

**EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING THOURGH HOMEWORK
ASSIGNMENT TECHNIQUE TO IMPROVE STUDENTS SELF
REGULATION LEARNING CLASS VIII SMPN 9 BANJARMASIN**

Nurhalimah Sa'dah

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas Lambung Mangkurat

Kalimantan Selatan

Indonesia

Sadahwahab163@gmail.com

ABSTRACT

Experts and education experts agree that self regulation learning affects the difference in student learning performance. The lack of self-regulation learning in students will have an impact on the less optimal student learning achievement because he has not been able to regulate himself well especially in terms of learning. The purpose of this research to find out the self-regulation learning before and after the homework technique given assignment in the Group Counseling services to the students. This research also aims to determine the effectiveness of homework assignment in group counseling services to improve the Self regulation learning in students in grade VIII SMPN 9 Banjarmasin. This research is a quantitative research using an experimental method with pre-experiemntal design designed using non-equivalent control group design form. This research was conducted at SMPN 9 Banjarmasin. The samples in this study was obtained from questionnaires and the criteria of inclusion using the purposive sampling technique of 10 persons. The results of this study indicate that based on the testing of the data obtained using the formula T-Test formula indicates that $t_{hit} > t_{tab}$ ($8.28 > 2.306$ with an error probability of 0.05 or 5%). With the conclusion, there are differences in the level of self regulation learning students before and after given the technique homework assignment in Group counseling services. Thus the technique homework assignment in the Group Counseling service is effective to improve the Self regulation learning marked by the increase in the score of percentage value in students of Grade VIII SMPN 9 Banjarmasin.

Keywords: *homework assignment technique, self regulation learning, group counseling*

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *HOMEWORK ASSIGNMENT* UNTUK MENINGKATKAN *SELF
REGULATION LEARNING* SISWA KELAS VIII SMPN 9 BANJARMASIN**

ABSTRAK

Para ahli maupun pakar pendidikan sepakat bahwa *self regulation learning* mempengaruhi perbedaan prestasi belajar siswa. Rendahnya *self regulation learning* dalam diri siswa akan berdampak pada kurang optimalnya prestasi belajar siswa tersebut disebabkan ia belum mampu mengatur dirinya dengan baik terutama dalam hal belajar. Tujuan diadakannya penelitian adalah untuk mengetahui gambaran *self regulation learning* pada siswa sebelum dan sesudah diberikannya teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self regulation learning* pada siswa kelas VIII SMPN 9 Banjarmasin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dengan rancangan *pre-eksperimntal design* dengan menggunakan bentuk *non-equivalent control group design*. Penelitian dilaksanakan di SMPN 9 Banjarmasin. Sampel dalam penelitian ini diperoleh dari angket dan kriteria inklusi dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 10 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan pengujian dari data yang diperoleh dengan menggunakan rumus Uji T-test menunjukkan bahwa $t_{hit} > t_{tab}$ ($8,28 > 2,306$ dengan probabilitas kesalahan 0.05 atau 5%). Dengan hasil kesimpulan yaitu bahwa adanya perbedaan tingkat *self regulation learning* siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *homework assignment* dalam layanan konsling kelompok. Teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok sangat efektif untuk meningkatkan *self regulation learning* yang ditandai dengan meningkatnya skor nilai persentase pada siswa kelas VIII SMPN 9 Banjarmasin.

Kata Kunci: *teknik homework assignment, self regulation learning, konseling kelompok*

PENDAHULUAN

Keberhasilan proses belajar mengajar tidaklah instan, banyak hal yang turut memberikan pengaruh didalamnya, karena dalam belajar menguasai pengetahuan saja tidaklah cukup bagi siswa, namun harus dibarengi dengan pengaturan diri yang

baik dalam belajar yakni dengan regulasi diri dalam belajar (*self regulation learning*) siswa atau peserta didik. Menurut Zimerman yang dikutip Gredler (2011) dalam Rahmiyati (2017), mengatakan bahwa; “*self regulation learning* adalah pemikiran, perasaan dan tindakan yang

dimunculkan sendiri yang direncanakan dan disesuaikan secara siklis untuk mencapai tujuan pribadi”.

Adapun siswa yang mempunyai *self regulation learning* yang baik memiliki indikator, diantaranya dapat terlihat dari bagaimana mereka terbiasa dan tahu dengan strategi kognitifnya (pengulangan, elaborasi, dan organisasi). Siswa juga memiliki tujuan dalam belajar, mampu merencanakan, mengontrol waktu, memiliki emosi yang baik terhadap pelajaran, memiliki motivasi belajar, serta memiliki usaha besar untuk dapat berpartisipasi dalam tugas-tugas yang diberikan, suasana dan urusan kelas.

Namun, berdasarkan kajian lapangan untuk pendahuluan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dari bulan September sampai November di SMP Negeri 9 Banjarmasin, peneliti menemukan kurangnya antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran, hal ini nampak dari kurangnya minat mereka dalam menyimak penjelasan guru, mengeluh saat diminta mencatat bahan pelajaran, serta izin keluar kelas dengan berbagai alasan untuk menghindari jam pelajaran. Selain itu, peneliti juga sempat mewawancarai guru mata pelajaran Bahasa Indonesia mengenai bagaimana keseriusan siswa mengikuti jam pelajaran serta mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, berdasarkan hasil wawancara tersebut guru mata pelajaran tersebut mengeluhkan sikap anak didiknya yang sering tidak mau memperhatikan saat dia sedang

menjelaskan serta kerap kali siswa tidak mengolah tugas yang diberikan oleh guru.

Bukan hanya itu, peneliti juga membagikan angket kebutuhan pada beberapa kelas di SMP Negeri 9 Banjarmasin, dari analisis angket tersebut peneliti dapatkan tingginya kebutuhan siswa akan pemahaman mengenai cara belajarnya, baik itu dalam hal mengatur waktu belajar, belajar tanpa paksaan dari orang tua, cara meraih prestasi, dan lainnya. Selain angket kebutuhan siswa, peneliti juga membagikan angket *study habit*, dimana maksud dan tujuan pemberian angket ini kepada siswa untuk mengetahui kemungkinan adanya masalah yang dihadapi siswa dalam kaitannya dengan kebiasaan belajarnya, dari hasil analisis angket ini pun peneliti menemukan masih banyak siswa yang mengalami kesukaran dalam belajar.

Jika situasi ini dibiarkan tentu akan berimbas pada rendahnya prestasi belajar siswa. Seperti yang peneliti tanyakan kepada guru mata pelajaran mengenai hasil belajar siswa, mereka mengeluhkan banyaknya siswa yang harus mengikuti *remedial* setiap kali ulangan tengah semester maupun ulangan akhir semester, padahal pembekalan untuk menghadapi ulangan tersebut sudah diberikan dengan maksimal oleh dewan guru.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, seperti penelitian yang telah dikerjakan oleh Sasmita, dkk (2018) yang menunjukkan bahwa

rendahnya *self regulation learning* dapat ditingkatkan melalui pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *homework assignment*, dimana layanan konseling kelompok sendiri menurut Juntika (2009) dalam Fahmi & Slamet (2016) merupakan upaya bantuan yang disuguhkan kepada peserta didik agar mampu memecahkan masalah dalam dirinya dengan memanfaatkan situasi kelompok. Layanan konseling kelompok memungkinkan siswa secara bersama-sama memperoleh kesempatan bagi pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok dalam konseling kelompok.

Adapun teknik yang digunakan yakni teknik *homework assignment* merupakan proses utama di mana klien mengalami perubahan terapi perilaku dan kognitif, berlatih dan mempertahankan keterampilan dan teknik baru, dan bereksperimen dengan perilaku baru. *Homework assignment* juga memberikan kesempatan bagi klien untuk mengumpulkan informasi mengenai pikiran, suasana hati, fisiologi, dan perilaku mereka dalam situasi yang berbeda dan untuk membaca informasi yang berkaitan dengan terapi dan masalah yang mereka sedang alami". Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, maka peneliti ingin melaksanakan penelitian dengan judul: "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Homework Assignment* untuk Meningkatkan *Self*

Regulation Learning Siswa Kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin"

TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut:

Mengetahui gambaran *self regulation learning* siswa kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin sebelum dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *homework assignment*.

Mengetahui gambaran *self regulation learning* siswa kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin sesudah dilaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *homework assignment*.

Mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *homework assignment* untuk meningkatkan *self regulation learning* siswa kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin.

METODE PENELITIAN

Dalam studi ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, dengan jenis penelitian eksperimental (studi percobaan) di bawah kondisi artifisial yang sengaja diatur atau dibuat oleh kontrol atau manipulasi Variabel yang diinginkan. Adapun desain penelitian itu sendiri menggunakan desain pre-Experimental dalam bentuk desain kelompok kontrol non-setara, yaitu dalam desain ini ada kelompok yang digunakan untuk penelitian, tetapi terbagi 2, yaitu sebagian dari Kelompok (pengobatan)

dan sebagian kelompok nya lagi untuk mengontrol (yang tidak diobati). Adapun untuk mengeksplorasi sampel penelitian, peneliti menggunakan Skala Likert yang berisi sejumlah pertanyaan positif dan negatif.

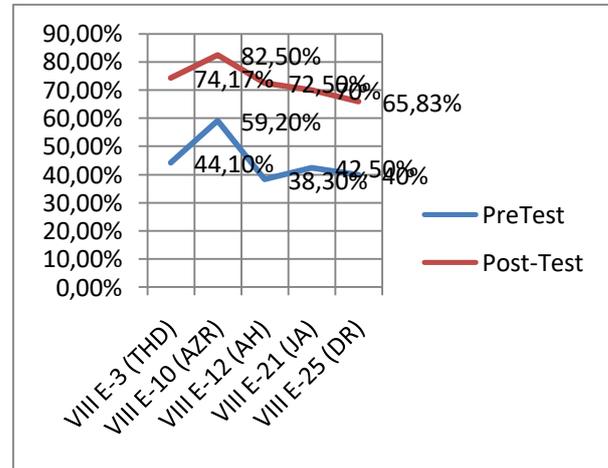
Pengambilan data penelitian dilaksanakan di SMPN 9 Banjarmasin yang berlokasi di provinsi Kalimantan Selatan. Adapun waktu dilakukannya penelitian ini pada bulan Juni 2019 yang meliputi: uji validasi instrumen, penjarangan sampel penelitian, pemberian proses layanan konseling kelompok sesuai dengan pedoman.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan pada setengah kelompok yang diberikan *treatment* menunjukkan bahwa pelaksanaan teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan *self regulation learning* siswa. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya skor pengukuran *self regulation learning* melalui pemberian *pre-test* dan *post-test*. Total skor setengah anggota kelompok yang diberikan *treatment* sebelum diberikan *teratment* atau dilakukannya *pre-test* termasuk dalam kategori kurang baik dan sedang, kemudian setelah mengikuti serangkaian agenda layanan konseling kelompok dengan teknik *homework assignment* atau dilakukannya *post test*, total skor siswa meningkat cukup signifikan.

Gambar 1. Garfik Grafik Persentase Perbandingan *Pre-Test* dan *Post-Test*

Self Regulation Learning pada Setengah Kelompok Siswa yang Diberikan *Treatment*



Sehubungan dengan perubahan atau perbaikan setelah mengikuti kegiatan pelayanan bimbingan kelompok dngan teknik pekerjaan rumah yang ditugaskan, Montalvo (2004:3) menyatakan bahwa sifat dari seseorang mengajarkan regulasi diri baik; Terbiasa dan tahu bagaimana menggunakan strategi kognitif (pengulangan, elaborasi dan organisasi), mampu merencanakan strategi belajar untuk mencapai tujuan belajar, menunjukkan serangkaian motivasi dan keyakinan emosional yang adatif dalam belajar, Pelaksanaan tugas, dll.

Hal diatas selaras dengan peningkatan skor yang ditunjukkan oleh hasil *pre-test* siswa setelah diberikan teknik *homework assignment* dimana peningkatan terjadi pada berbagai aspek, diantaranya; kemampuan dalam membuat persiapan dalam menghadapi ulangan

harian/semester, membuat strategi-strategi baru dalam belajar seperti mencari berbagai referensi atau cara untuk menyelesaikan suatu tugas, dapat mengetahui penyebab kegagalan dalam belajar, mampu mengevaluasi cara belajar, memiliki dorongan dalam menciptakan iklim yang baik dalam belajar seperti mendengarkan penjelasan guru serta tidak berbicara dengan teman saat pelajaran berlangsung, serta menciptakan tujuan dalam belajar sebagai motivasi mereka dalam meningkatkan prestasinya.

Dalam penelitian ini proses konseling kelompok dilakukan dalam 4 (empat) kali pertemuan, dalam setiap pertemuan dilakukan 4 tahapan, yakni tahap pembukaan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran. Ditahapan awal peneliti mengisi kegiatan dengan membina *rapport* antara peneliti dan anggota kelompok, menjelaskan maksud dari dilaksanakannya konseling kelompok, serta membuat kontrak kesediaan mengikuti konseling kelompok. Tahap peralihan terdiri dari kegiatan yang bertujuan dalam mempersiapkan anggota kelompok masuk ke tahap berikutnya dengan berdoa, *ice breaking* dan menegaskan bahwa kelompok dibentuk dengan bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan yg dihadapi oleh anggota kelompok. Tahap kegiatan/inti terdiri dari kegiatan mengeksplorasi permasalahan siswa dan diberikannya teknik *homework assignment*. Tahap pengakhiran terdiri dari kegiatan mengemukakan kesan dan hasil

kegiatan, pemberian suatu pekerjaan rumah yang harus dilakukan oleh anggota kelompok diwaktu diantara sesi konseling, serta menyepakati jadwal untuk pertemuan selanjutnya.

Adapun langkah-langkah teknik *homework assignment* pada penelitian ini, yaitu: (1) memantau perasaan klien, (2) membuat daftar tuntutan pribadi, (3) menggunakan *rational emotive imagery*, (4) berlatih mengubah perasaan dan pikiran pada situasi yang nyata, (5) bertanggung jawab pada resiko, (6) memperkuat diri melalui *self-talk* positif.

Dari hasil pembahasan teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok, secara umum dapat dikatakan bahwa teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan *self regulation learning* pada siswa yang ditandai dengan meningkatnya *self regulation learning* pada setengah kelompok yang diberikan *treatment* sesudah diberikan teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok.

KESIMPULAN

Sebelum diberikan *treatment* melalui teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok, nilai rata-rata *self regulation learning* siswa termasuk dalam kategori kurang baik dan sedang.

Setelah diberikan *treatment* melalui teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok, hasil nilai rata-rata *self regulation*

learning pada siswa mulai meningkat yang termasuk dalam kategori baik dan baik sekali.

Berdasarkan hasil *t-test*, maka teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok efektif untuk meningkatkan *self regulation learning* pada siswa kelas VIII SMPN 9 Banjarmasin.

DAFTAR RUJUKAN

- Fahmi, Nur, Nasrina. *Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman*, (Online), Vol. 13, No. 1 (<https://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/hisbah/article/view/1078>, diakses 29 Agustus 2018)
- Montalvo, F.T., Torres, M.C.G. (2004). Self-regulated learning: Current and Future Directions. Spain: Departement of Education: University de Navarra. *Electronic Journal of Receach in Educational Psychology*, 2 (1), (http://www.investigacionicopedagogica.org/revista/articulos/3/english/Art_3_27. diakses 31 Desember 2018)
- Rahmiyati, Anis. 2017. *Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X pada Mata Pelajaran Ekonomi*, (Online), (<https://www.neliti.com/id/journals/jurnal-pendidikan-dan-pembelajaran-untan?page=7>, diakses 12 September 2018)