



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 4 Tahun 2023 Page 4504-4513

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Peningkatan *Self Regulated Learning* Peserta Didik melalui Bimbingan Kelompok (Studi Ekperimen pada Peserta Didik Fase F7 SMAN 8 Padang)

Tika Ayu Azhary^{1✉}, Rici Kardo², Mori Dianto³

Universitas PGRI Sumatera Barat

Email: tikaazharyayu242@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Peneletian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat *self regulated learning* peserta didik fase F7SMAN 8 Padang. Tujuanya untuk mendeskripsikani: 1) Gambaran tingkat *self regulated learning* peserta didik sebelum diberikannya bimbingan kelompok 2) Gambaran tingkat *self regulated learning* peserta didik setelah diberikan bimbingan kelompok, 3) Efektifitas *sefl regulated learning* peserta didik Fase F7 melalui bimbingan kelompok di SMAN 8 Padang. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan 10 orang peserta didik yang menjadi sampel dengan teknik *Purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket, analisa data menggunakan interval dengan analisis uji t. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Tingkat *sefl regulated learning* peserta didik sebelum diberikan bimbingan kelompok kategori kurang baik dan cukup baik, 2) Tingkat *sefl regulated learning* peserta didik setelah diberikan bimbingan kelompok kategori baik dan sangat baik, 3) Adanya penurunan tingakat *self regulated learning* sebelum dan setelah dilakukannya bimbingan kelompok. Penelitian ini direkomendasikan untuk Guru BK mampu untuk memberikan layanan bimbingan kelompok meningkatkan *sefl regulated learning*
Kata Kunci: *self regulated learning*, *Bimbingan kelompok*.

Abstract

The background of this research is the low level of self-regulated learning in Phase F7 students at SMAN 8 Padang. The aim is to describe: 1) An overview of the level of self-regulated learning of students before being given group guidance 2) An overview of the level of self-regulated learning of students after being given group guidance, 3) The effectiveness of self-regulated learning of Phase F7 students through group guidance at SMAN 8 Padang. This study used an experimental method with 10 students who were sampled using a purposive sampling technique. Data collection used a questionnaire, data analysis used intervals with t-test analysis. The results showed: 1) The level of self-regulated learning of students before being given group guidance was in a poor and quite good category, 2) The level of self-regulated learning of students after being given group guidance was in good and very good categories, 3) There was a decrease in the level of self-regulated learning before and after group guidance. This research is recommended for counseling teachers who are able to provide group guidance services in increasing self-regulated learning

Keywords: *self regulated learning, Group conseling*

PENDAHULUAN

Perkembangan dan kemajuan sebuah bangsa dapat dilihat dari tinggi rendahnya tinggi rendahnya tingkat pendidikan dan kualitas pendidikan yang terdapat di Negara tersebut. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dimiliki sebuah bangsa maka bangsa tersebut akan semakin sejahtera. Sebaliknya semakin rendah tingkat pendidikan sebuah bangsa akan bangsa tersebut semakin tidak sejahtera/miskin. Peningkatan sumber daya manusia yang berkualitas dapat dicapai dengan berbagai usaha, salah satunya adalah melalui jalur pendidikan. Peningkatan taraf pendidikan merupakan sebuah kunci utama untuk mencapai tujuan Negara. Pendidikan bukan saja untuk mencerdaskan kehidupan bangsa tetapi juga meningkatkan martabat manusia.

Usaha membangun sumber daya yang unggul pada peserta didik umumnya dilakukan melalui peningkatan prestasi. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan prestasi peserta didik dalam belajar diantaranya adalah dengan pendekatan model *Self Regulated Learning*. *Self regulated learning* suatu pendekatan yang mengintegrasikan banyak hal tentang belajar efektif, seperti : pengetahuan, motivasi, dan disiplin diri atau volition (kemampuan diri) yang merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Yuzarion (2022:87) menyatakan bahwa ciri-ciri peserta didik yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi, memiliki ketrampilan belajar:

- Mandiri dalam mengerjakan tugas.
- Merencana dan mengatur penggunaan waktu belajar.
- Mengubah kesulitan dalam belajar menjadi tantangan.
- Mengendalikan prestasi

belajar. e) Gigih dalam belajar. f) Memahami dan mengambil makna dalam aktifitas belajar. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana Peningkatan *Self Regulated Learning* Peserta didik melalui Bimbingan Kelompok (Studi Ekperimen Pada Peserta Didik Fase F7SMAN 8 Padang) ? Berdasarkan permasalahan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan: *Self Regulated Learning* peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang Sebelum diberikan Bimbingan kelompok, *Self Regulated Learning* peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang Sesudah diberikan Bimbingan kelompok, Efektivitas *Self Regulated Learning* peserta didik melalui Bimbingan Kelompok Di SMAN 8 Padang Fase F7

Berdasarkan Observasi yang peneliti lakukan pada 14 Februari 2023 SMAN 8 Padang, peneliti melihat bahwa adanya peserta didik yang kurang memikirkan waktu belajarnya dan lebih mengutamakan bermain, seperti disaat jam pelajaran banyak ditemukan peserta didik yang bermain dilapangan sekolah misalnya bermain Volly, bola, adanya peserta didik kurang semangat pergi kesekolah sehingga prestasinya menjadi menurun, adanya peserta didik yang inisiatif dalam proses pembelajaran sehingga membuat prestasi belajarnya menurun, adanya peserta didik yang belum bisa memaknai pentingnya proses belajar yang baik untuk meningkatkan prestasi belajar.

Sedangkan hasil wawancara yang dilakukan pada 16 Februari 2023 SMAN 8 Padang dengan Guru BK dan wali kelas menyatakan bahwa adanya peserta didik yang mengerjakan tugas sendiri dari pada bertanya kepada temannya, dan adanya peserta didik yang mencontek saat ujian maupun mengerjakan tugas, adanya peserta didik yang kurang memahami suatu mata pelajaran sehingga membuat peserta didik kurang nyaman berada didalam kelas seperti keluar masuk kelas, tidur didalam kelas, adanya peserta didik yang belum bisa fokus dalam proses belajar sehingga prestasi belajarnya menjadi menurun seperti bisa mengendalikan diri sendiri agar lebih fokus dalam belajar supaya prestasi belajarnya meningkat, adanya peserta didik kurang mampu memahami kemampuan diri sendiri sehingga prestasi belajarnya menurun seperti dirinya mampu dalam suatu bidang, tetapi dirinya kurang yakin kemampuan yang dimilikinya.

Berdasarkan permasalahan di atas, penting untuk diteliti penulis tertarik mengambil judul tentang. "Peningkatan *Self Regulated Learning* Peserta didik Melalui Bimbingan dan Kelompok (Studi Ekperimen Pada Peserta didik Fase F7SMAN 8 Padang) "

METODE PENELITIAN

Adapun penelitian direncanakan pada bulan Juni tahun 2023 ini, tempat pelaksanaan penelitian adalah di SMAN 8 Padang, alasan peneliti memilih sekolah ini karena peneliti melihat fenomena mengenai *self regulated learning* peserta didik melalui Bimbingan kelompok Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, karena dalam penelitian ini setelah data yang diperlukan terkumpul, data tersebut dianalisis menggunakan analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistic. Dan jenis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Arikunto (2010:9) menyatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu.

Dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen adalah penelitian yang menggunakan kegiatan mengontrol, memanipulasi, dan mengobservasi objek penelitian guna menentukan hubungan kausal sebab dan akibat. Penggunaan metode eksperimen ini dikarenakan peneliti bertujuan untuk Peningkatan *Self Regulated Learning* Peserta Didik Melalui Bimbingan Kelompok Di SMAN 8 Padang. dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan desain one-group *pretest-posttest*. Dengan pengukuran yang dilakukan sebanyak dua kali yaitu, sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Dalam penelitian ini tidak ada variable kontrol dan subjek penelitian tidak dipilih secara random. Desain akan digambarkan sebagai berikut :

One Group *Pretest* dan *Posttest* Design

O₁ X O₂

O₁ = Nilai *Pretest* (sebelum diberi diklat)

O₂ = Nilai *Posttest* (setelah diberi diklat)

X = Treatment/ Perlakuan

Jumlah populasi 35 peserta didik. Berdasarkan teknik Purposive sampling hasil pertimbangan maka sampel yang di jadikan untuk peneliti ini adalah peserta didik yang memiliki tingkat *self regulated learning* yang rendah sebanyak 4 orang peserta didik dan selanjutnya di ambil tingkat menengah 3 orang peserta didik, dan di tambah lagi 3 orang peserta didik yang memiliki tingkat *self regulated learning* yang tinggi . Di fase F7 yang berjumlah 35 orang yang peneliti ambil dengan hasil pertimbangan penarikan sampel berdasarkan fenomena yang terjadi dan terlihat dari observasi dan wawancara yang dilakukan dengan Guru Bk, Walas dan Guru Mapel yang mengajar dikelas tersebut

Jenis data dalam penelitian ini yaitu data interval langsung. Dimana hal tersebut

diperoleh dari responden yang menjadi subyek penelitian melalui penyebaran kuesioner. Siyoto & Sidik (2015:71) data interval adalah data hasil pengukuran yang dapat diurutkan atas dasar kriteria tertentu serta menunjukkan semua sifat yang dimiliki oleh data ordinal. Dalam penelitian ini teknik yang penulis lakukan dalam pengumpulan data yaitu dengan angket. Menurut Abdullah (2015:248) Kuesioner (angket) adalah cara pengumpulan data dengan menyebarkan daftar pertanyaan kepada responden, dengan harapan responden tersebut akan memberikan respon atas pertanyaan tersebut yang akan disebar. Selanjutnya Risanty (2017:03) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data dengan memberikan pertanyaan kepada sumber data. Melakukan uji hipotesis tentang meningkatkan *self regulated learning* pada peserta didik antara sebelum dan sesudah diberikan layanan informasi dengan menggunakan uji-t (t-test). Untuk menghindari kesalahan perhitungan manual maka pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS. Versi 29.0.1.0 (171)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Analisis hasil penelitian ini mengenai peningkatan *Self Regulation learning* Peserta didik melalui Bimbingan Kelompok di SMAN 8 Padang. Digambarkan pada bab ini sesuai dengan batasan dan rumusan masalah dalam penelitian ini. Batasan masalah dalam penelitian ini adalah *Self regulated learning* peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang Sebelum diberikan Bimbingan kelompok, *Self regulated learning* peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang Sesudah diberikan Bimbingan kelompok, Efektivitas *Self regulated learning* peserta didik melalui Bimbingan Kelompok Di SMAN 8 Padang Fase F7.

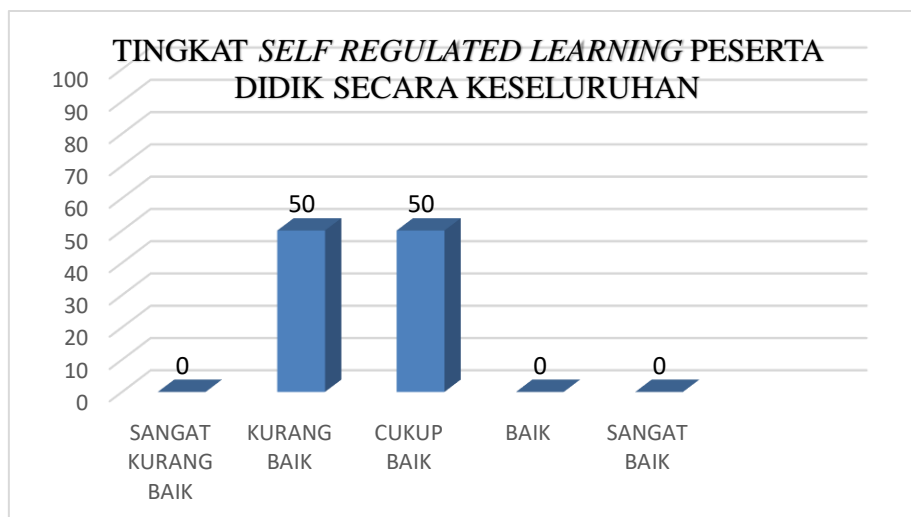
1. Gambaran tingkat *self regulated learning* peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang secara keseluruhan setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan data yang diperoleh dari gambaran mengenai tingkat *Self Regulation learning* Peserta didik melalui Bimbingan Kelompok di SMAN 8 Padang dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Pengkategorian Skor Tingkat *Self Regulation learning* Peserta didik melalui Bimbingan Kelompok di SMAN 8 Padang (Pretest)

| KLASIFIKASI | KATEGORI | f | % |
|-------------|--------------------|----|-----|
| 50-89 | Sangat Kurang Baik | 0 | 0 |
| 90-129 | Kurang Baik | 5 | 50 |
| 130-169 | Cukup Baik | 5 | 50 |
| 170-209 | Baik | 0 | 0 |
| 210-250 | Sangat Baik | 0 | 0 |
| TOTAL | | 10 | 100 |

Berdasarkan tabel pengkategorian di atas, terlihat bahwa dari 10 peserta didik yang telah ditetapkan sebagai sampel pada Fase *F7 pretest* sebanyak 5 (50%) orang peserta didik kurang baik dan 5 (50%) orang peserta didik kategori cukup baik. Untuk lebih memahami skor tingkat *self regulated learning* peserta didik di SMAN 8 Padang dapat dilihat pada grafik berikut:



Gambar 1. Gambaran Diagram *Pretest* Tingkat *self regulated learning* peserta didik di Fase F7 SMAN 8 Padang

Berdasarkan grafik di atas, terlihat bahwa peserta didik pada *pretest* yang berjumlah 5 orang memiliki kurang baik dan 6 orang peserta didik cukup baik sebelum diberikan bimbingan kelompok.

Berdasarkan grafik di atas, terlihat bahwa peserta didik pada *pretest* yang berjumlah 10 orang memiliki tingkat perilaku *self regulated learning* yang kurang baik dan cukup baik sebelum diberikan bimbingan kelompok

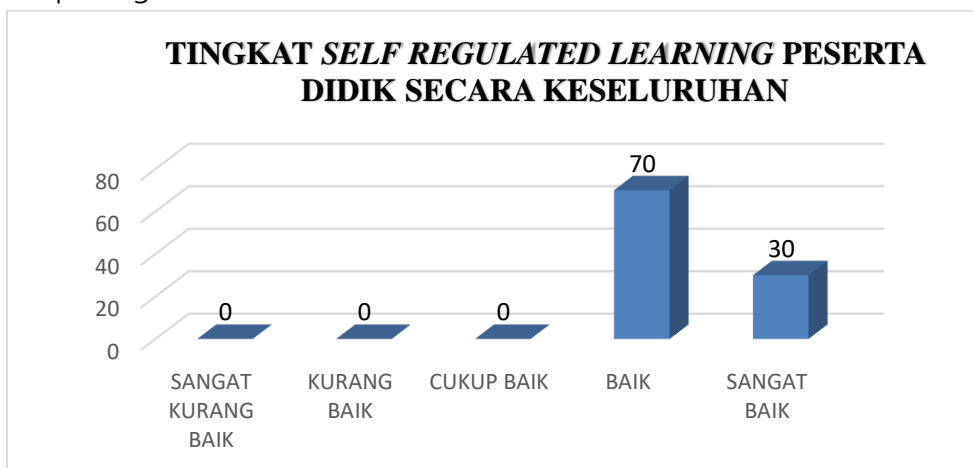
2. Gambaran tingkat *self regulated learning* peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang secara keseluruhan setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok.

Berdasarkan data yang diperoleh dari tingkat *self regulated learning* peserta didik kelas F7 SMAN 8 Padang setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok, secara umum dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Pengkategorian Skor Tingkat *Self regulated Learning* Peserta Didik di kelas F7 SMAN 8 Padang Sesudah Mendapatkan Bimbingan Kelompok (*Postest*)

| KLASIFIKASI | KATEGORI | F | % |
|-------------|--------------------|----|-----|
| 50-89 | Sangat Kurang Baik | 0 | 0 |
| 90-129 | Kurang Baik | 0 | 0 |
| 130-169 | Cukup Baik | 0 | 0 |
| 170-209 | Baik | 7 | 70 |
| 210-250 | Sangat Baik | 3 | 30 |
| TOTAL | | 10 | 100 |

Berdasarkan pada tabel pengkategorian di atas, terlihat bahwa dari 10 peserta didik yang telah ditetapkan sebagai sampel Fase F7SMAN 8 Padang 7 (70%) orang peserta didik yang memiliki tingkat *self regulated learning* baik dan 3 (30%) orang peserta didik yang memiliki tingkat *self regulated learning* peserta didik sangat baik Untuk lebih mengetahui skor tingkat *self regulated learning* peserta didik setelah diberikan bimbingan kelompok dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Gambar 2. Diagram Gambaran *Postest* Tingkat Perilaku *self regulated learning* peserta didik fase F7SMAN 8 Padang setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok

Berdasarkan grafik di atas, terlihat peserta didik di fase F7 SMAN 8 Padang pada *posttest* yang berjumlah 10 orang peserta didik, 7 orang peserta didik memiliki tingkat *self regulated learning* baik, dan 3 orang peserta didik yang memiliki tingkat *self regulated learning* sangat baik setelah diberikan bimbingan kelompok.

3. Gambaran Keefektivitasan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan *self regulated learning* peserta didik di fase F7 SMAN 8 Padang

Berdasarkan hasil dari pengolahan data melalui program SPSS dapat terlihat tabel bahwa adanya efek atau perubahan setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self regulated learning* pada peserta didik Fase F7 SMAN 8 Padang. Dilihat dari kolom *mean* sebelum dilakukannya bimbingan kelompok dengan menggunakan metode peserta didik adalah 129.500 dengan jumlah peserta didik dijadikan sebagai responden di dalam kelas sebanyak 10 orang kemudian *std.Deviation* untuk peserta didik tersebut adalah 10,86534 dan *std.Error mean* adalah 3.43592. Adanya efek atau perubahan tingkat *self regulated learning* peserta didik di fase F7 SMAN 8 Padang dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Berdasarkan hasil dari pengolahan melalui program SPSS dapat terlihat dari tabel di atas bahwa adanya peningkatan *self regulated* peserta didik fase F7 melalui bimbingan kelompok SMAN 8 Padang. Dari hasil perhitungan di atas dapat dilihat bahwa nilai *t* sebesar -22,430 dengan tingkat signifikan 0.01 dengan derajat kebebasan 9 pada taraf kepercayaan 95%. Sesuai dengan pendapat Wakit (2016:5) menyatakan bahwa efektivitas menggunakan uji *t*, uji *t* menggunakan independent sample *t*-test, uji beda proporsi ketuntasan, uji pengaruh (regresi) keterampilan proses terhadap pemahaman konsep menggunakan analisis regresi atau uji peningkatan. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa adanya signifikan dari pengaruh bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self regulated* peserta didik fase F7 SMAN 8 Padang

Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Deskripsi Penelitian

Berdasarkan pembahasan di atas maka didapatkan tabel rekapitulasi hasil deskripsi penelitian dengan tabel sebagai berikut

REKAPITULASI DESKRIPSI HASIL PENELITIAN

| INDIKATOR/SUBVARIABEL | JUMLAH PRESENTASE (%) | | | | |
|--|-----------------------|------|------------|-------------|--------------------|
| | SANGAT BAIK | BAIK | CUKUP BAIK | KURANG BAIK | SANGAT KURANG BAIK |
| Tingkat <i>Self Regulated Learning</i> Peserta Didik Fase F7 sebelum diberikannya layanan bimbingan kelompok | - | - | 50 | 50 | - |
| Mandiri dalam mengerjakan tugas | - | - | 40 | 60 | - |
| Merencanakan mengatur penggunaan waktu belajar | - | - | 40 | 60 | - |
| Mengubah kesulitan dalam belajar menjadi tantangan | - | - | 50 | 50 | - |
| Mengendalikan prestasi belajar | - | - | 50 | 50 | - |
| Gigih dalam belajar | - | - | 50 | 50 | - |
| Memahami dan mengambil makna dalam aktivitas belajar | - | - | 80 | 20 | - |
| Tingkat <i>Self Regulated Learning</i> Peserta Didik Fase F7 setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok | 30 | 70 | - | - | - |
| Mandiri dalam mengerjakan tugas | 30 | 70 | - | - | - |
| Merencanakan mengatur penggunaan waktu belajar | 10 | 90 | - | - | - |
| Mengubah kesulitan dalam belajar menjadi | 30 | 70 | - | - | - |

| | | | | | |
|--|----|----|---|---|---|
| tantangan | | | | | |
| Mengendalikan prestasi belajar | 20 | 80 | - | - | - |
| Gigih dalam belajar | 20 | 80 | - | - | - |
| Memahami dan mengambil makna dalam aktivitas belajar | 30 | 70 | - | - | - |

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan mengenai efektifitas konseling behavioral dengan menggunakan teknik desensitisasi sistematis untuk mengurangi rasa tidak percaya diri peserta didik Fase f7 SMAN 8 Padang.

Temuan penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran *self regulated learning* peserta didik sebelum dilakukannya layanan bimbingan kelompok , berada pada kategori kurang baik dan cukup baik.
2. Gambaran *self regulated learning* peserta didik setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok berada pada kategori baik dan sangat baik
3. Efektifitas *self regulated learning* sebelum dilakukannya layanan bimbingan kelompok fase F7 mengalami peningkatan setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Abdullah, Ma'ruf. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Risanty, R. D., & Sopiyan, A. 2017. *Pembuatan Aplikasi Kuesioner Evaluasi Belajar Mengajar Menggunakan Bot Telegram Pada Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Jakarta (FT-UMJ) Dengan Metode Polling*. *Prosiding Semnastek*
- Siyoto,Sandu dan Ali Sidik. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.