

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan pilar utama dalam pembangunan bangsa, karena berperan penting dalam membentuk karakter, pengetahuan dan keterampilan individu. Dalam proses pendidikan, tidak hanya pengetahuan akademik yang ditanamkan, tetapi juga nilai-nilai moral dan keterampilan hidup. Ahmad Suriansyah (2019) mengemukakan bahwa pendidikan bertujuan membantu manusia mencapai kehidupan yang bermakna, sehingga dapat meraih kebahagiaan baik bagi individu maupun kelompok. Sebagai suatu proses, pendidikan membutuhkan sistem yang terencana dan stabil, serta tujuan yang jelas agar arah yang dituju bisa dicapai dengan mudah. Pendidikan adalah usaha yang dirancang dengan sengaja, merupakan suatu rencana kegiatan yang memiliki dasar yang kuat dan tujuan yang jelas sebagai arah yang ingin dicapai.

Salah satu keterampilan hidup yang sangat penting untuk dikembangkan pada siswa adalah perilaku. Perilaku merupakan tindakan atau reaksi yang dituju oleh individu sebagai respons terhadap rangsangan dari lingkungannya. Umar Tirtarahardja (2023) mengemukakan bahwa perilaku manusia dapat dibentuk dan diubah melalui penguatan positif dan negatif. Dengan demikian, melalui penguatan yang tepat, perilaku individu dapat diarahkan dan dimodifikasi sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Perilaku

seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk faktor biologis, psikologis, dan sosial.

Dalam konteks pendidikan, perilaku siswa sangat menentukan bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungan sekolah, bagaimana mereka belajar, serta bagaimana mereka mencapai prestasi akademik dan sosial. Namun, ditengah upaya tersebut terdapat tantangan yang dihadapi oleh sebagian siswa, yaitu rendahnya kemampuan kontrol diri. Kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif (Goldfried & Merbaum dalam Muharsih, 2008) Kemampuan mengendalikan diri pada aspek-aspek, salah satunya aspek penting dalam perkembangan siswa, khususnya dalam bentuk kedisiplinan di lingkungan sekolah.

Menurut Averill (Ghufron, 2016) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal yang terdiri dari beberapa aspek, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Disiplin sekolah adalah salah satu fondasi untuk mencapai hasil akademik yang baik serta membentuk kepribadian siswa yang positif (Wibowo, 2011). Di SMP Negeri 1 Kauman, kedisiplinan siswa mencerminkan tingkat kontrol diri mereka yang pada akhirnya berpengaruh terhadap prestasi akademik dan non-akademik. Kedisiplinan di sekolah ini mencakup berbagai aspek, seperti kehadiran tepat waktu, keteraturan dalam mengikuti kegiatan belajar, kepatuhan terhadap peraturan sekolah, dan kemampuan mengatur waktu belajar. Namun, hasil

pengamatan awal dan data akademik yang diperoleh dari pihak sekolah menunjukkan adanya indikasi rendahnya kontrol diri di kalangan siswa.

Selain itu, perilaku indisipliner lain yang sering muncul adalah terlambat mengumpulkan tugas, tidak membawa perlengkapan belajar yang lengkap, serta sering tidak memperhatikan instruksi dari guru saat pembelajaran berlangsung. Menurut Goldfried dan Merbaum dalam Ghufron (2017) menggambarkan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku agar membawa individu ke arah konsekuensi positif. Karena dengan kontrol diri seseorang dapat menahan reaksi impuls dan memilih respons yang lebih rasional dan konstruktif terhadap situasi emosional, yang membantu menjaga kestabilan emosional. Fenomena rendahnya kontrol diri di kalangan siswa ditunjukkan dengan memiliki kecenderungan untuk menjadi impulsif, senang berperilaku berisiko, dan berpikiran sempit yang masih menjadi permasalahan secara signifikan di lingkungan sekolah.

Duckworth (2015) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola waktu belajar, mengendalikan impuls, dan mempertahankan fokus selama proses pembelajaran. Masalah kontrol diri tidak hanya berdampak pada kinerja akademis, tetapi juga pada aspek sosial dan emosional siswa. Siswa dengan kontrol diri rendah lebih rentan terhadap perilaku berisiko, seperti perkelahian, bolos sekolah, dan penggunaan zat terlarang. Hal ini berdampak buruk pada iklim sekolah secara keseluruhan dan menghambat terciptanya

lingkungan belajar yang kondusif. Dikalangan siswa sekolah menengah pertama, kontrol diri memainkan peran penting dalam bagaimana mereka berperilaku di sekolah, baik dalam hal akademik maupun sosial. Hasil observasi di SMP Negeri 1 Kauman Tulungagung menunjukkan bahwa beberapa siswa masih menghadapi kesulitan dalam mengelola kontrol diri dapat ditunjukkan dengan perilaku agresif, impulsif, dan berpikiran sempit pada diri siswa, seperti mudah frustrasi, tidak menyukai diri sendiri, dijauhi orang lain, dan selalu menyalahkan uat keadaan yang sedang terjadi.

Peneliti melakukan wawancara singkat dengan guru BK SMP Negeri 1 Kauman Tulungagung mengenai siswa-siswa yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMP Negeri 1 Kauman, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Hal ini dapat dilihat dari perilaku mereka yang tidak tenang di bawah tekanan ketika mendapatkan tugas sekolah, ragu meminta maaf kepada teman ketika mempunyai kesalahan, tidak dapat mengendalikan dirinya sendiri, tidak dapat menerima segala hal yang terjadi baik maupun buruk. Akibatnya, prestasi akademik mereka menurun yang ditunjukkan melalui nilai tugas harian mereka.

Di sisi lain, peran guru dan lingkungan sekolah dalam memberikan dukungan dan bimbingan yang tepat juga sangat diperlukan untuk membantu siswa mengembangkan kontrol diri yang lebih baik. Menurut pendapat (Angela Duckworth (2009) berpendapat bahwa ketekunan dan semangat jangka panjang (*grit*) sangat penting dalam pembentukan kontrol diri pada

siswa. Hubungan *grit* dengan problem kontrol diri yaitu siswa yang memiliki *grit* cenderung lebih mampu mengatur emosi dan perilaku mereka dalam jangka panjang, sehingga kontrol diri mereka lebih kuat dalam situasi akademis yang menantang. Oleh karena itu, keterkaitan kontrol diri dengan semangat jangka panjang (*grit*) dikalangan siswa SMP Negeri 1 Kauman Tulungagung dituangkan melalui pendidikan yang tepat secara signifikan meningkatkan kontrol diri siswa, yang pada gilirannya berkontribusi pada kesuksesan akademik dan personal.

Kontrol diri merupakan faktor penting yang perlu dikembangkan pada siswa, terutama dalam kaitannya dengan kedisiplinan di sekolah. Rendahnya kontrol diri pada siswa sering kali berdampak pada perilaku tidak disiplin yang mengganggu proses belajar, seperti keterlambatan, absen tanpa izin, dan kurangnya motivasi untuk mengikuti pelajaran. Dalam menghadapi masalah ini, bimbingan konseling memegang peran penting dengan menyediakan layanan khusus bagi siswa yang terindikasi memiliki kontrol diri rendah. Layanan konseling dapat dilakukan secara individual atau kelompok, bahkan dengan melibatkan orang tua, untuk meningkatkan pengelolaan diri siswa yang mengalami kesulitan.

Pendekatan *self-regulated learning* (SRL) telah terbukti efektif dalam mengatasi permasalahan yang dialami dengan menggunakan salah satu layanan konseling yaitu konseling kelompok. Dalam hal ini diperkuat dengan adanya penelitian terdahulu Hubungan *Self Regulated Learning* terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo

oleh Nur Khoirunnisa 2021. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Self Regulated Learning (X) berpengaruh terhadap Prestasi Akademik (Y). Self Regulated Learning mempengaruhi prestasi akademik sebesar 34,2% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dapat dijelaskan dalam penelitian ini.

Menurut Zimmerman (2008), SRL memberikan kerangka yang jelas bagi siswa untuk merencanakan, memonitor, dan mengevaluasi diri mereka dalam proses belajar. Dengan metode ini, siswa diharapkan dapat mengelola strategi belajarnya secara lebih mandiri dan mengatasi kendala yang ada. Proses *self-regulated learning*, siswa secara aktif menetapkan tujuan belajar, mengatur serta mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku mereka berdasarkan tujuan tersebut. Hal ini memberikan siswa pemahaman lebih dalam tentang cara mengatur diri sesuai konteks lingkungan mereka, termasuk dalam situasi sekolah.

Penelitian ini juga selaras dengan beberapa studi sebelumnya. Misalnya, penelitian oleh Wanda Widiya & Ahmad Syarqawi (2023) menemukan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* efektif meningkatkan *self-regulated learning* pada santri. Penelitian lain oleh Wibawa Bayu Priambada (2020) juga menunjukkan bahwa konseling kelompok berbasis *self-regulated learning* mampu meningkatkan motivasi belajar siswa, dengan hasil bahwa siswa yang menggunakan SRL memiliki pemahaman dan motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, Yori Firmansyah & Masril

(2023) mengamati bahwa teknik regulasi diri dapat membantu siswa mengelola kontrol diri dari tahap belajar mandiri hingga belajar kelompok.

Penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya dalam hal subjek dan fokus penelitian. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif inferensial. Dengan menerapkan konseling kelompok melalui *self-regulated learning*, diharapkan siswa yang memiliki kontrol diri rendah dapat memperbaiki kedisiplinan dan meningkatkan motivasi belajar. Berdasarkan latar belakang i atas peneliti tertarik untuk mengangkat judul "Hubungan Konseling Kelompok dengan *Self-Regulated Learning* untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa SMP Negeri 1 Kauman Tulungagung."

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan gambaran latar belakang penelitian, maka peneliti mengidentifikasi masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Rendahnya kontrol diri bagi siswa yang ditandai dengan banyak siswa yang terlambat datang ke sekolah, tidak mengikuti aturan sekolah.
2. Siswa dirasa kurang dalam mengontrol diri saat disekolah, hal ini ditandai dengan dibuktikan dengan siswa yang sering melanggar peraturan sekolah, mulai dari bolos, memakai pakaian yang tidak dianjurkan oleh sekolah, hingga datang selalu terlambat

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas muncul rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan kontrol diri pada siswa?
2. Seberapa besar hubungan *self-regulated learning* dengan kontrol diri pada siswa?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah dalam penelitian diatas, dapat ditemukan tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan kontrol diri pada siswa.
2. Untuk mengetahui besaran hubungan *self-regulated learning* dengan kontrol diri pada siswa.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan menjadi referensi dasar dalam bidang bimbingan konseling, khususnya mengenai hubungan *self-regulated learning* dengan kontrol diri pada siswa di SMP Negeri 1 Kauman Tulungagung.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat positif bagi siswa dalam meningkatkan kemampuan kontrol diri mereka di lingkungan sekolah.

b) Bagi Guru

Dapat berfungsi sebagai panduan yang berguna bagi guru, terutama guru bimbingan konseling, dalam memberikan layanan yang efektif untuk membantu siswa mengembangkan kontrol diri.

c) Bagi Penulis

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi penulis untuk memperoleh pengetahuan baru dan pengalaman berharga yang akan bermanfaat dalam karier sebagai calon konselor profesional, terutama dalam penerapan teknik *self-regulated learning*.