PENGGUNAAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI DALAM BELAJAR PADA KELAS VIII SMP IT NURUL ILMI AINI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018

(SKRIPSI)

Oleh

SINDY ELISVI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2018

ABSTRAK

PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI DALAM BELAJAR PADA KELAS VIII SMP IT NURUL ILMI AINI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Oleh

SINDY ELISVI

Masalah penelitian ini adalah rendahnya manajemen diri dalam belajar siswa di sekolah. Permasalahan penelitian adalah "apakah manajemen diri dalam belajar siswa kelas VIII dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok di SMP IT Nurul Ilmi Ain?" Tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan manajemen diri dalam belajar siswa kelas VIII menggunakan layanan bimbingan kelompok. Metode penelitian adalah metode *pre ekperimen one group pretest-postest design.* Subjek penelitian sebanyak 6 orang siswa yang memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi manajemen diri dalam belajar. Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon*, diperoleh hasil - 2,207. Didapat hasil kurang dari 0,05 (-2,207 <0,05) maka Ho ditolak dan Ha diterima, artinya, ternyata terdapat peningkatan yang signifikan pada manajemen diri dalam belajar sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok. Hasil analisis juga memperlihatkan peningkatan sebesar 21%.

Kata kunci: Bimbingan kelompok, manajemen diri dalam belajar.

PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI DALAM BELAJAR PADA KELAS VIII SMP IT NURUL ILMI AINI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Oleh

Sindy Elisvi

Skripsi
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2018

Judul Skripsi : **PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI DALAM BELAJAR PADA KELAS VIII SMP IT NURUL ILMI AINI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

Nama Mahasiswa : *Sindy Elisvi*

Nomor Pokok Mahasiswa : 1313052053

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Drs. Muswardi Rosra, M.Pd.	Shinta Mayasari, S.Psi,M.Psi,Psi.
NIP. 19550318 198503 1 001	NIP. 19800501 200812 2 002

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Drs. Riswanti Rini, M.Si.
NIP. 19600328 198603 2 002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Muswardi Rosra, M.Pd. .....

Sekretaris : Shinta Mayasari, S.Psi, M.Psi,Psi .....

Penguji
Bukan Pembimbing : Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi .....

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum.
NIP 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 12 Februari 2017

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Sindy Elisvi
Nomor Pokok Mahasiswa	: 1313052053
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling
Jurusan	: Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "PENGGUNAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN MANAJEMEN DIRI DALAM BELAJAR PADA KELAS VIII SMP IT NURUL ILMI AINI BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018 " adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan September 2017. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, Februari 2018
Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Sindy Elisvi
NPM 1313052053

RIWAYAT HIDUP

Sindy Elisvi lahir di Tanjung Jati. Sumatera Selatan pada tanggal 09 maret 1996, penulis adalah putri pertama dari empat bersaudara, pasangan Bapak Joni dan Ibu Prina.

Pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK) Darullsalam diselesaikan tahun 2000, Sekolah Dasar (SD) Negeri 01 Sumatera Selatan, diselesaikan tahun 2006, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 01 Sumatera Selatan, diselesaikan tahun 2009, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 15 Bandar Lampung, diselesaikan tahun 2013

Tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Penerimaan Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Selanjutnya, pada tahun 2016 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK) di SMP Muhammadiyah Bandarsari, Lampung Tengah, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Desa Bandarsari, Kecamatan Padang Ratu, Kabupaten Lampung Tengah, Lampung.

MOTTO

Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupanya"

(QS. Al-Baqarah, ayat 286)

bersabarlah,, tidaklah ada kesabaran itu kecuali dari Allah

(QS. An-Nahl : 128)

Dan (ingatlah juga), tatkala Tuhanmu mema'lumkan: "Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti kami menambah (ni'mat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (ni'mat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih"

(Q.S. Ibrahim : 7)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur pada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini yang kupersembahkan karya kecilku ini pada :

Teruntuk Ayahku Joni dan Ibuku Prina tercinta,

tak lebih, hanya sebuah karya sederhana ini yang bisa kupersembahkan.

Khusus bagi Ayah dan ibuku, aku ingin engkau merasa bangga

telah melahirkanku kedunia ini.

Terimakasih atas kasih sayang dan cintanya

yang telah banyak memberikan semangat untuk keberhasilan putra-putrinya.

Adik-adik ku yang kusayangi

Serta Keluarga Besarku.

- Sindy Elisvi -

SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirrabbil'aalamin, segala puji dan syukur penulis persembahkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan rintangan serta kesulitan yang dihadapi, namun berkat bantuan dan motivasi serta bimbingan yang tidak ternilai dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Penggunaan Layanan Bimbingan kelompok untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018" . Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yang telah memberikan ijin bagi penulis untuk mengadakan penelitian.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si. selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Lampung.
3. Bapak. Drs. Yusmansyah, M.Si selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung.
4. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., selaku Pembahas dan Penguji pada penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan, kritik dan saran dalam proses penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak Drs. Muswardi Rosra, M.Pd. selaku Pembimbing Utama. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada penulis.

6. Ibu Shinta Mayasari, S.Psi, M.Psi,Psi selaku Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Kedua. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA (Drs. Giyono,M.Pd.,Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.,M. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., Psi.,Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., Ari Sofia, S.Psi., Psi., Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., Yohana Oktariana, M.Pd.) terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak ibu berikan selama perkuliahan.
8. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
9. Ibu Hj. Evi Yunia, S.Si, M.Pd selaku kepala sekolah SMP Negeri IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung, Bapak Bagus Irawan, S.Pd selaku wakil kepala sekolah urusan kurikulum, dan Bapak Hisbi. Widarto, S.E selaku guru bimbingan dan konseling, serta staf tata usaha, seluruh dewan guru dan siswa-siswi SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung yang telah bersedia membantu penulis dalam mengadakan penelitian ini.
10. Orang tua ku tercinta, Bapak Joni dan Ibu Prina yang tak henti-hentinya menyayangiku, memberikan doa, nafkah, dukungan, motivasi, semangat untuk ku.
11. Adik-adikku tercinta, Nadiya, Della dan Shakira. Terima kasih untuk kesabarannya selama ini dalam menghadapi segala tingkah laku ku. Terima kasih atas segala doa, nafkah, dukungan, motivasi, dan semangat untuk ku.
12. Jeguk (Lisa, Risa, Catur, Fitri) terimakasih untuk kebersamaannya, bantuannya, dan canda tawa kalian selama ini..
13. Teman-teman seperjuangan BK 2013, dan sahabat seperjuangan (Lisa, Mala, dan Puspita), kakak tingkat ku serta adik tingkat bimbingan dan konseling yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas masukan, saran, motivasi, serta semangatnya, terimakasih untuk dukungannya
14. Sahabat-sahabat KKN dan PPL :Arif, Julian, Hunaifi, Resta, Vaulia, Yuli, Pujan dan Titin. Telah menjadi keluarga baruku, terimaksih juga untuk saran,

motivasi, pelajaran yang telah diberikan baik selama KKN maupun setelah KKN selesai, Pengalaman-pengalaman yang tidak terlupakan bersama kalian semua selama 40 hari.

15. Semua guruku yang telah memberikanku ilmu sejak SD,SMP,SMA sampai dengan Kuliah, Terima kasih atas jasa-jasa kalian yang membantuku dalam menuntut ilmu.
16. Siswa-siswi SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung yang telah bersedia untuk melakukan kegiatan bimbingan kelompok.
17. Almamater ku tercinta
18. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih.

Hanya harapan dan doa semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang telah berjasa dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya kepada Allah SWT penulis serahkan segalanya dalam mengharapkan keridhaan, semoga skripsi ini bermanfaat bagi masyarakat umumnya dan bagi penulis khususnya, anak dan keturunan penulis kelak. Aamiin.

Bandar Lampung, Februari 2018
Penulis

Sindy Elisvi

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR ISI ..... **i**
DAFTAR TABEL ..... **iii**
DAFTAR GAMBAR ..... **v**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **vi**

I. PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang dan Masalah 1
1. Latar Belakang 1
2. Identifikasi Masalah 5
3. Pembatasan Masalah 5
4. Rumusan Masalah 6
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian 6
1. Tujuan Penelitian 6
2. Manfaat Penelitian 7
C. Ruang Lingkup Penelitian 8
D. Kerangka Pikir 7
E. Hipotesis 11

II. KAJIAN PUSTAKA **13**
A. Konsep Dasar Bimbingan Kelompok 13
1. Pengertian Bimbingan Kelompok 13
2. Tujuan Bimbingan Kelompok 14
3. Asas-asas Bimbingan Kelompok 15
4. Komponen Bimbingan Kelompok 17
5. Dinamika Bimbingan Kelompok 18
6. Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok 18
B. Manajemen Diri dalam Belajar 21
1. Manajemen Diri dalam Bimbingan dan Konseling 21
2. Konsep Dasar Manajemen Diri dalam belajar 22
a. Definisi Manajemen Diri dalam Belajar 22
b. Aspek-Aspek Manajemen Diri dalam Belajar 24
c. Faktor-faktor Manajemen Diri dalam Belajar 28

3. Ciri-Ciri Manajemen Diri 31
C. Keefektifan Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Siswa..... 34

III. METODE PENELITIAN 37
A. Tempat dan Waktu Penelitian 37
B. Metode Penelitian 37
1. Desain Penelitian 38
2. Subjek Penelitian 39
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel 39
1. Variabel Penelitian 39
2. Definisi Operasional Variabel 40
D. Metode Pengumpulan Data 41
1. Observasi Manajemen Diri Dalam Belajar..... 41
2. Angket manajemen Diri Dalam Belajar 44
E. Uji Validitas dan Uji Reabilitas .....
1. Uji Validitas Instrumen 47
2. Uji Reliabilitas..... 52
F. Teknik Analisis Data 54

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN..... 56
A. Hasil Penelitian. 56
1. Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok..... 56
2. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok..... 60
3. Hasil Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok 61
4. Data Skor Subyek Sebelum dan Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok (*Pretest* dan *Posttest*) 66
5. Uji Hipotesis 85
6. Pembahasan..... 86

V. KESIMPULAN DAN SARAN 99
A. Kesimpulan 99
1. Kesimpulan Statistik 99
2. Kesimpulan Penelitian 99
B. Saran..... 100

DAFTAR PUSTAKA 101

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

3.1 Kisi-kisi Lembar Observasi..... 42

3.2. Kriteria skor manajemen diri dalam belajar (Observasi)..... 44

3.3 Kategori jawaban angket manajen diri dalam belajar..... 45

3.4 Kisi-kisi angket manajemen diri dalam belajar 45

3.5 Kriteria manajemen diri dalam belajar (angket) 47

3.6 perhitungan validias Aiken's V (Observasi)..... 49

3.7 Perhitungan validitas Aiken'V (angket)..... 51

3.8 Kriteria reabilitas..... 53

4.1 kriteria manajemen diri dalam belajar..... 57

4.2 Data siswa (angket)..... 57

4.3 Kriteria manajemen diri dalam belajar (lembar Observasi)..... 59

4.4. Data *Pretest (pre-Observation*) siswa sebelum diberikan perlakuan .. 59

4.5 Jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian 60

4.6 Perbandingan antara *pretest-postest*..... 66

4.7 Perubahan manajemen diri dalam belajar AFA setelah layanan bimbingan kelompok 69

4.8 Perubahan manajemen diri dalam belajar AP setelah layanan bimbingan kelompok 72

4.9 Perubahan manajemen diri dalam belajar EMI setelah layanan bimbingan kelompok. 75

4.10 Perubahan manajemen diri dalam belajar JA setelah layanan bimbingan kelompok..... 77

4.11 Perubahan manajemen diri dalam belajar KHY setelah layanan bimbingan kelompok..... 80

4.12 Perubahan manajemen diri dalam belajar MS setelah layanan bimbingan kelompok..... 83
4.13 Analisis penelitian menggunakan uji *Wilcoxon*..... 85

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1.1 Kerangka pemikiran penelitian 11

3.1 Pola *One Group Pretest-Posttest Design*..... 38

4.1 Perbandingan skor hasil pre test dan post test..... 67

4.2 Grafik perubahan manajemen diri dalam belajar AFA 70

4.3 Grafik perubahan manajemen diri dalam belajar AP 73

4.4 Grafik perubahan manajemen diri dalam belajar EMI 76

4.5 Grafik perubahan manajemen diri dalam belajar JA..... 78

4.6 Grafik perubahan manajemen diri dalam belajar KHY..... 81

4.7 Grafik perubahan manajemen diri dalam belajar MS..... 84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Kisi-kisi angket dan observasi manajemen diri dalam belajar 103
2. Lembar observasi dan angket manajemen diri..... 105
3. Laporan hasil uji Ahli Instrumen 109
4. Hasil validitas rumus Aiken's V..... 120
5. Laporan hasil uji coba (observasi) 126
6. Laporan hasil uji coba (angket)..... 129
7. Data penjaringan subjek..... 134
8. Jadwal kegiatan penelitian 135
9. Hasil *Pretest*..... 136
10. Hasil *Posttest*..... 137
11. Hasil *Pretest dan Posttest* perpertemuan..... 138
12. Hasil *Uji Wilcoxon*..... 141
13. Tabel Distribusi R..... 142
14. Hasil *presentase* peningkatan masing-masing subjek..... 144
15. Modul pelaksanaan bimbingan kelompok 146
16. Satuan layanan bimbingan 160
17. Foto kegiatan bimbingan kelompok..... 172
18. Surat izin penelitian
19. Surat balasan dari sekolah penelitian

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

1. Latar Belakang

Pendidikan merupakan proses yang penting untuk mencapai tujuan dan cita-cita pribadi individu. Secara filosofis pendidikan menggambarkan suatu proses yang melibatkan berbagai faktor dalam mencapai kehidupan yang bermakna, baik bagi diri sendiri maupun masyarakat pada umumnya. Pendidikan di suatu negara tentu berbeda-beda, dalam kontribusi pendidikan yang ada di Indonesia yaitu tercantum dalam undang-undang No. 20 tahun 2003 bab II pasal 3 yang berbunyi sebagai berikut :

> *"Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggungjawab. (Sisdiknas, 2006: 5)".*

Berdasarkan undang-undang tersebut maka pendidikan menjadi hal yang penting untuk mewujudkan cita-cita bangsa. Dalam keseluruhan proses pendidikan khususnya di sekolah, aktivitas belajar merupakan kegiatan yang paling pokok hal ini berarti bahwa berhasil atau tidaknya pencapaian

tujuan pendidikan tergantung dari proses belajar yang dilakukan oleh siswa sebagai peserta didik.

Menurut Syah (dalam Setiani, 2014) belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif, pada kenyataannya banyak siswa yang masih menganggap remeh tentang pentingnya belajar, baik di sekolah maupun dirumah, hanya saja untuk belajar secara konsisten tidaklah semudah yang dikira diperlukannya kesadaran dari diri siswa tentang pentingnya belajar. Oleh karena itu pelajar ataupun mahasiswa perlu memiliki mananjemen diri dalam belajar berkualitas atau tidaknya belajar siswa sangat dipengaruhi oleh faktor keluarga, lingkungan, sekolah dan bakat siswa itu sendiri, yang paling pokok kedisiplinan atau kesadaran dari siswa sendiri yaitu manajemen diri.

Menurut Dembo (2004: 14) manajemen diri dalam belajar adalah strategi-strategi yang digunakan siswa untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, yang meliputi strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial), strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha), dan strategi belajar cara belajar (belajar dari buku bacaan, belajar dari guru, mempersiapkan diri untuk ujian, dan menjalani ujian).

Ketika seorang siswa memiliki manajemen diri yang tinggi dalam belajar siswa tersebut akan mampu mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam belajar, dengan kata lain manajemen diri dalam belajar

merupakan suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana individu mengarahkan pengubahan perilakunya sendiri untuk belajar.

Berdasarkan studi pendahuluan di SMP IT Nurul Ilmi Bandar Lampung, menggunakan alat ungkap masalah (AUM) presentasi masalah tertinggi yaitu terjadi pada bidang pendidikan dan pelajaran dengan jumlah masalah sebanyak 9 masalah yaitu 9% siswa menunda-nunda menyelesaikan pekerjaan rumah (PR) yang diberikan guru, 12% siswa sering malas belajar, 8% siswa kurang dapat memusatkan perhatian dalam mengikuti pelajaran, 13% siswa merasa sering menganggu dan diganggu sewaktu pelajaran berlangsung, 20% siswa kurang suka membaca buku pelajaran, 10% siswa tidak tau bagaimana cara belajar yang baik, 12% siswa kesulitan dalam memahami isi buku, 20% siswa sering kali tidak siap menghadapi ujian dan 20% siswa merasa sulit untuk belajar kembali di rumah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang di temukan di SMP IT Nurul Ilmi Aini sesuai dengan pendapat Dembo (2004: 16) seseorang yang memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah adalah belum mampu mengatur waktu belajar, tidak memiliki semangat dalam belajar, susah menata konsentasi dalam belajar, tidak memahami cara belajar dari buku dan kurang siap mengikuti ujian.

Rendahnya manajemen diri dalam belajar tidak hanya menjadi tanggung jawab guru bidang studi tetapi juga menjadi tanggung jawab konselor sekolah selaku guru pembimbing disekolah yaitu memberikan layanan

bimbingan dan konseling. Menurut Winkel (2004: 543) salah satu tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu untuk menjadi insan yang dapat mengatur dan mengelola dirinya dengan baik yang meliputi pikiran, perasaan dan tingkah laku untuk dapat memperoleh apa yang ingin dicapai yaitu keberhasilan dalam belajar.

Oleh karenanya peneliti akan meneliti siswa yang masih memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah dengan pemberian layanan bimbingan kelompok, layanan bimbingan kelompok diasumsikan tepat dalam membantu meningkatkan manajemen diri dalam belajar karena layanan bimbingan kelompok digunakan sebagai media dalam upaya membimbing individu yang memerlukan bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Menurut Winkel (2004: 543) bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok.

Dengan bimbingan kelompok siswa mendapat berbagai informasi, dapat saling berinteraksi antar anggota, berbagi pengalaman, pengetahuan, gagasan, ide-ide yang diharapkan dapat menyelesaikan masalahnya, diharapkan siswa nantinya mampu mengatur dan mengelola dirinya sendiri seperti kemampuan manajemen diri dalam belajar yang baik terutama dalam belajar.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang. “penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung”.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka dapat dirumuskan permasalah sebagai berikut:

a. Terdapat siswa kurang dapat memusatkan perhatian dalam mengikuti pelajaran.
b. Terdapat siswa merasasa sering menganggu dan diganggu sewaktu pelajaran berlangsung.
c. Terdapat siswa yang mengantuk dikelas saat proses KBM berlangsung.
d. Banyaknya siswa yang belum mengatur waktu belajarnya.
e. Ditemukan siswa yang mengerjakan pekerjaan rumah (PR) di sekolah.
f. Terdapat siswa yang tidak mencatat dikelas.
g. Terdapat siswa yang tidak memperhatikan guru dikelas.

3. Pembatasan Masalah

Agar tidak terjadi penyimpangan yang tidak diinginkan dalam penelitian ini, maka peneliti membatasi masalah mengenai “Penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar pada siswa di kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah dalam penelitian ini, maka masalahnya adalah manajemen diri yang rendah. Adapun permasalahannya dapat dirumuskan sebagai berikut : “apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan manajemen diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai peneliti dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan manajemen diri dalam belajar melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung.

2. Manfaat Penelitan

a. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan kajian bimbingan dan konseling di sekolah terutama terkait dengan penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar siswa.

b. Manfaat Praktis

Memberikan data empiris tentang peningkatan manjemen diri menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar lampung.

1) Hasil dari penelitian ini diharapkan sebagai masukan atau acuan bagi sekolah terutama guru bimbingan dan konseling dalam peningkatan manajemen diri dalam belajar menggunakan layanan konseling kelompok pada siswa, sehingga nantinya dapat menunjang efektivitas dari layanan yang diberikan tersebut.
2) Mengenalkan secara langsung layanan bimbingan kelompok kepada siswa bahwa dengan kegiatan tersebut dapat membantu siswa untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar

C. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Objek penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini adalah peningkatan manajemen diri dalam belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok

2. Ruang lingkup subjek penelitian

Ruang lingkup subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung.

3. Ruang Lingkup tempat dan waktu penelitian

Penelitian di lakukan di kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017.

D. Kerangka Pikir

Belajar adalah suatu kegiatan yang kita lakukan untuk memperoleh sejumlah ilmu pengetahuan, dalam proses belajar dibutuhkan pengaturan yang baik agar siswa mampu melaksanakan kegiatan belajar secara efektif. Seseorang

dikatakan memiliki manajemen diri dalam belajar yang baik apabila memahami faktor yang mempengaruhi manajemen diri dalam belajar seperti faktor yang pertama adalah perhatian terhadap waktu dimana siswa bisa tau kapan harus memulai belajar kapan harus mengakhiri belajar, selain itu lingkungan kelas juga menjadi faktor dari manajemen diri karena kondisi kelas yang kondusif dapat menumbuhkan konsentrasi bagi siswa, faktor lainya adalah tingkat pendidikan dimana pengalaman dalam pendidikan yang dimulai sejak kecil bisa menunjukan bagaimana seseorang mengatur dirinya dalam belajar artinya siswa mulai memahami strategi-strategi yang harus di miliki apabila ingin berhasil dalam belajar dan faktor lingkungan sekitar yang mendukung manajemen diri dalam belajar anak meningkat seperti dukungan dari guru dimana guru ikut memberikan *reward* kepada setiap anak yang bisa menjawab pertanyaan guru, mengumpulkan PR tepat waktu dan menghukum anak yang enggan mengerjakan tugas maupun PR, serta dukungan dari orang tua dimana orang tua memberikan waktu untuk anak menyelesaikan semua urusan belajar di rumah. Selain itu menurut Dembo (2004: 4) ketika seorang siswa memiliki manajemen diri yang tinggi dalam belajar, siswa tersebut akan mampu mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam belajar, yang meliputi

a. Strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial)
b. Strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha)
c. Strategi belajar cara belajar (belajar dari buku bacaan, belajar dari guru, mempersiapkan diri untuk ujian, dan menjalani ujian).

Namun fakta nya di SMP IT Nurul Ilmi Aini masih banyak siswa yang memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah yaitu masih terdapat siswa yang mengantuk dan enggan memperhatikan guru, masih banyak siswa yang menunda-nunda mengerjakan PR bahkan ada yang tidak mengumpulkan tugas yang diberikan guru, terdapat siswa yang tertidur saat guru menjelaskan didepan kelas, terdapat siswa yang selalu telat datang kesekolah dan mereka mengaku lebih sibuk membantu orang tua bekerja sehingga sering kali lupa mengerjakan PR, sering kali tidak mengulas kembali pelajaran di rumah dan selalu cemas menjelang ujian. Sehingga munculah masalah ketidakteraturan dalam belajar siswa, rendahnya manajemen diri dalam belajar terlihat dari ketidakberhasilan siswa dalam mencapai tujuan pendidikan antara lain mengedukasi diri sendiri, mengatur hidup sendiri, kurang mampu mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya.

Rendahnya manajemen diri dalam belajar siswa bukan hanya menjadi tanggung jawab guru bidang studi tetapi guru bimbingan dan konseling juga ikut berperan penting dalam meningkatkan manajemen diri dalam belajar siswa. Oleh karena itu untuk membantu siswa belum memiliki manajemen diri yang baik peneliti akan memberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Menurut Winkel (2004: 543) bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok.

Nantinya dalam penelitian ini siswa yang memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah diberikan *treatment* bimbingan kelompok, di setiap pertemuan bimbingan kelompok pemimpin kelompok memberikan topik-topik bahasan mengenai bagaimana memanajemen diri dalam belajar yaitu mengatur waktu belajar, mengatur lingkungan dalam belajar, menentukan tujuan dalam belajar, dan memahami strategi belajar dari buku dan guru dan memahami strategi belajar sebelum ujian. Hal ini di harapkan manajemen diri dalam belajar siswa dapat meningkat melalui layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok dianggap mampu mengatasi permasalahan manajemen dalam belajar siswa sesuai dengan hasil penelitian sebelumya.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Supriyati (2013) menyatakan bahwa ada peningkatan *self management* siswa sebesar 72,32 % setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

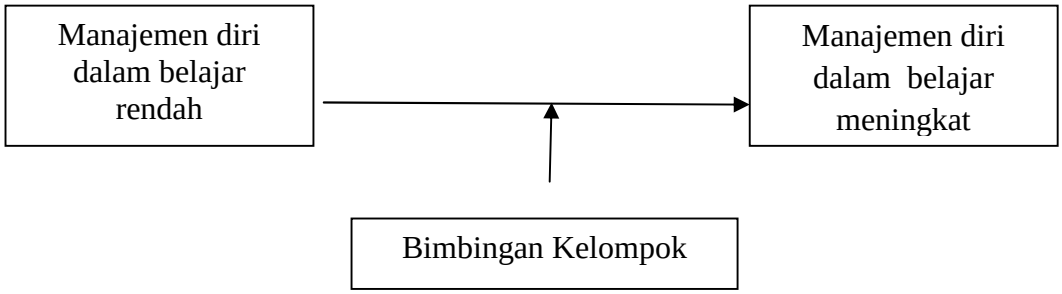
Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Setiani (2014) menyatakan bahwa ada peningkatan konsentrasi belajar siswa ditandai dengan adanya peningakatan 27,5% setelah layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Rismanto (2016) menyatakan bahwa ada peningakatan *self management* menggunakan bimbingan kelompok teknik *modelling* ditandai dengan adanya peningakatan sebesar 40% setelah pemberian layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan penelitian oleh Mufidah (2012) menyatakan adanya peningakatan minat belajar siswa melalui layanan bimbingan kelompok teknik dikusi ditandai dengan peningakatan sebesar 48% setelah *treatment.*

Beberapa hasil penelitian terdahulu yang tercantum di atas mengenai manajemen diri dalam belajar dan bimbingan kelompok, maka dapat dijadikan acuan untuk mengadakan penelitian dengan asumsi bahwa manajemen diri dalam belajar dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

Secara sederhana bisa di gambarkan sebagai berikut :



Gambar 1.1 kerangka pikir

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, yang diajukan oleh peneliti dan dijabarkan dari landasan atau kajian teori dan masih harus diuji kebenaranya melalui data empiris yang terkumpul. Dalam penelitian ini jika menggunakan layanan bimbingan kelompok maka diharapakan siswa mengalami peningkatan manajemen diri dalam belajarnya. Hipotesis statistik dapat dirumuskan sebagai berikut :

Ho : Manajemen diri dalam belajar tidak dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok dikelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

Ha : Manajemen diri dalam belajar dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok dikelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

II. KAJIAN PUSTAKA

Landasan teori adalah teori-teori yang relevan yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang variabel yang akan diteliti. Dengan demikian dalam penelitian ini diperlukan teori-teori yang mendukung variabel yang akan diteliti. akan dibahas mengenai :konseling kelompok dan manajemen diri dalam belajar

A. Konsep Dasar Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan kelompok

Menurut Prayitno (2004: 1) bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing anggota-anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbgai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi, bimbingan kelompok disini membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok.

Menurut Winkel (2004: 543) bimbingan kelompok mengupayakan perubahan sikap dalam perilaku secara tidak langsung, melalui penyampaian informasi yang menekankan pengolahan kognitif oleh para peserta sehingga mereka dapat menerapkan sendiri suatu pengolahan kognitif tentang informasi yang diberikan kepada anggota kelompok .

Wibowo (2005: 17) menyatakan bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.

Berdasarkan definisi di atas dapat di simpulan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan penyelesaian masalah dengan cara berkelompok melalui dinamika kelompok dimana pemimpin kelompok memberikan topik di dalam kelompok tersebut lalu mereka sendiri memecahkan permasalahan mereka melalui anggota kelompok lainya dan mendapatkan tujuan yang sama yaitu pemecahan masalah baik dari bidang belajar, sosial , pribadi dan karir, bimbingan kelompok juga bisa menjadi wadah seseorang mendapatkan informasi dari permasalahan yang bisa dijadikan pembelajaran untuk diri sendiri.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004: 3) tujuan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari konselor sekolah sebagai narasumber yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari baik sebagai individu maupun pelajar dan masyarakat, tujuan bimbingan kelompok dapat dibagi menjadi dua, yaitu tujuan secara umum dan tujuan secara khusus.

a. Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan manajemen diri dalam belajar peserta layanan.

b. Tujuan khusus layanan bimbingan kelompok bermaksud membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan manajemen diri dalam belajar ditingkatkan, dengan demikian, selain dapat membuahkan hubungan yang baik di antara anggota kelompok, kemampuan manajemen diri dalam belajar, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, juga dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal diinginkan sebagimana terungkap di dalam kelompok.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat di simpulkan bahwa tujuan dari bimbingan kelompok terbagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus, tujuan umum lebih kepada komunikasi, anggota kelompok yang berkembang melalui dinamika kelompok sedangkan tujuan khususnya lebih kepada pembahasan topik-topik untuk membantu mendorong pengembangan tingkah laku, manajemen diri dalam belajar anggota kelompok dan pemahaman suatu informasi yang di bahas dalam bimbingan kelompok

3. Asas-asas bimbingan kelompok

Prayitno (2004: 13-15) menyatakan asas-asas dalam bimbingan kelompok, yaitu:(1) Asas kesukarelaan, (2) asas keterbukaan (3) asas kenormatifan (4) asas kegiatan, (5) asas kenormatifan, (6) asas kerahasian.

a. Asas kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atu pemimpin kelompok.
b. Asas keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
c. Asas kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
d. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.
e. Asas kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.

Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Asas-asas yang ditekankan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok antara lain adalah asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, kenormatifan dan kegiatan, dimana asas-asas ini juga di sampaikan dalam proses bimbingan kelompok agar anggota kelompok memahami norma-norma yang ada di dalam bimbingan kelompok.

4. Komponen Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004: 4) bimbingan kelompok ada komponen–komponen yang harus diketahui sehingga bimbingan kelompok dapat berjalan, komponen bimbingan kelompok yaitu.

a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling professional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki ketrampilan khusus menyelengarakan bimbingan kelompok secara khusus, PK diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok antara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dalam bimbingan kelompok.

b. Anggota Kelompok

Tidak semua kumpulan atau individu dapat dijadikan anggota bimbingan kelompok. Untuk terselengaranya bimbingan kelompok seorang konselor harus membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut di atas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok.

Sebaiknya jumlah kelompok tidak terlalu besar dan tidak terlalau kecil. Ketidakefektifan kelompok akan terasa jika jumlah kelompok melebihi sepuluh orang.

5. Dinamika Kelompok

Dalam kegiatan bimbingan kelompok dinamika kelompok sengaja ditumbuh kembangkan, karena dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerja sama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Hubungan interpersonal ini yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan diantara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung dan cenderung untuk membentuk hubungan yang berarti dan bermakna di dalam kelompok.

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa komponen-komponen yang ada dalam bimbingan kelompok ialah pemimpin kelompok, anggota kelomok serta dinamika kelompok, pemimpin kelompok berperan sebagai fasilitator untuk anggota kelompok dalam menghidupakn suasana dan kegiatan dalam kelompok melalui dinamika kelompok

6. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ada beberapa tahap yang harus dilaksanakan. Prayitno (2004: 18-26) mengemukakan tahap-tahap dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu:

a. Tahap pembentukan (awal)

   Tahap ini tahap pengenalan dan keterlibatan anggota kedalam kelompok dengan tujuan agar anggota kelompok memahami maksud bimbingan klelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan

anggota kelompok aktif berperan dalam kegiatan bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya, kegiatan dilakukan pada tahap ini adalah pengungkapan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan kelompok menjelaskan cara-cara dan azas kegiatan kelompok anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dan melakukan permainan keakraban.

b. Tahap Peralihan

Tahap ini transisi dari pembentukan ketahap kegiatan, dalam menjelaskan kegiatan apa yang harus dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok yaitu tugas dan bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keraguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakkan topik untuk dibahas oleh kelompok, kemudian tejadi tanya jawab antara anggota kelompok dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas mengenai topik yang akan dikemukakan oleh pemimpin kelompok, selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh

kelompok kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan, sedangkan untuk bimbingan kelompok topik bebas, kegiatan yang akan dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan, menetapkan topik yang akan dibahas dulu, kemudian anggota membahas secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.

Dalam penelitian ini peneliti dalam bimbingan kelompok menggunakan topik tugas dimana nantinya pemimpin kelompok mengemukakan topik-topik yang akan di bahas dalam bimbingan kelompok terkait dengan manajemen diri dalam belajar.

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*Follow Up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (*reinforcemen*t) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin kelompok dan anggota mengemukakan pesan dan kesan dari hasil

kegiatan, membahas kegiatan lanjutan dan kemudian mengemukakan pesan dan harapan.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat di simpulkan bahwa tahapan-tahapan yang ada di dalam layanan bimbingan kelompok terbagi menjadi tahap pembukaan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran, dimana di setiap tahap-tahap bimbingan kelompok anggota kelompok di ajak untuk memahami bagaimana alur dalam kegiatan bimbingan kelompok ini berguna agar anggota kelompok dapat mengikuti kegiatan dengan efektif.

B. Manajemen Diri dalam belajar

1. Manajemen Diri dalam Bimbingan dan Konseling

Kegiatan bimbingan dan konseling secara keseluruhan mencakup empat bidang yaitu bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar dan bimbingan karier. Penelitian ini membahas manajemen diri dalam belajar siswa yang menyangkut pada layanan bimbingan dan konseling pada bimbingan belajar. Bimbingan belajar adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa untuk dapat membentuk kebiasaan belajar yang baik, mengembangkan rasa ingin tahu dan menumbuhkan motivasi untuk mengembangkan ilmu pengetahuan.

Menurut Rahman (dalam Anik, 2013) secara rinci materi pokok bimbingan belajar antara lain:

a) Pemantapan sikap dan kebiasaan belajar secara efektif dan efisien.

b) Pengembangan kemampuan membaca dan menulis (meringkas) secara cepat.
c) Pemantapan penguasaan materi pelajaran di sekolah berupa remedial atau pengayaan.
d) Pemahaman tentang pemanfaatan teknologi (komputer, internet dan lain-lain) bagi pengembangan ilmu pengetahuan.
e) Pemanfaat kondisi fisik, sosial dan budaya bagi pengembangan pengetahuan.
f) Pemahaman tentang pemanfaatan perpustakaan.
g) Orientasi belajar di perguruan tinggi (jenjang pendidikan) lebih tinggi.

Jadi, materi pokok dalam bimbingan belajar diatas adalah materi yang harus dicapai dalam rangka menyiapkan siswa untuk melanjutkan pendidikan ketingkat yang lebih tinggi dan berperan serta dalam kehidupan masyarakat, manajemen diri dalam belajar sangat dibutuhkan peserta didik untuk mencapai materi pokok diatas dengan baik.

2. Konsep Dasar Manajemen Diri Dalam Belajar

a. Definisi Manajemen Diri dalam Belajar

Belajar dengan teratur merupakan pedoman mutlak yang tidak bisa diabaikan oleh seseorang yang menuntut ilmu disekolah atau di perguruan tinggi. Betapa tidak, karena banyaknya bahan pelajaran yang harus dikuasai, menuntut pembagian waktu yang sesuai dengan kedalaman dan keluasan bahan ajar oleh sebab itu mahasiswa ataupun pelajar hendaknya memiliki manajemen diri yang baik dalam belajar

Adapun pengertian manajemen diri dalam belajar dikemukakan oleh beberapa ahli sebagai berikut:

Menurut Gie (2000: 72) Manajemen diri berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.

Sama halnya yang di kemukakan oleh. Kanfer (dalam Woolfolk, 2004) menyatakan bahwa tujuan dari dunia pendidikan adalah menghasilkan orang-orang yang mampu untuk mengedukasi diri sendiri, sehingga pelajar harus mampu untuk mengatur hidup sendiri, mengatur tujuan, dan menyediakan penguat untuk diri sendiri, kehidupan yang penuh dengan tugas-tugas menuntut dibutuhkannya kemampuan untuk melakukan manajemen diri.

Berdasarkan pernyataan kedua ahli diatas manajemen diri lebih kearah bagaimana seseorang bisa mengelolah perilakunya dan pikiran nya ketika melakukan kegiatan sehari-hari dan juga kegiatan belajarnya, bagaimana seseorang bisa mendisiplinkan dirinya untuk mencapai hal-hal yang baik.

Berbeda dengan pernyataan Komalasari, (2011: 180) manajemen diri adalah strategi perubahan tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh klien sendiri dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri.

Berpijak dari dari beberapa definisi diatas diketahui bahwa manajemen diri dalam belajar merupakan ketrampilan individu dalam mengarahkan pengubahan tingkah lakunya sendiri atas rasa tanggung jawab untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajarnya.

Sesuai penjelasan Dembo (2004: 14) Manajemen diri adalah strategi-strategi yang digunakan para siswa untuk mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, yang meliputi strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial), strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha), dan strategi belajar cara belajar (metode belajar yang cocok, penggunaan waktu yang baik dan pengaturan performansi dalam belajar).

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa manajemen diri dalam belajar adalah keterampilan untuk mengatur hidup sendiri, mengatur tujuan, menyediakan penguatan untuk diri sendiri dalam hal belajarnya mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, yang meliputi strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial), strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha), dan strategi belajar cara belajar (metode belajar yang cocok, penggunaan waktu yang baik dan pengaturan performansi dalam belajar).

b. Aspek-Aspek Manajemen Diri dalam Belajar

Menurut Gie (2000: 78) ada sekurang-kurangnya 4 aspek bentuk perbuatan manajemen diri dalam belajar bagi siswa yaitu:

1) Pendorongan diri.

Syarat pertama seorang siswa untuk mencapai tujuan pendidikannya ialah pendorongan diri. Menurut Gie (2000: 78) mengemukakan pendorongan diri adalah dorongan batin dalam diri seseorang yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang didambakan.

Suatu dorongan batin akan kuat kalau timbul dalam diri sendiri tanpa dorongan dari orang lain atau hal luar menurut Gie (2000: 78) dorongan yang kuat untuk belajar pada diri seorang siswa misalnya pada kesenangan membaca, keingin tahuan terhadap pengetahuan baru, dan hasrat pribadi untuk maju. Hal tersebut dapat diatasi dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok karena dalam bimbingan kelompok siswa akan memperoleh pengetahuan baru yang sebelumnya belum pernah didapatkan. Siswa juga dapat saling bertukar pikiran, pendapat dengan anggota kelompok yang lain sehingga memacu individu untuk berkembang, motivasi diri yang paling besar berasal dari diri individu itu sendiri karena diri sendirilah yang akan menentukan terbentuk atau tidaknya manajemen diri dalam belajar.

2) Penyusunan Diri

Menurut Gie (2000: 78) menyatakan bahwa penyusunan diri adalah bagaimana seseorang bisa mengaturan diri sendiri dalam belajar dan kegiatan sehari-hari dan belajarnya, misalnya penyimpanan semua dokumen pribadi (dari akte kelahiran, ijazah, dll) dalam berkas-

berkas tertentu yang ditaruh pada suatu tempat tertentu pula. Bisa dikatakan juga pengorganisasian diri merupakan suatu usaha dalam mengatur dan mengurus segala hal yang menyangkut pikiran, waktu, tempat, benda, dan sumber daya lainnya yang menunjang pembentukan manajemen diri, apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien.

3) Pengendalian Diri.

Menurut Gie (2000: 79) pengendalian diri adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat mengikis keseganan, dan mengarahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Memang, kecenderungan bermalas-malasan, keinginan mencari gampangnya, keseganan berjerih payah melakukan konsentrasi, kebiasaan menunda-nunda pelaksanaan tugas, belum lagi berbagai gangguan perhatian lainnya seperti acara televisi, iklan film, atau ajakan teman senantiasa menghinggapi kebanyakan siswa, semuanya itu hanya bisa ditangkis atau dilawan dengan pengendalian diri.

Adanya pengendalian diri yang kuat tentunya akan muncul sebuah tekad atau keinginan yang kuat untuk melaksanakan apa yang harus dikerjakan, keinginan yang kuat akan memacu munculnya semangat untuk bisa memperoleh apa yang ingin dicapainya. Pengendalian diri yang kuat juga bisa memberikan penguatan diri pada individu agar bisa menghindari dirinya pada hal-hal yang tidak penting dan lebih

mengutamakan apa yang menjadi prioritasnya yaitu sebagai seorang siswa adalah belajar.

Salah satu fungsi dari bimbingan kelompok adalah fungsi pengembangan dimana siswa dapat mengembangkan tekad dan tenaganya. Individu mengembangkan segenap aspek yang bervariasi dan komplek sehingga tidak dapat berdiri sendiri dengan kegiatan konseling kelompok tiap anggota dapat saling bantu membantu.

4) Pengembangan Diri.

Menurut Gie (2000: 80) mengemukakan bahwa pengembangan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumberdaya pribadi dalam diri seorang siswa, yaitu:

a) Kecerdasan pikiran: untuk menambah kearifan pengetahuan dan ketrampilan yang berguna dalam hidup.
b) Watak kepribadian: untuk membina budi yang luhur dan perilaku yang susila.
c) Rasa kemasyarakatan: untuk menumbuhkan hasrat memajukan masyarakat dan membantu orang lain yang kurang beruntung dalam kehidupan.
d) Untuk memelihara kesehatan jasmani maupun kesejahteraan rohani,

tujuan umum dalam bimbingan kelompok adalah melatih kemampuan bersosialisasi siswa terutama kemampuan

berkomunikasi sehingga dapat menambah kearifan pengetahuan siswa, dan melatih siswa untuk berkomunikasi dengan anggota kelompok lainnya.

Berdasarkan keempat aspek manajemen diri dalam belajar tersebut dapat disimpulkan bahwa manajemen diri dalam belajar terbentuk dari adanya sikap pendorongan diri, pengendalian diri, penyusunan diri, dan pengembangan diri, adanya sikap pendorongan diri maka seseorang bisa memotivasi diri sendiri dalam belajarakan dan menumbuhkan minat dan keinginan keras untuk belajar, adanya sikap penyusunan diri dalam manajemen diri maka individu tersebut bisa menentukan apa saja hal yang akan di capai dan apa saja hal yang ingin di tingkatkan baik dalam bidang belajar maupun kegiatan sehari-hari, pengendalian diri itu maksudnya kita bisa memanajemen diri kita dalam belajar kita tau kapan *on fire* muncul, kapan harus istirahat ketika belajar dan kapan harus berkonsentrasi penuh dalam hal belajar dan sikap pengembangan diri kita bisa menyempurnakan kekurangan dalam memanajemen diri misalnya belajar teratur dan tidak terus-terusan begadang untuk menjaga pikiran dan kesehatan badan.

c. Faktor-Faktor Manajemen Diri dalam Belajar

Mahasiswa dan pelajar yang ingin memiliki manajemen diri yang baik hendaknya mengetahui apa saja faktor-faktor yang harus mereka kenali agar memiliki manajemen diri yang baik. Adapun faktor-faktor yang

mempengaruhi Manajemen diri dalam belajar menurut Dembo (2004: 14) adalah :

a. Faktor personal dan sosiokultural

   Faktor personal meliputi bagaimana pola belajar di tingkat pendidikan sebelumnya dapat dibawa sampai pendidikan selanjutnya seperti pola 21 belajar sekolah menengah pertama dapat dibawa sampai masa sekolah menengah atas, dan hal ini dapat mempengaruhi bagaimana motivasi, perilaku, dan kelangsungan studi siswa. Faktor sosiokultural seperti level sosioekonomi, tingkat pendidikan orang tua, dan harapan orang tua dapat mempengaruhi motivasi dan perilaku siswa.

b. Faktor lingkungan kelas

   Faktor di lingkungan kelas meliputi tugas yang diberikan (ulangan harian ulangan semester, ujian kenaikan kelas), perilaku instruktur (dukungan yang diberikan kepada siswa), dan metode instruksional (pembentukan kelompok belajar di dalam kelas baik sesama etnis atau dengan etnis lain, tutor) akan mempengaruhi bagaimana perilaku siswa di dalam kelas. Bukan hanya lingkungan kelas yang mempengaruhi motivasi pelajar, melainkan tanggung jawab siswa terhadap diri sendiri juga penting.

c. Faktor internal

   Faktor internal meliputi tujuan, kepercayaan, perasaan dan persepsi pelajar; yang akan berpengaruh terhadap motivasi di dalam melakukan academic self-management, misalnya jika siswa

menghargai sebuah tugas dan menganggap siswa dapat menguasainya, maka siswa cenderung menggunakan strategi belajar yang berbeda, berusaha lebih keras, dan bertahan sampai tugas terselesaikan.

Manajemen diri dalam belajar juga tidak terlepas dari adanya faktor-faktor di dalamnya Jawwad (2007: 25-36) faktor-faktor internal yang mempengaruhi adalah sebagai berikut :

a) Perhatian Terhadap Waktu
b) Kondisi Sosial
c) Tingkat Kondisi Ekonomi.
d) Tingkat Pendidikan

Berdasarkan pernyataan di atas dapat di simpulkan bahwa seseorang yang ingin memiliki manajemen diri yang baik dalam belajar hendaknya mengetahui apa saja faktor-faktor pendukungnya seperti faktor personal dan sosiokultural, faktor lingkungan kelas dan dan faktor internal ada juga faktor lain seperti faktor manajemen diri dalam belajar yang pertama adalah perhatian terhadap waktu ,kita bisa tau kapan harus memulai belajar kapan harus mengakhiri belajar, selain itu kondisi sosial juga menjadi faktor dari manajemen diri karena apabila kondisi sosial seseorang baik, tentunya dia bisa memiliki kemampuan manajemen diri dalam belajar yang baik, faktor lainya ada tingkat kondisi ekonomi maksudnya individu bisa mengatur semua keperluanya dan memenuhi kebutuhan demi mencapai tujuan yang baik , tingkat pendidikan bisa menunjukan bagaimana seseorang mengatur dirinya dalam belajar,

individu yang memiliki manajemen diri yang baik dalam belajar tentunya memerlukan pengalaman dalam pendidikan yang dimulai sejak kecil dan lingkungan sekitar maksudnya bagaimana individu tersebut bisa mengatur dirinya dengan baik karena proses pengalaman yang di dapat dari lingkungan sekitarnya. Faktor –faktor tersebut satu sama lainnya saling berkaitan sehingga munculnya salah satu faktor yang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.

3. Ciri-Ciri Manajemen Diri dalam Belajar

Dembo (2004: 16) menyatakan ciri-ciri individu yang memiliki manajemen diri yang tinggi, secara lebih jelas dikemukakan oleh yang meliputi:

a. Mengatur strategi perilaku dalam belajar

Strategi perilaku adalah bagaimana individu bisa memanajemen waktu dengan baik dimana tujuan dari manajemen waktu untuk memastikan kalau semua tugas penting telah terlaksana dan strategi perilaku yang selanjutnya adalah pengaturan lingkungan fisik dan sosial manajemen dari lingkungan sosial meliputi kemampuan untuk menentukan kapan pelajar harus bekerja sendiri atau dengan orang lain, atau kapan waktunya untuk mencari bantuan dari instruktur, tutor, teman sebaya dan sumber nonsosial seperti buku referensi, buku bacaan tambahan, atau internet. Ketika seseorang mulai memanajemen dirinya dia akan mengatur perilaku dalam belajarnya seperti mengatur pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupanya sehingga tercapai efisiensi dalam belajarnya.

b. Menyususn strategi motivasi dalam belajar

Strategi motivasi dalam belajar meliputi penyusunan tujuan dimana penyusunan ini dapat bersifat jangka pendek, jangka panjang maupun jangka panjang sekali, Tujuan membantu pelajar untuk menjadi waspada (*aware*) terhadap nilai dan menentukan apa yang ingin dilakukannya.

Sebagai hasilnya, tujuan akan mempengaruhi sikap, motivasi, dan proses belajar.selain penyusunan tujuan ada meregulasi emosi dan usaha dalam stategi motivasi dimana emosi positif meningkatkan kontrol akan proses belajar, sedangkan emosi negatif mengarah pada perilaku yang lebih pasif. Emosi akademik pelajar berpengaruh terhadap proses belajar, kontrol diri, dan pencapaian akademik. *Self-talk* menjadi komponen utama dalam menentukan emosi. Seseorang yang memiliki motivasi yang tinggi dalam belajarnya akan tumbuh minat dan keinginan keras untuk belajar kemudian mudah dalam berkonsentrasi selama belajar, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, dapat melakukan kegiatan belajar dalam waktu yang lama serta memperoleh kesenangan batin karena belajar telah membantu meningkatkan wawasan tentang apa saja yang dipelajari.

c. Mengontrol strategi belajar cara belajar

Meliputi mengerti metode belajar yang cocok dimana individu mengerti strategi yang digunakan oleh pelajar untuk mendapatkan informasi. Pelajar yang berprestasi tinggi akan menggunakan lebih banyak metode belajar daripada pelajar yang berprestasi rendah yang

kedua yaitu memahami penggunaan waktu yang baik, penggunaan waktu menjadi bagian yang penting di dalam manajemen diri dikarenakan ada hubungan positif antara manajemen waktu dengan pencapaian akademik. Penggunaan waktu mempengaruhi manajemen diri dimana pelajar yang memiliki kesulitan dalam mengatur waktu tidak berkesempatan untuk menyusun perencanaan jangka panjang, yang dapat digunakan dalam mempertimbangkan pentingnya tugas yang berbeda dan bagaimana tugas tersebut dapat diselesaikan dengan baik. kebanyakan pelajar tidak mengetahui bagaimana cara memanfaatkan waktu yang ada secara efektif dan efisien. Dan yang terakhir adalah memonitor performansi dalam belajar merupakan hal yang penting dikarenakan dengan memonitor performansi, pelajar dapat melihat apakah terjadi kesenjangan antara tujuan awal yang direncanakan dengan performansi yang dilakukan, hal ini bertujuan agar pelajar dapat memperbaiki proses belajar dan perilaku belajar

Selain ciri-ciri diatas menurut Fikriana (dalam Makfudz , 2010) siswa yang manajemen diri dalam belajarnya tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Mengenali diri sendiri sehingga lebih mudah dalam merubah apa yang ingin dirubah dalam diri sendiri.
b. Mempunyai komitmen yang besar pada diri sendiri, tidak setengah- setengah, agar benar-benar dapat berjalan dengan baik perubahan itu.
c. Melakukan perubahan atas kemauan sendiri

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan ciri-ciri orang yang memiliki manajemen diri dalam belajar tinggi yaitu: memiliki strategi perilaku yang meliputi manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial, dan strategi motivasi yang meliputi menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha serta yang terakhir strategi belajar cara belajar yang meliputi metode belajar yang cocok, penggunaan waktu yang baik dan pengaturan performansi dalam belajar. serta melakukan perubahan itu atas kemauan nya sendiri.

C. Keefektifan Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Manajemen Diri dalam Belajar Siswa

Bimbingan kelompok merupakan salah satu kegiatan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sekelompok individu agar individu tersebut mandiri mengoptimalkan potensi di dalam dirinya dengan memanfaatkan dinamika kelompok, dalam penelitian ini peneliti ingin melihat keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar siswa di SMP IT Nurul Ilmi Aini bandar Lampung.

Keefektifan antara manajemen diri dalam belajar dan bimbingan kelompok tampak jelas dari pernyataan Dembo (2004: 14) bahwa kunci utama bagi keberhasilan siswa dalam dunia pendidikan adalah kemampuan memanajemen diri yang baik dikarenakan siswa yang sukses akan mengatur diri sendiri atau mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, menciptakan kondisi yang optimal untuk belajar, dan menghilangkan rintangan yang dapat mengganggu proses belajar.

Dimana dalam proses bimbingan kelompok Prayitno (2004: 5) menyatakan bahwa ciri khas dari bimbingan kelompok itu sendiri adalah membahas topik-topik yang sifatnya umum seperti pengelolaan diri, pengaturan tenaga, pengaturan waktu, dan pengaturan tempat merupakan topik umum atau masalah yang dialami oleh semua siswa dalam mengatur dan mengelola diri individu itu sendiri. Pengelolahan diri adalah perbuatan manusia membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan dan mengarahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan dalam belajar disekolah maupun belajar di rumah.

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa dalam layanan bimbingan kelompok salah satu topik umum yang dibahas adalah pengelolahan diri dalam belajar dimana menurut Prayitno (2004: 9) dalam bimbingan kelompok pengelolahan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumber daya pribadi dalam diri seorang siswa, tujuan umum dalam bimbingan kelompok adalah melatih kemampuan bersosialisasi siswa terutama kemampuan berkomunikasi sehingga dapat menambah kearifan pengetahuan siswa, dan melatih siswa untuk berkomunikasi dengan anggota kelompok lainnya.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu kegiatan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu untuk membahas topik yang bersifat umum dengan memanfaatkan dinamika kelompok, melalui dinamika kelompok tersebut, siswa memiliki hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok sehingga menyebabkan munculnya keterbukaan di antara

anggota kelompok. Keterbukaan merupakan asas yang utama dalam bimbingan kelompok karena apabila dalam kegiatan bimbingan kelompok tidak terdapat keterbukaan maka kegiatan bimbingan kelompok tidak akan dapat berjalan secara efektif dan pastinya dinamika kelompok tidak akan muncul. Prayitno (2004: 4) mengemukakan bahwa pembahasan topik-topik dalam bimbingan kelompok mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang efektif, tingkah laku yang efektif yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah manajemen diri dalam belajar pada siswa. Dari uraian dapat terlihat keefektifan layanan bimbingan kelompok dapat dipergunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan manajemen diri dalam belajar.

III. METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung dengan waktu pelaksanaan penelitiannya pada semester genap tahun pelajaran 2017/2018.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian menurut Sugiyono (2015: 6) dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada giliranya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisifasi masalah dalam bidang pendidikan.

Metode yang digunakan pada penelitian adalah eksperimen semu (*quasy experimental design*). Alasan peneliti menggunakan metode ini karena tidak menggunakan kelompok kontrol dan subjek tidak dipilih secara random tetapi hanya kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini yang menjadi subjek dalam penelitian manajemen diri dalam belajar

1. Desain penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding.

Sugiyono (2015: 114) menyatakan bahwa desain *One Group Pretest and Posttest Design,* yaitu suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Dalam desain ini dilakukan dua kali pengukuran, pengukuran pertama dilakukan sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi layanan bimbingan kelompok. Pendekatan ini diberikan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding.

Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

Pengukuran (*Pretest*)	Perlakuan	Pengukuran (*Posttest*)
O_1	X	O_2

Gambar 3.1. Pola *One Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan:
O_1 : *Pretest* yaitu pengukuran awal sebelum diberikan perlakuan
O_2 : *Posttest* yatu pengukuran akhir setelah diberikan perlakuan
X : Perlakuan bimbingan kelompok

Pretest dan *posttest* pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung dilaksanakan bertujuan untuk melihat peningkatan siswa setelah mendapatkan perlakuan, yakni bimbingan kelompok .

2. Subjek penelitian

Menurut Sugiyono (2015: 124) subjek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah subjek penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek penelitian diperoleh melalui *purposive sampling. Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung yang memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah.

Untuk menjaring subjek penelitian, diberikan angket manajemen diri dalam belajar pada siswa kelas VIII dan diperoleh 6 orang siswa yang memiliki manajemen dii dalam belajar yang rendah. Alasan peneliti menggunakan subjek penelitian ini merupakan aplikasi layanan bimbingan kelompok.

C. Variable Penenelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015: 61) variabel penelitian adalah segala sesuatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulanya.

Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas *(independen)* dan variabel terikat *(dependen)*, yaitu :

a. Variabel bebas *(independen)* variabel bebas dalam penelitian ini yaitu bimbingan kelompok.

b. Variabel terikat *(dependen)* variabel terikat dalam penelitian ini adalah rendahnya manajemen diri dalam belajar siswa.

2. Definisi Operasional

Definisi opersional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Manajemen Diri dalam Belajar

Manajemen diri dalam belajar adalah keterampilan untuk mengatur hidup sendiri, menyediakan penguatan untuk diri sendiri dalam hal belajarnya serta mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, yang meliputi strategi perilaku (manajemen waktu dan pengaturan lingkungan fisik dan sosial), strategi motivasi (menyusun tujuan dan meregulasi emosi dan usaha), dan strategi belajar cara belajar (belajar dari buku, belajar dari guru, persiapan ujian dan saat ujian).

Berdasarkan definisi manajemen diri dalam belajar tersebut, maka indikator siswa yang memiliki manajemen diri dalam belajar yang tinggi adalah sebagai berikut: (1) mengatur strategi perilaku dalam belajar (2) menyusun strategi motivasi dalam belajar dan (3)mengontrol strategi belajar dan cara belajar.

b. Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah kegiatan penyelesaian masalah dengan cara berkelompok melalui dinamika kelompok dimana pemimpin kelompok memberikan topik di dalam kelompok tersebut lalu mereka sendiri memecahkan permasalahan mereka melalui anggota kelompok lainya, dan mendapatkan tujuan yang sama yaitu pemecahan masalah baik dari

bidang belajar, sosial , pribadi dan karir seseorang, bimbingan kelompok juga bisa menjadi wadah seseorang mendapatkan informasi dari permasalahan yang bisa dijadikan pembelajaran untuk diri sendiri.

D. Metode pengumpulan data

Menurut Sugiyono (2015 :193) metode pengumpulan data ialah cara memperoleh data, peneliti akan menggunakan beberapa metode atau cara untuk memperoleh data-data yang diperlukan. Berdasarkan uraian tersebut maka dalam penelitian ini penulis menggunakan cara-cara sebagai berikut dalam mengumpulkan data.

1. Observasi (Teknik Utama)

Sugiyono (2015 :203) mengemukakan bahwa observasi merupakan suatu proses kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis, dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.

Teknik observasi yang akan digunakan peneliti yaitu observasi terstruktur, observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan di mana tempatnya. Pada penelitian ini, peneliti akan mengamati perilaku siswa yang berkaitan dengan manajemen diri dalam belajar, sesuai dengan indikator penelitian yang akan digunakan, maka peneliti merancang pedoman observasi yang natinya akan digunakan dalam kegiatan observasi. Observasi dalam penelitian ini digunakan saat *pre-test* dan *post-test*, hal ini dikarenakan yang akan diteliti adalah perilaku siswa, sehingga pengamatan terhadap

perubahan perilakunya akan lebih mudah dilakukan. Peneliti menggunakan bentuk *rating scales* dengan 5 alternatif jawaban dalam lembaran observasi, jawaban ini menunjukkan frekuensi muncul atau tidaknya perilaku yang diharapkan saat dilakukan observasi oleh observer. Skor 5 diberikan jika perilaku muncul sebanyak 4 kali , skor 4 juka muncul sebanyak 3 kali, skor 3 jika muncul sebanyak 2 kali, skor 2 jika perilaku muncul sebanyak 1 kali dan skor 1 jika perilaku sama sekali tidak muncul selama observasi. Berikut ini kisi-kisi dari lembar observasi.

Tabel 3.1. Kisi-kisi lembar Observasi

Variable	Indikator	Deskriptor	Target Observasi (Aspek tingkah laku)
Ciri-ciri manajemen diri dalam belajar yang tinggi	Memiliki strategi perilaku	1.1. Memiliki pengaturan waktu.	1. Datang kesekolah tepat waktu 2. Tidak mengantuk saat jam pelajaran
		1.2. Mampu mengelolahan pikiran dalam belajarnya	3. Tidak mencontek saat mengerjakan tugas disekolah 4.Fokus memperhatikan guru saat jam pelajaran menjelaskan didepan kelas 5. Tidak mengobrol pada saat KBM berlangsung
		1.3. Lingkungan yang nyaman untuk belajar	6. Merapikan buku dimeja saat guru masuk 7. Tidak membuang sampah Dan meninggalkan buku dikolong meja
	Memiliki strategi motivasi	2.1. Memiliki tujuan nilai yang hendak di capai	8. Menjawab pertanyaan yang diberikan guru
		2.2. Mampu	9. Siswa keperpustakaan

		menumbuhkan semangat dan minat dalam belajar	untuk membaca buku 10. Aktif dalam kegiatan diskusi
		2.3. Mampu mengikis hambatan yang ada dalam belajar	11. Tidak mengerjakan PR di sekolah l2. Mengumpulkan PR tepat waktu
	Mengatur strategi belajar dan cara belajar	3.1. Saat belajar dari buku atau internet	13. Siswa membaca buku untuk mengerjakan tugas dikelas 14. Menggunakan gadget atas saran guru untuk kepentingan belajar saat dikelas
		3.2. Saat belajar dari guru	15. Mencatat materi yang diberikan guru 16. Aktif bertanya dengan guru saat ada materi yang belum dipahami
		3.3. Saat persiapan ujian	17. Berkumpul di kelas untuk membicarakan soal-soal dan pelajaran di sekolah
		3.4. Saat ujian	18. Siswa terlihat tenang saat melaksanakan ujian 19. Siswa keluar tepat waktu saat ujian

Perhitungan skor pada lembar observasi dilakukan dengan menghitung skor total yang diperoleh dari muncul atau tidaknya perilaku yang diamati. Pada tahap observasi ini kriteria manajemen diri dalam belajar siswa dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Untuk

mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:
i : interval
NT : nilai tertinggi
NR : nilai terendah
K : jumlah kategori

Jadi, interval untuk menentukan kriteria kemampuan manajemen diri dalam belajar siswa

$$I = \frac{NT\text{-}NR}{K} = \frac{(19x5) - (19x1)}{3} = 95/3 = 25$$

Berdasarkan keterangan diatas maka diperoleh kriteria manajemen diri dalam belajar yang tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 3.2. kriteria manajemen diri dalam belajar (lembar observasi).

Interval	Kriteria
70-94	Tinggi
45-69	Sedang
19-44	Rendah

2. Angket (Teknik pendukung)

Sugiyono (2010: 133) mengatakan bahwa “kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang di lakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”. Kuesioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk dapat mengungkapkan data dari siswa, dalam

penenlitian ini peneliti menggunakan angket sebagai teknik pendukung dalam penjaringan subjek.

Angket dibuat berdasarkan kisi-kisi instrumen penelitian yang telah ditetapkan, jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup, tujuannya agar responden lebih fokus terhadap penelitian dan apa yang diteliti, karena jawaban sudah tersedia. Setiap item pernyataan pada angket ini disediakan 4 alternatif jawaban, yaitu: Jawaban pada instrumen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Kategori Jawaban Angket Manajemen Diri dalam belajar.

No	Pertanyaan Positif		Pertanyaan Negatif	
	Jawaban	Nilai	Jawaban	Nilai
1	SS	4	SS	1
2	S	3	S	2
3	TS	2	TS	3
4	STS	1	STS	4

Indikator manajemen diri di bawah ini di ambil dari ciri-ciri manajemen diri menurut Dembo (2004) Adapun kisi-kisi dari indikator manajemen dalam belajar sebagai berikut:

Tabel 3.4. kisi-kisi angket manajemen diri dalam belajar

Variable	Indikator	Deskriptor	No item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Ciri-ciri manajemen diri dalam belajar	Memiliki strategi perilaku	Mampu mengaturan waktu belajar	1	2	2
		Mampu mengelolahan pikiran dalam kegiatan belajarnya	3,4,5	6,7,8	6

		Lingkungan yang nyaman untuk belajar	9,10	11,12	4
	Memiliki strategi motivasi	Mempunyai tujuan nilai yang hendak dicapai	13,14	15,16	4
		Mampu menumbuhkan semangat dan minat dalam belajar	17,18	19,20	4
		Mampu mengikis hambatan yang ada dalam belajar	21	22	4
	Mengatur strategi belajar dan cara belajar	Belajar dari buku	23,24	25,26	4
		Belajar dari guru	27,28	29,30	4
		Persiapan ujian	31	32	2
		Saat ujian	33,34	35,36	4
Jumlah					36

Kriteria angket manajemen diri dalam belajar siswa dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{\mathrm{NT} - \mathrm{NR}}{\mathrm{K}}$$

Keterangan :
i : interval
2NT : nilai tertinggi
NR : nilai terendah
K : jumlah kategori

Jadi, interval untuk menentukan kriteria manajemen diri dalam belajar adalah:

$$\mathrm{I}=\frac{\mathrm{NT}-\mathrm{NR}}{3} \quad \frac{(36\mathrm{x}4)-(36\mathrm{x}1)}{3} = \frac{144-36}{3} = \frac{108}{3} = 36$$

Berdasarkan keterangan diatas maka diperoleh kriteria manajemen diri dalam belajar siswa yang tertera pada tabel berikut ini

Tabel 3.5. kriteria manajemen diri dalam belajar (angket)

INTERVAL	KETERANGAN
109 - 144	Tinggi
73 - 108	Sedang
36 - 72	Rendah

E. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

Instrumen pengumpulan data harus memenuhi persyaratan yang baik untuk mendapatkan data yang lengkap, instrumen yang baik dalam suatu penelitian harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel.

1. Uji Validitas Pedoman Observasi dan Angket Manajemen Diri Dalam Belajar Siswa

Menurut Sugiyono (2015 :43) validitas sering diartikan dengan kesahihan suatu alat tes disebut memiliki validitas bila alat tes tersebut layak mengukur objek yang seharusnya dites, instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

a. Observasi

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen yang digunakan ketika observasi sebelum dan sesudah perlakuan adalah lembar observasi yang merupakan pengembangan dari pedoman observasi berisi rincian dari aspek-aspek yang diobservasi. Validitas yang digunakan adalah validitas isi. (*content validity*) dengan pengujian pendapat para ahli (*judgment experts*). *Judgment experts* dilakukan oleh para dosen

bimbingan dan konseling Universitas Lampung yakni ahli yang diminta pendapatnya adalah 3 orang dosen bimbingan dan konseling FKIP Unila yaitu Ibu Yohana Oktariana, Ibu Citra Abriani Maharani, dan Bapak Moch Johan Pratama. Berdasarkan uji validitas dengan Ibu Yohana Oktariana, menyatakan perbaiki kata-kata di (no.1.diganti menjadi "datang ke sekolah tepat waktu), (no.14 ganti kata "membuka" menjadi "menggunakan"), (no.15 hilangkan kata siswa). Komentar terakhir di sampaikan oleh bu Yohana Oktariana adalah kisi-kisi instrumen manajemen diri dalam belajar sudah tepat dan dapat digunakan untuk mengambil data. Kemudian menurut Ibu Citra Abriani Maharani, menyatakan (no.2,3,4,5,6,7,8,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19 hilangkan kata siswa serta sederhanakan lagi bahasanya), simpulan dari ibu Citra Abriani Maharani pernyataan instrumen sudah tepat dan dapat digunakan untuk pengambilan data di lapangan. Selanjurnya Bapak Moch Johan Pratama,.menyatakan bahwa dalam menyusun pernyataan instrumen gunakan bahasa yang sesuai dengan remaja dan instrument dalam penelitian ini sudah tepat untuk itu peneliti bisa melakukan pengambilan data di lapangan. Secara keseluruhan para ahli menyatakan bahwa instrumen tersebut sudah tepat dan dapat digunakan untuk pengambilan data di lapangan.

Untuk mengetahui tingkat kevalidan lembar observasi peneliti menggunakan perhitungan dengan rumus Aiken's V (lampiran 4, halaman 120) .

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

Keterangan :

n : Jumlah panel penelitian (expert)

lo : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini =1)

c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 2)

r : Angka yang diberikan seorang peneliti

s : r-lo

Tabel. 3.6. Perhitungan validitas Aiken's V

No	V Aiken's	No	V Aiken's
1	0,66	12	0,66
2	0,66	13	0,66
3	0,66	14	0,66
4	0,66	15	0,66
5	0,66	16	0,66
6	0,66	17	0,66
7	0,66	18	0,66
8	0,66	19	0,66
9	0,66		
10	0,66		
11	0,66		

Berdasarkan perhitungan dengan rumus Aiken's V pernyataan dengan kriteria besarnya 0,66, maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan.

b. Angket

Penelitian ini membahas hal mengenai validitas untuk menguji apakah pernyataan-pernyataan angket manajemen diri dalam belajar telah layak. Peneliti meminta pertimbangan dan persetujuan ahli yang dilakukan oleh dosen pembimbing untuk menggunakan pedoman observasi dan angket manajemen diri dalam belajar siswa.

Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu Ibu Yohana Oktariana, Ibu Citra Abriani Maharani, dan Bapak Moch Johan Pratama. Berdasarkan uji validitas dengan Ibu Yohana Oktariana, menyatakan tambahkan tulisan yang masih kurang di (no.24) , (no.34 Ditambahkan kata “proses” dan “dikelas”) (no.38 hapus kata “saya”) (no 41 ubah kata “gugup” menjadi “khawatir”) simpulan akhir bu Yohana Oktariana adalah kisi-kisi instrumen manajemen diri dalam belajar sudah tepat dan dapat digunakan untuk mengambil data. Kemudian menurut Ibu Citra Abriani Maharani, menyatakan (no.10 ubah kata “untuk menjadi “sehingga”), (no 18 ubah kata “perencanaan menjadi pakai), (no.38 ubah kata “saat” diubah menjadi “ketika akan”), (no.39 disederhanakan bahasanya), (no.40 ganti kata “barulah soal yag mudah” menjadi “ terlebih dahulu), (no.41 dan no.42 kata terkadang menjadi “cenderung”) dan simpulan akhir dari bu Citra Abriani Maharani adalah pernyataan instrumen sudah tepat dan dapat digunakan untuk pengambilan data di lapangan. Selanjutnya Bapak Moch Johan Pratama,.menyatakan bahwa dalam menyusun pernyataan instrumen gunakan bahasa yang sesuai dengan remaja dan instrument dalam penelitian ini sudah tepat untuk itu peneliti bisa melakukan pengambilan data di lapangan. Secara keseluruhan para ahli menyatakan bahwa instrumen tersebut sudah tepat dan dapat digunakan untuk pengambilan data di lapangan

Untuk mengetahui tingkat kevalidan aitem angket peneliti menggunakan perhitungan dengan rumus Aiken’s V (lampiran 4, halaman 120)

$V = \sum S / [n(c-1)]$

Keterangan :

n : Jumlah panel penelitian (expert)

lo : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini =1)

c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 2)

r : Angka yang diberikan seorang peneliti

s : r-l

rentang angka V yang diperoleh antara 0 sampai dengan 1,00

Tabel. 3.7. Perhitungan validitas Aiken's

No	V Aiken's	No	V Aiken's	No	V Aiken's	No	V Aiken"S
1	0,66	12	0,66	23	0,66	34	0,66
2	0,66	13	0,66	24	0,66	35	0,66
3	0,66	14	0,66	25	0,66	36	0,66
4	0,66	15	0,66	26	0,66	37	0,66
5	0,66	16	0,66	27	0,66	38	0,66
6	0,66	17	0,66	28	0,66	39	0,66
7	0,66	18	0,66	29	0,66	40	0,66
8	0,66	19	0,66	30	0,66	41	0,66
9	0,66	20	0,66	31	0,66	42	0,66
10	0,66	21	0,66	32	0,66		
11	0,66	22	0,66	33	0,66		

Berdasarkan perhitungan dengan rumus Aiken's V pernyataan dengan kriteria besarnya 0,66, maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan, setelah dilakukan uji ahli kepada ketiga dosen dan dihitung menggunakan rumus Aiken'S peneliti melakukan uji keterbacaan kepada lima orang siswa SMP yang berinisial DP, AN, DS, NM dan NE untuk menguji apakah ada kata-kata yang masih kurang jelas dalam instrumen.

2. Uji Reliabilitas Manajemen Diri Belajar Siswa

Menurut Arikunto (dalam Mufidah, 2012) reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen itu sudah baik.

a. Reliabilitas Pedoman Observasi

Uji reliabilitas pada pedoman observasi menggunakan koefisien kesepakatan, penelitian ini menggunakan metode observasi yang dilakukan oleh dua observer maka uji reliabilitas dihitung dengan melihat nilai kesepakatan dengan menggunakan rumus koefisien kesepakatan hal ini dikarenakan penelitian ini menggunakan dua orang pengamat (peneliti sebagai pengamat 1 dan pengamat 2 yaitu mahasiswa yang melakukan penelitian di tempat yang sama dengan peneliti). Untuk menentukan toleransi perbedaan hasil pengamatan, digunakan teknik pengetesan reliabilitas pengamatan. Rumus yang digunakan yaitu:

$$KK = \frac{2\,S}{N_1 + N_2}$$

Keterangan

KK = koefisien kesepakatan

S = sepakat, jumlah kode yang sama untuk objek yang sama

N1 = jumlah kode yang dibuat pengamat I

N2 = jumlah kode yang dibuat oleh pengamat II

Menurut Koestoro (dalam Rismanto, 2016) untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria reliabilitas sebagai berikut:

0,8-1,000 = sangat tinggi
0,6- 0,799 = tinggi

0,4- 0,599 = cukup tinggi

0,2- 0,399 = rendah

0<0,200 = sangat rendah

Berdasarkan hasil pengolahan data observasi yang telah diketahui berkontribusi maka selanjutnya dihitung reliabilitas dan diketahui hasilnya 0,8446 (lampiran 5, halaman 126). Hal tersebut berarti bahwa reabilitas dari pedoman observasi tersebut tinggi karena reabilitasnya anatara 0,8 – 1000 dikatakan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

b. Reliabilitas angket manajemen diri dalam belajar

Angket manajemen diri dalam belajar siswa dalam penelitian ini yaitu menggunakan rumus alpha melalui program SPSS *(Statistical Package for Social Science)* 17, yaitu :

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1}\right)\left(1 - \frac{\Sigma S_t}{S_t^2}\right)$$

Keterangan:

r11 : Reliabilitas instrumen
k : Banyaknya butir pertanyaan
ΣSt^2 : Jumlah varian butir
St^2 : Varian total

Untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria reliabilitas (Sugiyono 2015:184) sebagai berikut :

Tabel 3.8 Kriteria Reliabilitas

Koefisien r	Kategori
0,8 – 1,000	Sangat tinggi
0,6 – 0,799	Tinggi
0,4 – 0,599	Cukup
0,2- 0,399	Rendah
0,0-0,199	Sangat rendah

Berdasarkan hasil pengelolahan data angket yang telah diketahui berkontribusi maka selanjutnya dihitung reliabilitas dan diketahui hasilnya 0,910 (lampiran 6, halaman 129) Hal tersebut berarti bahwa reabilitas dari angket tersebut sanagat tinggi karena reabilitasnya antara 0,8 – 1,000 dikatakan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian, dengan analisis data maka dapat membuktikan hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *pretest* dan *posttest.* Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen diri belajar siswa. Menurut Sudjana (2002: 45) penelitiaan menggunakan uji *Wilcoxon* karena subjek penelitian kurang dari 25, distribusi datanya dianggap tidak normal.

Uji *Wilcoxon* merupakan perbaikan dari uji tanda, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS *(Statistical Package for Social Science)*

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut :

$$Z=\frac{T-\frac{1}{4}n\,(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n\,(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*
T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*
N : Jumlah data sampel

Kaidah keputusan:

Berdasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* maka diperoleh data hasil perhitungan uji *Wilcoxon* Z_{hitung} = -2.207 harga ini selanjutnya dibandingkan dengan Z_{tabel} = 1,645 ketentuan pengujian bila Zhitung < Ztabel maka Ho ditolak dan Ha diterima. Ternyata Z_{hitung} = -2.207 < Ztabel = 1,645 maka Ho ditolak dan Ha diterima, saat dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon* (lampiran 12, halaman 141), diperoleh nilai z_{hitung} = -2.207 nilai ini selanjutnya dibandingkan dengan z_{tabel} = 1,645.. Ternyata z_{hitung} = -2.207 < z_{tabel} = 1,645 maka Ho ditolak dan Ha diterima.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VII di SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

1. Kesimpulan Statistik

Layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan manajemen diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan *uji Wilcoxon*, harga z_{hitung} = -2.207, harga ini selanjutnya dibandingkan dengan z_{tabel} = 1,645, ketentuan pengujian bila $z_{hitung} < z_{tabel}$ maka Ho ditolak dan Ha diterima. Ternyata z_{hitung} = -2.207 < z_{tabel} = 1,645 maka Ho ditolak dan Ha diterima.

2. Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan penelitian adalah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan manajemen diri dalam belajar pada siswa kelas VIII SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini ditunjukkan dari perilaku dan hasil *pretest* yang sebelum diberikan perlakuan memiliki manajemen diri dalam belajar yang rendah, dan setelah

diberi perlakuan bimbingan kelompok manajemen diri dalam belajar dapat meningkat yang ditunjukkan dengan adanya perubahan sikap dan perilaku serta nilai *posttest* konseli. Jadi bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar siswa.

B. Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya melaksanakan bimbingan kelompok untuk membahas topik bahasan sesuai dengan kebutuhan siswa secara rutin khusunya untuk meningkatkan rendahnya manajemen diri dalam belajar peserta didik.

2. Kepada siswa agar SMP IT Nurul Ilmi Aini Bandar Lampung, hendaknya mengikuti proses kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan sungguh-sungguh agar siswa mendapatkan manfaat dari kegiatan tersebut

3. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan manajemen diri dalam belajar hendaknya dapat menggunakan subjek berbeda dalam meneliti variabel lain dengan mengontrol variable yang sudah diteliti sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

Anik, S. 2013. *Upaya Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada siswa kelas VIIID. Jurnal Paedagogy* . 1 (2): 30-36. .http://lib.unnes.ac.id/17323/1/1301408049.pdf Diakses pada 21 Agustus 2017.

Bahri, D.S. 2002. *Rahasia Sukses Belajar* . Jakarta: PT Mahasatya.

Bertens. 2005. *Metode Belajar Untuk Mahasiswa*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka

Dembo, M.H. 2004, *Motivation And Learning Strategies For College Successa Self Management Approach*. London: Lawrence Erlbaum Associates.

Gie, T.L. 2002. *Cara Belajar Baik Bagi Mahasiswa Edisi Kedua.*Yogyakarta: Gadjah Mada Universitas Press.

Jawwad, A.A. 2007. *Manajemen Diri*. Bandung: Survei Generation.
.

Komalasari, G. 2016. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.

Mufidah, L, 2012. *Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Dikusi untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa. Jurnal Paedagogy*. 1(2) : 40-43. http://ejournal.unesa.ac.id/article/7911/75/article.pdf. Diakses pada 22 September 2017

Makhfudz. 2010. *Hubungan Antara Manajemen Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Aktivis Bem Iain Sunan Ampel Surabaya. Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Jurnal Paedagogy*. 10(2): 29-32. https://digilib.uinsby.ac.id/8417/. Di akses pada 28 November 2016.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling kelompok.* Jakarta: Ghalia Indonesia UNP.

Rismanto, 2016. *Meningkatkan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling. Jurnal Paedagogy*. 2 (1): 38-40. https://i-rpp.com/index.php/jptbk/article/download/418/408. Diakses pada 22 September 2017

Setiani, C.A. 2014. *Meningkatkan konsentrasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VI SD. Jurnal Psikologi*. 3(1): 56-57 https://lib.unnes.ac.id/20064/1/1301409037.pdf. Di akses pada 22 mei 2017

Sudjana, 2002. *Metode Stastika.* Bandung : Repository USU

Sugiyono, 2015. *Metode Penelitian Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif.* Bandung: CV. Alfabeta.

Wibowo, M.E. 2005. "*Konseling dan Bimbingan Kelompok Perkembangan*". Semarang: UNNES Press.

Winkel, WS. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan.* Yogyakarta: Media Abadi.

Wooolfolk, A. 2004. *Educational Psychology*. Boston: MA