

**Efforts to Increase Learning Responsibility Using Group Guidance Services
Using *Self-management* Techniques for Grade VIII Students at SMPN 27
Banjarmasin**

Atika Amalia Septarinda, Sulistiyana, Eklys Cheseda Makaria

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas Lambung Mangkurat

Kalimantan Selatan

Indonesia

Septarinda22@gmail.com

ABSTRACT

Students who have low learning responsibility will affect student learning outcomes. The purpose of this study is to increase learning responsibility using group guidance services with *self-management* techniques for class VIII students at SMPN 27 Banjarmasin. This research is Action Research carried out in two cycles. One cycle consists of planning, implementing, observing, and reflecting. The approach used is qualitative. Data collection techniques using observation, interviews, and questionnaires. The research subjects were 4 students of class VIII and the object of the research was increasing learning responsibility using group guidance services with *self-management* techniques. Group guidance services with *self-management* techniques to increase learning responsibility are carried out up to II cycles. As for the research results that were achieved in cycle II, namely the research activities reached the very good category, student activities reached the active category, and the increase in student learning responsibility reached the moderately increased category. The conclusion of this study is that group guidance services with *self-management* techniques can increase student learning responsibility.

Keywords: *Study Responsibility, Group Guidance, Self-management Techniques.*

**Upaya Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Menggunakan Layanan
Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-management* Pada Siswa Kelas
VIII di SMPN 27 Banjarmasin**

ABSTRAK

Siswa yang memiliki tanggung jawab belajar yang rendah akan mempengaruhi hasil belajar siswa. Tujuan penelitian ini, yaitu untuk meningkatkan tanggung jawab belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-management* pada siswa kelas VIII di SMPN 27 Banjarmasin. Penelitian ini Penelitian Tindakan dilaksanakan dengan dua siklus. Pada satu siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, serta angket. Subjek penelitian yaitu 4 orang siswa kelas VIII dan objek penelitian adalah peningkatan tanggung jawab belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management*. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan tanggung jawab belajar dilakukan hingga II siklus. Adapun hasil penelitian yang berhasil dicapai pada siklus II, yaitu aktivitas peneliti mencapai kategori sangat baik, aktivitas siswa mencapai kategori aktif, dan peningkatan tanggung jawab belajar siswa mencapai kategori cukup meningkat. Kesimpulan dari penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.

Kata Kunci: *Tanggung Jawab Belajar, Bimbingan Kelompok, Teknik Self-management.*

PENDAHULUAN

Rasa tanggung jawab juga tidak muncul secara langsung pada diri seseorang, maka dari itu menanamkan dan memberi pembiasaan sikap tanggung jawab terhadap anak hendaknya dilakukan sejak kecil agar sikap dan tanggung jawab bisa muncul pada diri anak. Hakikat manusia sebagai makhluk individu yang

mempunyai kepribadian utuh, dalam bertingkah laku, dalam menentukan perasaan, menentukan keinginannya, dan dalam menuntut hak-haknya.

Menurut Bachri, 2011 (Rustam, 2016) bahwa tanggung jawab merupakan suatu kewajiban seseorang dalam menanggung segala sesuatu baik dari tuntutan maupun tidak. Adapun tanggung jawab menurut Zuchdi (Asmawati, 2017) merupakan suatu

sikap dan perilaku seorang individu dalam melaksanakan tugas, dan kewajiban yang harus ia lakukan, baik tugas terhadap Tuhan Yang Maha Esa, Negara, lingkungan, dan masyarakat serta dirinya sendiri. Sedangkan menurut Supriyanti mengemukakan bahwa tanggung jawab adalah kewajiban seorang untuk menanggung segala sesuatu atas akibat atau perilaku yang dilakukannya.

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat diartikan bahwa tanggung jawab merupakan pemberian beban dan rasa memiliki terhadap tugas-tugas yang sudah diberikan kepada seseorang, apabila tidak dikerjakan maka akan mendapatkan konsekuensi baik berupa sanksi yang sudah ditetapkan. Dari uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tanggung jawab belajar adalah suatu kemampuan untuk menerima dan melakukan semua konsekuensi dengan penuh kesadaran dan kerelaan akan perubahan tingkah laku secara permanen yang berhubungan dengan kegiatan belajar baik itu dari segi kognitif, afektif, maupun psikomotor yang dihasilkan dari pengalaman dan latihan secara bertahap.

Menurut Rustam (2016) bahwa sikap tanggung jawab belajar tersebut dapat dicirikan seperti, melakukan tugas belajar dengan rutin tanpa harus diberitahu, dapat menjelaskan alasan atas belajar yang dilakukannya, tidak menyalahkan orang lain dalam belajar,

maupun menentukan pilihan kegiatan belajar dari beberapa alternatif, melakukan tugas sendiri dengan senang hati, bisa membuat keputusan yang berbeda dari keputusan orang lain dalam kelompoknya, mempunyai minat yang kuat untuk menekuni belajar, menghormati dan menghargai aturan di sekolah, dapat berkonsentrasi dalam belajar, dan memiliki rasa tanggung jawab erat yang kaitannya dengan prestasi di sekolah.

Permasalahan yang sering dialami oleh remaja pada jenjang SMP biasanya lebih dominan mengenai permasalahan belajar dan rasa tanggung jawab belajar yang rendah, timbulnya rasa malas dalam belajar dikarenakan rasa jenuh dan belajar merupakan beban bagi setiap siswa. Tidak sedikit siswa yang sering keluar kelas dengan berbagai alasan karena merasa jenuh dengan belajar di dalam kelas, dan juga tidak sedikit siswa yang tidak menghargai guru di kelas ketika mengajar bahkan ada yang sering membolos tidak masuk sekolah.

Hal ini tidak sejalan dengan harapan bahwa siswa menaati setiap peraturan baik tata tertib di sekolah maupun dalam belajar yang telah dibuat oleh pihak sekolah, seperti berdasarkan observasi yang dilakukan di SMPN 27 Banjarmasin bahwa banyak siswa yang mengalami tanggung jawab belajar yang rendah seperti masih saja ada yang melanggar peraturan di sekolah,

melakukan tugas individu secara tidak mandiri, sering telat mengumpulkan tugas sekolah, tidak mempunyai minat belajar di kelas yang kuat sehingga sering keluar kelas dengan berbagai macam alasan. Selain itu adapun tugas yang diberikan untuk dikerjakan di rumah akan tetapi masih ada saja beberapa siswa yang mengerjakan tugas tersebut di sekolah.

Adapun berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 27 Banjarmasin pada hari Rabu, 03 Februari 2023 bersama guru BK di SMPN 27 Banjarmasin tersebut bahwa masih banyak siswa yang memiliki tanggung jawab belajar yang rendah, apalagi setelah mengalami pandemi COVID-19 sewaktu dulu dan siswa mulai diperbolehkan masuk sekolah atau pembelajaran tatap muka. Dengan kembalinya pembelajaran tatap muka tidak sedikit siswa yang menjadi kurang disiplin sehingga telat masuk sekolah, terkadang menggunakan atribut yang tidak lengkap, dan ketika pembelajaran berlangsung di kelas ada beberapa siswa yang masih kurang memperhatikan dikarenakan kurang fokus, serta ada beberapa siswa juga masih yang terlambat mengumpulkan tugas. Serta masih banyak yang belum mampu mengatur jadwal belajar dengan baik, belum mampu menyusun metode belajar dengan baik agar belajar bukan merupakan beban bagi mereka akan tetapi menjadi bagian

yang mereka sukai. Selain itu ada beberapa siswa yang masih belum mampu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru secara mandiri dan tepat waktu, serta berusaha menjaga tanggung jawab sebagai siswa yang menaati peraturan di sekolah baik belajar maupun dalam hal lainnya, begitu juga ada beberapa siswa yang masih sering melakukan bullying sehingga mereka bertengkar satu sama lain.

Kemudian dari hasil wawancara yang dilakukan dengan beberapa siswa mendapatkan data mengenai faktor penyebabnya. Ada beberapa faktor penyebabnya mereka yang memiliki tanggung jawab belajar rendah yaitu faktor dari dalam dan faktor dari luar. Faktor penyebab dari luar yakni dipengaruhi oleh kondisi ruang kelas yang tidak nyaman karena ruang kelas yang cukup panas sehingga membuat suasana pembelajaran di kelas tidak efektif. Dengan ruang yang nyaman maka hal tersebut sangat berpengaruh dalam pembelajaran maupun hasil penerimaan materi yang didapat oleh peserta didik. Selain itu, dikarenakan posisi sekolah yang banyak pepohonan sehingga ada hewan berupa monyet yang sering mengambil beberapa fasilitas di dalam kelas. Serta ada ajakan dari teman yang membuat mereka semakin memiliki tanggung jawab belajar yang rendah. Adapula faktor internal atau penyebab dari

dalam yakni dipengaruhi oleh timbulnya rasa malas untuk belajar karena belajar merupakan beban bagi mereka, selain itu timbulnya rasa mengantuk sehingga beberapa siswa tidur di kelas bahkan ada yang selalu ingin keluar kelas dengan berbagai macam alasan, berdasarkan hasil wawancara siswa juga ada yang sengaja meninggalkan buku-buku di bawah meja dengan alasan tidak mencatat jadwal agar tidak ada yang ketinggalan maka siswa tersebut menaruh buku di bawah meja.

Bentuk fenomena yang ditemukan di SMPN 27 Banjarmasin berdasarkan observasi yang dilakukan yaitu ada beberapa siswa yang masih terlambat datang ke sekolah dan beberapa siswa juga tidak menggunakan atribut sekolah yang lengkap, mengumpulkan tugas tidak tepat waktu, serta beberapa siswa yang sering keluar masuk kelas ketika pembelajaran sedang berlangsung.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan dan terjadi yang mana siswa cenderung memiliki tanggung jawab belajar yang rendah dikarenakan oleh beberapa faktor baik faktor di dalam maupun di luar. Maka teknik yang bisa digunakan untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada diri siswa yaitu *Self-management* karena teknik ini dapat mengontrol sebuah perilaku yang diperbuat oleh seseorang, terkhususnya pada siswa yang

mengalami tanggung jawab belajar yang rendah, agar terhindarnya dari dampak negatif akibat tanggung jawab belajar yang rendah maka diberikanlah teknik *self-management* untuk siswa.

Pengelolaan diri (*self management*) adalah dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut Sukadji (Komalasari, 2018: 180). Pada teknik ini individu diminta untuk terlibat dalam mengelola atau mengontrol dirinya sendiri. Individu terlibat pada 2 tahap dari 4 tahap pelaksanaan yakni menentukan perilaku sasaran atau identifikasi, pemilihan, presentasi atau melaksanakan prosedur, dan mengevaluasi atau tindak lanjut.

Menurut Komalasari (Heriansyah, 2017) *self management* ialah prosedur yang dimana individu mengelola tingkah lakunya sendiri. *Self management* dapat membantu individu dalam mengolah dirinya, mengendalikan diri, meningkatkan perbuatan baik dan benar, dan dapat membantu dalam meningkatkan kesadaran tanggung jawab. Menurut Amin (2017: 52) *Self-management* ini memiliki kelebihan, yaitu konseli

mampu mengevaluasi perilakunya sendiri tanpa perlu membandingkan dirinya dengan orang lain, konseli secara bertanggung jawab dalam mengatur perilakunya sendiri, dan tidak perlu menekankan pada intensitas pemantuan dari konselor.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dengan ini tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Menggunakan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-management* pada Siswa Kelas VIII di SMPN 27 Banjarmasin”.

TUJUAN PENELITIAN

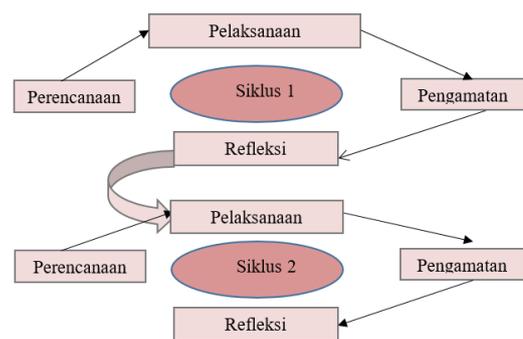
Tujuan penelitian ini ialah Menganalisis peningkatan tanggung jawab belajar melalui teknik *self-management* di SMP Negeri 27 Banjarmasin.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian tindakan merupakan penelitian yang diarahkan pada mengadakan pemecahan masalah atau perbaikan. Guru-guru mengadakan pemecahan terhadap suatu masalah yang sedang

dihadapi di dalam kelas, kepala sekolah mengadakan perbaikan

terhadap manajemen di sekolah. Dalam penelitian ini memfokuskan kepada perbaikan proses ataupun meningkatkan hasil kegiatan (Sukmadinata,2017: 56). Adapun dari tindakan yang akan dilakukan adalah 2 siklus yaitu:



Pengambilan data ini dilaksanakan di SMPN 27 Banjarmasin, serta siswa kelas VIII sebanyak 56 orang sebagai objek penelitian. Untuk mempermudah memperoleh data penelitian, peneliti menarik 4 orang siswa, dengan menggunakan observasi, wawancara dan angket.

PEMBAHASAN

Pembahasan ini berisi tentang bagaimana aktivitas peneliti dan siswa dalam upaya meningkatkan tanggung jawab belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Management* pada siswa kelas VIII di SMPN 27 Banjarmasin.

Berdasarkan tindakan yang dilakukan peneliti dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik

Self-Management yang dilakukan sebanyak II siklus, maka dapat digambarkan sebagai berikut:

1. Aktivitas Peneliti

Berdasarkan hasil penelitian tindakan yang dilakukan peneliti dalam upaya meningkatkan tanggung jawab belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Management* pada siswa kelas VIII di SMPN 27 Banjarmasin mengalami peningkatan dari kategori baik hingga mencapai kategori sangat baik. Layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan secara tatap muka.

Pada siklus pertama, peneliti membangun hubungan dengan siswa berdasarkan kepercayaan dan saling menghormati. Peneliti mampu membantu konseli untuk berkomitmen atas tujuan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan, peneliti mendapat kategori sangat baik telah melebihi batas minimal indikator keberhasilan yakni pada kategori baik. Hal ini menunjukkan peneliti telah berhasil melaksanakan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Management* menurut Cormier dan Cormier (Nursalim, 2013: 150) *Self Management* merupakan suatu proses terapi dimana konseli

mengarahkan perubahan perilaku mereka sendiri dengan satu atau lebih strategi terapi secara kombinatif. Disimpulkan *self-management* ialah teknik yang dapat digunakan untuk membantu konseli terlibat dalam mengatur dan mengontrol dirinya sendiri dalam mengatasi masalah, dengan menggunakan teknik ini dapat membantu siswa untuk mengubah perilaku yang ingin diubah termasuk tanggung jawab belajar.

Menurut mereka (Amin, 2017: 50) beberapa manfaat yang dapat diperoleh dengan pemberian teknik *Self Management* ini adalah membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal, dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain, dengan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada individu maka dia akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan lebih tahan lama, dan Individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah. Jika dilihat berdasarkan hasil peningkatan yang terjadi dari siklus

I hingga II, maka terus terjadi peningkatan skor dari yang mencapai kategori baik hingga mencapai sangat baik. Dengan begitu dapat diketahui bahwa peneliti sangat turut serta dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik Self-Management.

Peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok, dalam (Nurihsan,2012:17) Bimbingan kelompok ditujukan untuk pencegahan berkembangnya masalah pada diri peserta didik. Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran. Kegiatan ini banyak menggunakan alat-alat pelajaran seperti cerita-cerita, boneka, dan film.

Adapun tahapan bimbingan kelompok terdiri dari tahap awal, tahap transisi, tahap inti, dan tahap akhir. Pada tahap inti terdapat beberapa langkah teknik self-management yakni Pertama, Memilih tujuan awal, pada tahap ini siswa diminta untuk mencatat perilakunya sekarang yang terkait dengan tanggung jawab belajar yang rendah. Kedua, Menterjemahkan tujuan-tujuan dalam tingkah laku sasaran, dalam

tahap ini siswa diminta untuk mencatat kembali tingkah laku seperti apa yang ingin diubah atau ditingkatkan terkait dengan tanggung jawab belajar. Ketiga, Monitoring Pribadi pada tahap ini siswa diminta untuk membuat catatan berupa jadwal belajar yang akan disepakati dengan peneliti dan membuat jadwal behavioral diary. Keempat, Merancang Rencana Perubahan, pada tahap ini peneliti akan menentukan reward dan punishment untuk siswa jika siswa dapat memperoleh banyak perubahan dari apa yang telah direncanakan, kemudian siswa diminta untuk mengontrol perilaku sendiri dengan tingkah laku yang ingin dicapai. Kelima, Mengevaluasi Action Plan, pada tahap ini siswa diminta untuk mengevaluasi atau membandingkan perilaku mereka dengan catatan yang telah dibuat berupa tingkah laku yang ingin dicapai agar mengetahui seberapa tingkat pencapaian keberhasilan mereka dalam proses tersebut. Bimbingan kelompok dengan teknik self-management efektif untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa, terlihat dari adanya peningkatan yang terjadi pada masing-masing siswa di setiap pertemuan yang dilaksanakan.

Hasil penelitian upaya meningkatkan tanggung jawab belajar dengan teknik self-management ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Masnurrima Heriansyah & Dydik Kurniawan (2017) yang ternyata penelitiannya mampu meningkatkan tanggung jawab belajar siswa menggunakan teknik *Self Management*. Subyek penelitian ini adalah siswa sebanyak 9 siswa yang memiliki tanggung jawab belajar yang rendah.

2. Aktivitas Siswa

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan pada siklus I dan siklus II, aktivitas siswa mengalami peningkatan dari siklus sebelumnya. Pada aspek pertama, siswa menyimak penjelasan konselor dalam pemberian materi tentang tanggung jawab belajar. Pada awalnya siswa masih banyak yang asik sendiri dan saling bicara dengan teman di sampingnya, sampai dimana terjadi perubahan pada siswa. Dimana siswa mulai mau memperhatikan dengan seksama ketika peneliti sedang menyampaikan materi.

Pada aspek kedua, yaitu siswa memilih tujuan awal dengan mencatat perilakunya sekarang yang terkait dengan tanggung jawab belajar awalnya siswa juga

masih banyak saling berdiskusi sesama temannya di samping, sampai terjadi perubahan pada siswa yang dimana siswa sudah mulai tenang dengan mengerjakan apa yang diminta peneliti.

Pada aspek ketiga, yaitu menterjemahkan tujuan-tujuan dalam tingkah laku sasaran dengan mencatat perilaku kembali tingkah laku seperti apa yang ingin diubah atau ditingkatkan terkait dengan tanggung jawab belajar, awalnya siswa sempat kebingungan bagaimana perilaku yang ingin mereka ubah, sampai terjadi perubahan pada siswa yang sudah mulai memahami dan tau bagaimana sikap atau perilaku yang ingin diubah.

Pada aspek keempat, yaitu membuat catatan berupa jadwal belajar yang sudah disepakati dengan konselor dan membuat behavioral diary, awalnya siswa tidak mampu membuat behavioral diary dengan baik, sampai terjadi perubahan pada siswa yang sudah mampu membuat behavioral diary dengan baik.

Pada aspek kelima, yaitu merancang rencana perubahan dengan membandingkan antara informasi yang diperoleh melalui monitoring diri sendiri (self-monitoring) dengan standar tingkah laku khusus siswa, awalnya siswa

kurang paham dengan tahap ini sampai terjadi perubahan pada siswa yang sudah paham.

Pada aspek keenam, yaitu mengevaluasi perilaku mereka dengan catatan yang telah dibuat berupa tingkah laku yang ingin dicapai agar mengetahui seberapa tingkat pencapaian keberhasilan mereka dalam proses tersebut, awalnya siswa tidak bisa mengevaluasi sejauh mana sudah perubahan yang ia lakukan, sampai terjadi perubahan pada siswa yang sudah mengerti bagaimana hasil evaluasi selama ini ia lakukan dimana siswa sudah bisa menunjukkan sikap tanggung jawab belajar dengan baik. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa siswa mengalami peningkatan pada tanggung jawab belajar.

Tanggung jawab belajar merupakan kewajiban yang harus ada pada diri setiap siswa di dalam menjalankan tugas belajarnya dengan harapan untuk dapat dijadikan sebagai modal dalam meraih prestasi akademik maupun non akademik. Melalui bentuk implementasi rasa tanggung jawab dalam belajar, siswa akan terpacu untuk terus berusaha dan menjaga dirinya untuk selalu bersikap optimis dan kosekuen terhadap kewajiban belajarnya yang nantinya akan berdampak pada pencapaian

keberhasilan baik dalam prestasi akademik maupun prestasi non akademik termasuk dalam mewujudkan pribadi yang cerdas, bertanggung jawab, terampil, berkarakter dan berkepribadian luhur. Rendahnya tanggung jawab siswa dalam belajar termasuk perilaku yang nampak sehingga dalam penyelesaian permasalahan ini diperlukan proses pengubahan perilaku dan juga pemahaman diri mengenai dampak yang bisa ditimbulkan dari sikap dan perilaku terkait dengan rendahnya tanggung jawab dalam belajar pada siswa..

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prakarsa Paedagogia (2021) yang berjudul “Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self-Management” menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok sangatlah tepat untuk meningkatkan rendahnya tanggung jawab belajar pada siswa. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terkait dengan implementasi layanan bimbingan kelompok teknik self management terbukti secara ilmiah memberikan dampak dan perubahan yang signifikan terhadap peningkatan tanggung jawab belajar pada siswa di setiap tahapan siklus. Melalui kegiatan mengelola diri dalam layanan bimbingan

kelompok teknik self management dan juga dengan memanfaatkan dinamika kelompok akan dapat memfasilitasi siswa dalam meningkatkan kemampuan mengelola diri, bergaul dengan teman dalam satu kelompok, bertukar pendapat/ ide/ gagasan, lebih mudah untuk menguraikan persoalan yang dihadapinya dan cara mengatasinya, termasuk untuk melatih dirinya dalam meningkatkan tanggung jawabnya dalam belajar.

Diperkuat lagi oleh Amti (2004), bahwa tujuan layanan bimbingan kelompok adalah supaya anggota kelompok/ pesertanya mampu untuk berani mengemukakan pendapat dihadapan teman-temannya, mampu bersikap lebih terbuka di dalam kelompok, mampu membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya, mampu mengelola dan mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok, dapat bertanggung jawab dan bersikap tenggang rasa dengan orang lain, dapat memperoleh ketrampilan sosial dan mampu dalam mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

3. Hasil Peningkatan Tanggung Jawab Belajar

Upaya meningkatkan tanggung jawab belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management pada siswa kelas VIII di SMPN 27 Banjarmasin mengalami peningkatan setiap siklus. Seluruh siswa dapat menunjukkan perubahan, hal ini dapat disebabkan siswa sudah bisa memenuhi ciri-ciri yang diamati dan mencapai kategori berhasil yang menunjukkan meningkatnya tanggung jawab belajar siswa. Adapun ciri-ciri yang diamati sebagai acuan dan hasil bahwa siswa sudah menunjukkan perubahan dan mengalami peningkatan tanggung jawab belajar, yaitu ciri-ciri yang pertama, mengerjakan tugas yang diberikan guru. Ciri-ciri yang kedua, mengerjakan tugas sampai selesai. Ciri-ciri yang ketiga, berpikir positif. Ciri-ciri yang kelima, tidak menyalahkan orang lain atas kesalahan yang diperbuatnya.

Peningkatan tanggung jawab belajar terjadi dikarenakan peneliti berhasil melaksanakan langkah-langkah dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management. Adapun langkah-langkah tersebut, yaitu langkah pertama, Peneliti mengucap salam dan menyapa peserta didik/konseli dengan kalimat yang membuat

siswa bersemangat. peneliti menyampaikan tentang tujuan bimbingan yaitu untuk meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa. Setelah itu peneliti menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan bimbingan, menggunakan teknik Self-Management. Pada langkah kedua, yaitu peneliti menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan kegiatan ini. Peneliti menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas masing-masing peran dan tanggung jawab siswa dalam melakukan kegiatan. Peneliti menanyakan kesiapan para siswa untuk melaksanakan kegiatan ini.

Pada langkah ketiga, yaitu memasuki pada tahap dimana ada teknik self-management. Sebagai berikut, Memilih tujuan awal, pada tahap ini siswa diminta untuk mencatat perilakunya sekarang yang terkait dengan tanggung jawab belajar yang rendah. Pada langkah keempat, yaitu menterjemahkan tujuan-tujuan dalam tingkah laku sasaran, dalam tahap ini siswa diminta untuk mencatat kembali tingkah laku seperti apa yang ingin diubah atau ditingkatkan terkait dengan tanggung jawab belajar. Pada langkah kelima, monitoring pribadi pada tahap ini siswa diminta untuk membuat catatan berupa jadwal

belajar yang akan disepakati dengan peneliti dan membuat jadwal behavioral diary.

Pada langkah keenam, merancang rencana perubahan, pada tahap ini peneliti akan menentukan reward dan punishment untuk siswa jika siswa dapat memperoleh banyak perubahan dari apa yang telah direncanakan, kemudian siswa diminta untuk mengontrol perilaku sendiri dengan tingkah laku yang ingin dicapai. Pada langkah ketujuh, mengevaluasi action plan, pada tahap ini siswa diminta untuk mengevaluasi atau membandingkan perilaku mereka dengan catatan yang telah dibuat berupa tingkah laku yang ingin dicapai.

Kemudian siswa sudah menunjukkan keaktifannya dalam mengikuti kegiatan layanan yang dapat dilihat dari 6 aspek yang diamati pada aktivitas siswa. Adapun 6 aspek yang diamati, yaitu aspek pertama, siswa mampu menyimak penjelasan konselor dalam pemberian materi tentang tanggung jawab belajar. Aspek kedua, siswa mampu memilih tujuan awal dengan mencatat perilakunya sekarang yang terkait dengan tanggung jawab belajar. Aspek ketiga, siswa mampu menterjemahkan tujuan-tujuan dalam tingkah laku sasaran dengan

mencatat perilaku kembali tingkah laku seperti apa yang ingin diubah atau ditingkatkan terkait dengan tanggung jawab belajar. Aspek keempat, siswa mampu membuat catatan berupa jadwal belajar yang sudah disepakati dengan konselor dan membuat behavioral diary. Aspek kelima, siswa mampu merancang rencana perubahan dengan membandingkan antara informasi yang diperoleh melalui monitoring diri sendiri (self-monitoring) dengan standar tingkah laku khusus siswa. Aspek keenam, siswa mampu mengevaluasi perilaku mereka dengan catatan yang telah dibuat berupa tingkah laku yang ingin dicapai agar mengetahui seberapa tingkat pencapaian keberhasilan mereka dalam proses tersebut.

Tanggung jawab belajar yang dimiliki setiap orang itu berbeda-beda. Adapun ciri-ciri yang memiliki tanggung jawab belajar yang tinggi menurut Wulandari dalam jurnal Utami (2015), yaitu akan selalu mengerjakan tugas-tugas yang diberikan baik dari guru maupun tugas yang diberikan oleh sekolah yang harus dikerjakan di rumah, selalu berusaha menciptakan sesuatu tanpa rasa lelah dan putus asa, selalu berpikiran positif di setiap kesempatan dan dalam situasi

apapun, tidak pernah menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah diperbuatnya.

Bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (siswa). Isi kegiatan bimbingan kelompok terdiri atas penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk pelajaran. Layanan bimbingan kelompok tentu akan sangat relevan dan dipandang mampu dalam memberikan sentuhan inovatif yang pada akhirnya akan dapat memberikan dampak yang signifikan untuk meningkatkan rendahnya kondisi tanggung jawab siswa dalam belajar. Hartinah (2017: 105) menyatakan bahwa layanan bimbingan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengajak siswa untuk bersama-sama mengemukakan pendapat tentang sesuatu dan membicarakan topik-topik penting, mengembangkan nilai-nilai tentang hal tersebut, dan mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan dalam kelompok.

Dilihat dari tujuan tersebut peneliti mengkombinasikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management untuk

meningkatkan tanggung jawab belajar. Menurut Masnurrima Heriansyah & Dydik Kurniawan tahun 2017 yang ternyata penelitiannya mampu meningkatkan tanggung jawab belajar siswa menggunakan teknik Self Management bahwa teknik ini mampu meningkatkan tanggung jawab belajar siswa. Menurut Amin (2017: 52) teknik ini juga memiliki kelebihan yaitu, konseli secara bertanggung jawab mampu mengatur perilakunya sendiri, konseli mampu mengevaluasi perilakunya sendiri tanpa perlu membandingkan dengan perilaku orang lain, pengaturan paling baik adalah pengaturan dari diri sendiri, tidak perlu menekankan pada intensitas pemantuan dari konselor.

Teknik self-management ini memiliki 5 tahap yaitu, memilih tujuan awal pada siklus I hingga II semua tahap dari teknik ini bisa terlaksana, namun tidak terlalu maksimal. Pada siklus I di tahap memilih tujuan awal peneliti kesulitan dalam langkah ini karena belum dapat membangun suasana yang nyaman sehingga siswa belum mengerti juga bagaimana memilih tujuan awal. Kemudian pada tahap menterjemahkan tujuan-tujuan dalam tingkah laku sasaran pada siklus I peneliti masih gugup menyampaikan kepada siswa.

Kemudian pada tahap monitoring pribadi, peneliti kurang maksimal dalam menyampaikan dan menjelaskan kepada siswa sehingga siswa masih banyak yang kebingungan. Kemudian pada tahap merancang rencana perubahan, peneliti masih kurang jelas dan terbata-bata. Kemudian pada tahap mengevaluasi action plan, peneliti membantu siswa untuk mengevaluasi tingkah laku yang sudah di dapat meski siswa masih sedikit kebingungan.

Pada siklus II di tahap memilih tujuan awal peneliti sudah mampu membangun suasana yang nyaman, peneliti sudah benar-benar memahami tujuan yang ditetapkan sehingga siswa sudah mengerti juga bagaimana memilih tujuan awal untuk menentukan atau mencatat perilaku yang menunjukkan tanggung jawab belajar rendah yang dialaminya sekarang. Kemudian pada tahap menterjemahkan tujuan-tujuan dalam tingkah laku sasaran pada peneliti sudah mampu dan sangat mudah menjelaskan kepada siswa sehingga siswa dapat melaksanakan tahap ini yaitu mencatat perilaku seperti apa yang ingin diubah atau goals nya seperti apa. Kemudian pada tahap monitoring pribadi, peneliti sudah maksimal dalam menyampaikan dan menjelaskan

kepada siswa. Kemudian pada tahap merancang rencana perubahan, peneliti sudah mampu menyampaikan dengan jelas dan tidak terbata-bata lagi. Kemudian pada tahap mengevaluasi action plan, peneliti membantu siswa untuk mengevaluasi tingkah laku yang sudah di dapat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Prakarsa Paedagogia (2021) tentang "Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Self Management" Adapun hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa bahwa layanan bimbingan kelompok teknik self management terbukti efektif dalam meningkatkan tanggung jawab belajar pada siswa kelas IX C di SMP Negeri 3 Suruh Kabupaten Semarang. Dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa ada perubahan yang signifikan pada tingkat tanggung jawab belajar siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik self management. Perubahan tersebut terlihat pada peningkatan skor rata-rata tanggung jawab belajar siswa yang sebelumnya hanya bisa mencapai angka 4,0 (rendah), meningkat menjadi 6,2 (tinggi).

Lalu menurut hasil penelitian Masnurrima Heriansyah, Dydik Kurniawan (2017) tentang "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa" Adapun hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik self management dapat meningkatkan tanggung jawab belajar mahasiswa. Hal ini terlihat dari data tanggung jawab belajar mahasiswa sebelum diberi perlakuan sebesar 31,7% (kategori rendah) dan data setelah diberi perlakuan sebesar 71,8% (kategori tinggi). Sehingga terdapat peningkatan sebesar 40,1% dari data sebelum dan sesudah perlakuan yang diberikan. Maka dapat disimpulkan bahwa adanya terjadi peningkatan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian upaya meningkatkan tanggung jawab belajar menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* pada siswa kelas VIII di SMPN 27 Banjarmasin didapatkan hasil bahwa Teknik *self-management* melalui bimbingan kelompok berhasil meningkatkan tanggung jawab belajar

siswa. Kategori yang dicapai yaitu “Berhasil”. Saran untuk peneliti selanjutnya ialah dapat menjadi bahan acuan untuk penelitian selanjutnya agar mampu meningkatkan tanggung jawab belajar yang baik lagi. Peneliti selanjutnya harus mengetahui kelebihan dan kekurangan dari teknik tersebut. Selain itu, peneliti selanjutnya juga perlu mengetahui tingkat kesulitan dari penggunaan teknik serta mencari penyebab dari tidak terlaksananya beberapa tahapan yang berada dalam teknik *self-management*. Hal ini akan mempengaruhi terhadap hasil atau tujuan yang akan dicapai, yaitu meningkatkan tanggung jawab belajar siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- Amin, Zakki Nurul. 2017. *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (teori dan contoh aplikasi penerapan)*. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Asmawati, Ozy. 2017. *Efektivitas Konseling Individual Dengan Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Perintis 2 Bandar Lampung*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Ghufron, Nur & S, Risnawita, Rini. 2017. *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media: Jogjakarta.
- Heriansyah, M & Kurniawan, D. 2017. Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia (JPPI)*, 2(2), 1-5. Dari <http://www.irpp.com/index.php/jpp/article/view/764>. Diakses April 2017.
- Hartinah, Sitti. 2017. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Komalasari, G. dkk. 2018. *Teori dan Teknik Konseling*. PT Indeks: Jakarta.
- Nursalim, Mochamad. 2014. *Strategi & Intevensi Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2012. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Rustam & Kamaruzzaman. 2016. Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Proyeksi: *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 1-8. Dari <http://irpp.com/index.php/jptbk/article/view/576>. Diakses Mei 2016.
- Tim Penyusun Kemendikbud. 2016. *Panduan operasional penyelenggaraan bimbingan dan konseling sekolah menengah pertama (SMP)*. Jakarta: Direktorat Jendral Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Tim Penyusun. 2018. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat (Edisi Revisi)*. Banjarmasin: tidak diterbitkan.
- Utami, Ristina Dwi. 2015. *Pengaruh Perhatian Orang Tua Terhadap Tanggung Jawab Belajar Siswa Kelas V SD Se-Gugus V Kecamatan Gulur Kabupaten Kulon*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.