diakhir semester saja dan sering dengan sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas. Terkait respon terhadap layanan, pada awal pertemuan MA merasa malu namun pada pertemuan ketiga MA mulai bisa beradaptasi dengan *treathment* guru BK dalam layanan bimbingan kelompok. Setelah mengikuti layanan MA mulai mengurangi kegemarannya bermain game online dan sudah mulai mencoba mengikuti kegiatan pembelajaran daring dan mengerjakan serta mengumpulkan tugas-tugas daring dari guru mata pelajaran sesuai jadwal dan tenggat waktu yang diberikan.

Subjek ketiga yaitu MH, berdasarkan hasil waancara mendalam diketahui MH tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran dan hanya mengerjakan tugas kalau sudah ditagih oleh guru dan sering dengan sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas. MH mengatakan bahwa mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sangat membantunya dalam mengatur waktu untuk bermain dan belajar serta melakukan aktivitas lainnya.

Subjek keempat yaitu D. Berdasarkan hasil waawancara mendalam diketahui bahwa D tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran dan tidak pernah mengerjakan dan mengirimkan tugas yang diberikan guru dan sering dengan sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas. D mengatakan setelah mengikuti layanan bimbingan dirinya merasa memiliki motivasi untuk belajar dengan sungguh-

sungguh dan merasa sangat antusias dalam mengikuti alur *treathment* yang diberikan dalam layanan bimbingan kelompok. Menurut D layanan ini mampu merubah pola belajar dirinya, dia mulai dapat mengatur waktu untuk menyempatkan diri dalam mengerjakan tugas-tugas daring yang diberikan oleh guru mata pelajaran.

Subjek kelima yaitu Sy. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa Sy jarang menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran, juga hanya beberapa kali mengerjakan serta mengirimkan tugas dengan tepat waktu dan kadang-kadang sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* Sy merasakan manfaat khususnya dalam mengelola diri dan mengatur waktu sehingga merasa termotivasi untuk belajar lebih giat serta lebih disiplin dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas-tugas daring di sekolah.

Subjek keenam yaitu SC. Berdasarkan hasil wawancara mendalam diketahui bahwa SC kadang-kadang menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran kalau sedang bersemangat saja, mengerjakan dan mengirimkan tugas tepat waktu ketika mood belajarnya sedang bagus dan sering dengan sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran. Setelah mengikuti layanan bimbingan dirinya merasa lebih bersemangat untuk belajar dan dapat merubah pola pikirnya dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas.

Subjek ketujuh yaitu B. Berdasarkan hasil wawncara mendalam, diketahui bahwa B jarang menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran dan tidak pernah mengerjakan dan mengirimkan tugas yang diberikan guru dengan sengaja. Kegiatan layanan ini memotivasi dirinya untuk bisa mengelola diri dengan lebih baik dan B mulai mengumpulkan tugas meskipun tidak semua dikerjakannya.

Subjek kedelapan pada penelitian ini adalah SP. Berdasarkan hasil wawancara mendalam diketahui bahwa SP jarang sekali menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai jadwal pelajaran dan tidak pernah mengerjakan ataupun mengirimkan tugas dengan tepat waktu serta sering dengan sengaja tidak mengerjakan dan mengumpulkan tugas. Kegiatan layanan bimbingan kelompok ini menyadarkannya untuk dapat mengatur waktu dalam kehidupan dan SP mulai membuat jadwal kegiatan sehingga dapat mengatur waktu untuk mengerjakan tugas dan mengumpulkannya sesuai dengan perintah guru.

Pembahasan

Inti dari teknik self management adalah mengubah perilaku individu dengan menggunakan satu atau lebih strategi dengan cara mengontrol perilaku internal dan eksternal seseorang. Adapun dalam penelitian ini strategi yang diberikan berupa pemantauan diri dengan mencatat kegiatan-kegiatan yang dilakukan setiap hari oleh subjek penelitian pada minggu pertama; penguatan positif pada perilaku yang ingin dirubah dengan memberikan *reward* ketika subjek penelitian berhasil dalam proses perubahan perilaku; pembuatan kontrak dengan diri sendiri dan kelompok dalam proses perubahan perilaku yang diinginkan; dan *stimulus control* berupa pemberian jadwal kegiatan yang harus dilaksanakan subjek penelitian pada proses perubahan perilaku.

Hal tersebut sesuai dengan pemikiran Komalasari, dkk (2016) yang menyatakan bahwa *self management* meliputi pemantauan diri (*self monitoring*) yaitu proses pemantauan perilaku diri sendiri yang dapat dilakukan dengan mengamati dan mencatat perilaku yang menjadi masalah, reinforcement yang positif (*self reward*) dilakukan untuk membantu konseli dalam mengatur dan memperkuat perilakunya, kontrak yang dibuat sesuai dengan diri sendiri (*self contracting*) yaitu suatu tahapan untuk merubah perilaku dengan cara menentukan tujuan yang yang disesuaikan dengan keinginan, dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*) dimana teknik ini menekankan untuk mempertahankan perilaku baru yang diinginkan.

Hasil pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management diperoleh data bahwa terdapat perubahan perilaku positif siswa dalam mengumpulkan tugas daring/online. Hasil tersebut sesuai dengan tujuan dari teknik self management yaitu berkembangnya perilaku yang lebih adaptif dari konseli, dimana dalam penelitian ini perubahan perilaku yang dimaksud adalah siswa menjadi lebih disiplin dalam mengumpulkan tugas-tugas daring yang diberikan oleh guru mata pelajaran selama kegiatan pembelajaran jarak jauh berlangsung di sekolah.

SIMPULAN

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* ini bertujuan untuk membantu peserta didik dalam merubah perilaku tidak disiplin menjadi lebih disiplin dalam pengumpulan tugas *daring* selama kegiatan pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan di sekolah. Setelah selesai mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *sef management*, peserta didik mampu mengelola diri serta dapat mengatur waktu belajar dengan baik dan mengumpulkan tugas tepat waktu.

REFERENSI

Isnaini, F. & Taufik. (2015). Strategi self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. Jurnal Penelitian Humaniora, 16(2), 33-42.

Komalasari, Gantina., Wahyuni, Eka, dan Karsih. (2016). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.

Mawaridz, A, D., & Rosita, T. (2009). Bimbingan Kelompo Untuk Siswa SMP Yang Memiliki Minat Belajar Rendah. Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan). 2 (4), 158-170.

Sagala, Syaiful. 2013. *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta

Saifuddin. (2018). *Pengelolaan Pembelajaran Teoretis dan Praktis*. Yogyakarta: Deepublish.

Thursan. (2000). Belajar Secara Efektif. Jakarta: Puspa Swara.

Syukur, Yarmis, Dkk. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah.* Malang: IRDH.