

MENURUNKAN KESULITAN BELAJAR SISWA SMP MELALUI STRATEGI SELF-MANAGEMENT DALAM KONSELING KELOMPOK

Yulanda Kusuma Wadanti
Universitas PGRI PGRI Adi Buana Surabaya
Email: yulandakusuma18@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menurunkan kesulitan belajar siswa melalui strategi self-management dalam konseling kelompok. Penelitian ini menggunakan pendekatan praeksperimental dengan rancangan one group pre-test post-test design pada populasi siswa kelas VII B SMP Negeri 2 Krian Sidoarjo. Sampel penelitian sebanyak 8 orang siswa yang ditentukan dengan menggunakan purposive sampling. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan skala kesulitan belajar dan dianalisis dengan teknik statistika uji Wilcoxon statistika nonparametrik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan strategi self-management dalam konseling kelompok secara signifikan dapat menurunkan kesulitan belajar siswa.

Kata kunci: *Kesulitan belajar, self-management, dan konseling kelompok*

ABSTRACT

The purpose of this study is to reduce student learning difficulties through self-management strategies in group counseling. This study uses a pre-experimental approach with one group pre-test post-test design design in the population of class VII B students of SMP Negeri 2 Krian Sidoarjo. The research sample of 8 students who were determined using purposive sampling. The research data were collected using a learning difficulty scale and analyzed with the statistical statistical Wilcoxon nonparametric test. The results of this study indicate that the use of self-management strategies in group counseling can significantly reduce student learning difficulties.

Keywords: *Learning difficulties, self-management, and group counseling*

PENDAHULUAN

Kesulitan belajar masih menjadi salah satu aspek penting dan banyak dialami oleh para siswa di sekolah. Kesulitan belajar siswa ditunjukkan melalui gejala nampak yang mencakup, motivasi rendah, merasa malas belajar, kesulitan dalam memahami konsep, dan sering menunjukkan kegagalan tertentu dalam mencapai tujuan belajarnya. Hasil penelitian Ani Susilowati (2006) dan Fakhrol Jamal (2014) menunjukkan siswa yang mengalami kesulitan belajar dalam bentuk memahami konsep sekitar 50%, di pihak lain tujuan

pembelajaran di sekolah dirancang sebagian besar dalam bentuk pemahaman konsep terhadap materi pelajaran yang disajikan dalam kurikulum sekolah.

Kesulitan belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor yang bersifat internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang bersumber dari diri siswa, juga memainkan peranan penting dalam mengendalikan kesulitan belajar siswa, di antaranya minat belajar, motivasi belajar, disiplin belajar yang rendah. Faktor eksternal merupakan faktor yang bersumber dari lingkungan siswa terutama lingkungan sosial di sekolah. Program pendidikan di sekolah merupakan faktor eksternal yang dirancang secara konstruktif dalam upaya untuk memfasilitasi kepada peserta didik agar mereka mampu melakukan belajar secara optimal dalam upaya mewujudkan tujuan pendidikan nasional yaitu berkembangnya potensi peserta didik secara maksimal agar mereka berhasil menjadi insan Indonesia yang memiliki karakter berbasis budaya Indonesia, yaitu beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki akhlak mulia, berbadan sehat secara fisik psikologis, dan sosial, memiliki kebiasaan bersikap dan berperilaku inovatif, dan mampu menunjukkan diri sebagai anggota masyarakat yang bertanggung jawab dan demokratis (Hartono, 2015).

Bimbingan dan konseling sejak diberlakukan kurikulum tahun 1975 secara formal dinyatakan sebagai bagian integral dari sistem pendidikan di sekolah memiliki urgensi dan implikasi dalam memfasilitasi setiap peserta didik agar mampu tumbuh dan berkembang dalam mencapai tujuan pendidikan nasional yang diuraikan di atas. Dengan diundangkan Permendikbud Nomor 111 tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada satuan pendidikan dasar dan pendidikan menengah, diharapkan semakin kuat eksistensi pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan peserta didik (Kemendiknas, 2007).

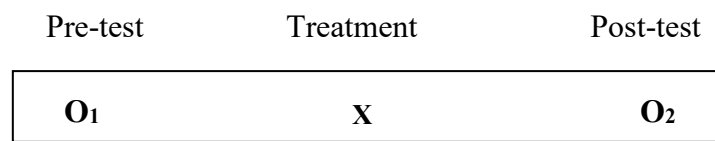
Konseling kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang diselenggarakan secara kelompok dianggap memiliki nilai efisiensi dan efektivitas yang tinggi bila dibandingkan dengan pelayanan bimbingan yang lain, dengan alasan utama bahwa pendekatan kelompok yang menggunakan dinamika kelompok akan lebih efektif bila dibandingkan dengan pendekatan individual. Prayitno dalam Hartono (2006) menyatakan bahwa dinamika kelompok sebagai sumber energi dalam mengerakkan sikap dan perilaku anggota kelompok untuk lebih berperan serta secara produktif selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.

Strategi self-management yang bersumber dari teori psikologi behavioristik (Hartono dan Boy Soedarmadji, 2012) memungkinkan peserta didik akan mampu mengelola dirinya dalam melakukan setiap aktivitas belajar, sehingga mereka akan lebih mampu mengendalikan setiap kesulitan yang dihadapi di antaranya kesulitan dalam belajar. Berdasarkan uraian di

atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan harapan dapat memperoleh hasil yang lebih maksimal dalam upaya menambah referensi praksis bimbingan dan konseling di sekolah yang bersumber dari hasil penelitian.

METODE PENELITIAN

Kajian ini dilakukan melalui penelitian pra-eksperimental (Sumadi Suryabrata, 2014) dengan menggunakan rancangan satu kelompok sebelum perlakuan subjek penelitian diberi pre-test dan setelah perlakuan subjek penelitian diberi post-test. Rancangan ini disebut *one group pre-test post-test design* yang diuraikan pada gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1. Rancangan Penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*

Pada saat pre-test subjek penelitian diberi skala pengukuran (SP) kesulitan belajar siswa untuk dikerjakan sesuai dengan pendapat dan keadaan masing-masing subjek penelitian, dan setelah selesai dikerjakan subjek penelitian kemudian dilakukan penskoran SP dengan menggunakan prosedur penskoran subjek. Setelah itu, diselenggarakan perlakuan berupa pelayanan konseling kelompok dengan menggunakan strategi self-management sebanyak 8 kali pertemuan setiap pertemuan disediakan waktu 45 menit. Setelah pertemuan ke 8, kemudian peneliti menyelenggarakan post-test kepada subjek penelitian untuk mengukur kesulitan belajar siswa juga menggunakan SP yang sama dengan pre-test.

Para siswa yang menjadi populasi penelitian sebanyak satu kelas yaitu siswa kelas VII-B SMPN 2 Krian Sidoarjo dan diambil sampel secara *purposive sampling*, diperoleh 8 siswa sebagai subjek (sampel) penelitian. Langkah-langkah peneliti mengambil sampel penelitian yaitu (1) memberikan SP kepada siswa kelas VII-B SMPN 2 Krian Sidoarjo untuk dikerjakan secara objektif dan jujur, (2) mengumpulkan dan melakukan penskoran SP yang telah dikerjakan oleh siswa dengan menggunakan prosedur penskoran subjek, (3) meranking skor kesulitan belajar siswa yang diperoleh dari hasil SP yang telah dikerjakan oleh siswa kelas VII-B SMPN 2 Krian Sidoarjo, dan (4) mengambil 8 siswa yang berada pada posisi ranking teratas yang menunjukkan tingkat intensitas kesulitan belajarnya paling tinggi.

Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan metode SP yang dikembangkan peneliti dengan menggunakan prosedur validitas isi (*content validity*), tanpa dilakukan uji coba dan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis statistika *non-parametrik* Uji

Wilcoxon dengan bantuan program aplikasi SPSS for Windows versi 24.00 (Mudhar, 2016) dengan alasan bahwa sampel penelitian hanya 8 orang siswa (penelitian sampel kecil) sehingga diasumsikan data penelitian berdistribusi tidak normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

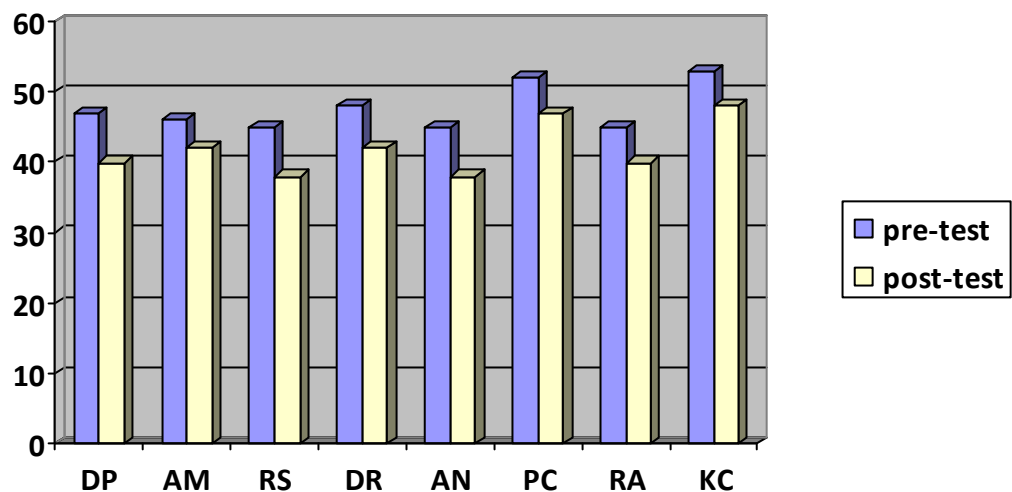
Hasil analisis data kesulitan belajar siswa yaitu data hasil pre-test dan hasil post-test, dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh sajian statistik deskriptif yang diuraikan pada tabel 1 dan sajian statistik inferensial yang disajikan pada tabel 2.

Tabel 1. Statistik deskriptif kesulitan belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (pre-test) dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok (post-test)

Kesulitan belajar siswa	N	Minimum	Maximum	Mean	Standar deviasi
Pre-test	8	45	53	47,63	3,204
Post-test	8	38	48	41,88	3,796

Tabel 2. Statistik inferensial kesulitan belajar siswa hasil pre-test dan post-test

Nilai Z	N	Signifikansi
-2,546	8	0,011



Gambar 2. Skor kesulitan belajar hasil pre-test dan post-test pada setiap subjek penelitian

Bila diperhatikan tabel 1 di atas, nilai rata-rata hasil post-test yaitu 41,88 lebih rendah daripada nilai rata-rata hasil pre-test yaitu 47,63 mengalami penurunan 5,75 atau 12,07% intensitas kesulitan belajar siswa setelah diberikan konseling kelompok dengan menggunakan

strategi self-management sebanyak 8 kali pertemuan, setiap pertemuan menggunakan alokasi waktu 45 menit. Hasil tersebut menunjukkan perlakuan pada subjek penelitian menghasilkan perubahan perilaku siswa berupa menurunnya intensitas kesulitan belajar siswa. Kondisi ini akan berpengaruh positif terhadap proses belajar siswa yang dapat meningkatkan kualitas belajar siswa semakin baik untuk mendukung terwujudnya kompetensi siswa sebagai hasil pendidikan formal yang diselenggarakan di sekolah.

Bila dicermati gambar 2 di atas, nampak jelas bahwa setiap subjek penelitian intensitas kesulitan belajarnya menunjukkan penurunan, hal ini berarti layanan konseling kelompok dengan menggunakan strategi self-management yang diberikan kepada subjek penelitian mampu mengintervensi setiap subjek penelitian secara positif dalam arti dapat menurunkan tingkat kesulitan belajar siswa. Hasil analisis uji Wilcoxon yang disajikan pada tabel 2, diperoleh nilai Z sebesar -2,546 ($N = 8$) pada taraf signifikan $0,011 < 0,05$ yang berarti signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa perlakuan konseling kelompok dengan menggunakan strategi self-management kepada subjek penelitian secara signifikan dapat menurunkan kesulitan belajar siswa.

Self-management merupakan suatu strategi yang bersumber dari teori psikologi behaviorisme (Hartono, 2006; Hartono dan Boy Soedarmadji, 2012). Strategi ini efektif untuk digunakan dalam mengendalikan sikap dan perilaku individu. Beberapa hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan strategi self-management dalam pelayanan bimbingan dan konseling secara signifikan dapat memperbaiki sikap dan perilaku siswa dalam belajar (Nikmatus Sholihah, dkk., 2013; Faiqotul Isnaini dan Taufik, 2015). Konseling kelompok dengan strategi self-management terbukti efektif untuk memecahkan permasalahan siswa, dengan demikian penggunaan strategi ini dapat direkomendasikan kepada para guru BK sebagai praktisi pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diuraikan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa penggunaan strategi self-management dalam konseling kelompok secara signifikan dapat menurunkan kesulitan belajar siswa kelas VII B SMP Negeri 2 Krian Sidoarjo. Berkaitan dengan hasil penelitian ini disarankan kepada guru BK di sekolah dapat menggunakan strategi self-management dalam pelayanan bimbingan dan konseling dalam upaya membantu para siswa dalam mengatasi permasalahan dalam belajarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani Rusilowati. (2006). Profil kesulitan belajar fisika pokok bahasan kelistrikan siswa SMA di kota Semarang. *Jurnal Pendidikan Fisika*, 4(2), 100–106.
- Faiqotul Isnaini dan Taufik. (2015). Strategi self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(2), 33–42.
- Fakhrul Jamal. (2014). Analisis kesulitan belajar siswa dalam mata pelajaran matematika pada materi peluang kelas XI IPA SMA Muhammadiyah Meulaboh Johan Pahlawan. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 1(1), 18–36.
- Hartono. (2006). *Pendekatan Kelompok dalam Konseling Karier (Edisi Kedua)*. Surabaya: University Press UNIPA Surabaya. Tersedia di <https://osf.io/4e9db/> diakses tanggal 20 April 2020.
- Hartono. (2012). *Psikologi Konseling (Edisi Revisi)*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Hartono. (2015). Implementasi pendidikan profesi guru (PPG): Antara peluang dan tantangan. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan dengan tema Transformasi Pendidikan dalam Mewujudkan Generasi Emas Indonesia*. Tersedia di <https://docplayer.info/87164965-Implementasi-pendidikan-profesi-guru-ppg-antara-peluang-dan-tantangan-hartono-universitas-pgri-adibuana-surabaya.html>
- Kemendiknas. (2007). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling pada Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Mudhar. (2016). *Validitas dan Reliabilitas: Cara Mudah Analisis Secara Manual, Microsoft Exel dan SPSS*. Surabaya: University Press UNIPA Surabaya.
- Nikmatus Sholihah, dkk. (2013). Penerapan strategi self-management untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa tunadaksa cerebral palcy kelas IV SLB-D YPAC Surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 3(1), 1–13.
- Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Satuan Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah.
- Sumadi Suryabrata. (2014). *Metodologi Penelitian*. Cetakan ke 25. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.