

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Disiplin merupakan salah satu cara membantu individu untuk mengembangkan kontrol diri, membantu mengenali perilaku yang salah, mendorong, dan membantu memperoleh rasa kepuasan karena kesetiaan dan kepatuhan terhadap aturan (Kartikasari:2013, Scubania:2014).

Disiplin dalam proses pembelajaran merupakan kunci mewujudkan suasana belajar menjadi optimal. Sebagaimana Tu'u (2004:90) menjelaskan disiplin belajar adalah kunci keberhasilan seseorang yang menjadikan suasana belajar menjadi kondusif dan optimal. Disiplin belajar merupakan salah satu sikap yang harus dimiliki oleh siswa. Hal tersebut dipaparkan Asim (2016) disiplin belajar penting dimiliki siswa, karena dengan disiplin akan memudahkan siswa belajar secara terarah dan teratur, dapat meningkatkan serta mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Siswa yang memiliki disiplin belajar baik akan menciptakan aktivitas yang mampu mengatur diri pada terciptanya pribadi dan potensi sosial berdasarkan pengalamannya sendiri, memiliki waktu belajar yang teratur, belajar sedikit demi sedikit, menyelesaikan tugas pada waktunya dan belajar dalam suasana yang mendukung (Megantari:2014, Ehiane:2014).

Sebuah studi tentang pendidikan, *Programme for International Student Assessment* (Scubania, 2014) mengungkapkan bahwa suasana kelas dan disiplin siswa dalam belajar mempengaruhi prestasi belajar. Dari 65 negara yang dilibatkan dalam penelitian tahun 2009, Indonesia menempati urutan ke-19 dengan persentase siswa tertib dan disiplin belajar sebesar 79% tahun 2009 saat itu. Jepang berada di peringkat teratas dengan 93%, sementara Argentina dan Yunani menempati 2 peringkat terbawah dengan angka 62%. Fenomennya, pelajar lebih banyak menghabiskan waktu untuk kegiatan yang bersifat hiburan dibandingkan akademik. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, menonton televisi, kecanduan *game online* dan menunda mengerjakan tugas (Scubania, 2014). Selain itu, masih banyak pelajar yang tidak disiplin dalam belajar seperti melakukan

belajar tanpa perencanaan, pemanataan, pengontrolan, dan evaluasi. Akibatnya, mereka lebih senang menunda tugas, datang ke sekolah terlambat atau bolos, mencontek pekerjaan teman, mengumpulkan tugas terlambat, belajar sistem kebut semalam dalam menghadapi ujian/ulangan.

Monawati, Elly dan Wahyuni (2016) ciri-ciri siswa tidak disiplin dalam belajar diantaranya sering bolos, gaduh di dalam kelas, tidak memiliki waktu belajar rutin, mengerjakan PR di sekolah, sering terlambat masuk kelas dan mencontek teman saat ulangan berlangsung. Hasil penelitian Sari dan Hadijah (2017:125) mengenai ketidakhadiran siswa dengan kategori alpa sebagai salah satu parameter disiplin belajar siswa di SMK Bina Wisata Lembang mengalami kenaikan dari tahun ke tahun dengan selisih kenaikan rata-rata 7,6%. Kemudian hasil penelitian Titi Mirawati Asim (2016) Pelanggaran yang dilakukan siswa berkaitan dengan disiplin belajar yang dilakukan di SMA X Pati apabila di persentase yaitu tidak mengerjakan PR sebesar (30%), mencontek sebesar (24%), tidak membawa buku dan perlengkapan belajar sebesar (18%), datang terlambat sebesar (15%) dan berbuat gaduh dikelas sebesar (13%). Selain itu, hasil penelitian Campbell, Rodriques, Anderson dan Barnes (2013) menemukan 35,8% siswa berperilaku tidak teratur dan mengganggu dalam pembelajaran ketika di dalam kelas. Selain itu hasil wawancara oleh *Metropolitan Life Survey of the American Teacher* (MLSAT) (Wedhanti & Sasih, 2017) pada 1000 guru, 1234 siswa, dan 100 polisi, didapatkan bahwa mereka setuju dengan perilaku mengganggu, melanggar peraturan di sekolah, perilaku tidak pantas membuat kedisiplinan dan pembelajaran menjadi tidak kondusif.

Hasil studi pendahuluan penelitian yang dilakukan terhadap 218 responden siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya menunjukkan adanya keberagaman tingkat disiplin belajar, terdapat 1,83% (4 orang) siswa berada pada tingkat kategori sangat tinggi, 20,64% (45 orang) siswa berada pada tingkat kategori tinggi, 55,05% (120 siswa berada pada tingkat kategori cukup, 15,14% (33 orang) siswa berada pada tingkat kategori rendah dan 7,34 (16 orang) siswa berada pada tingkat kategori sangat rendah. Dari seluruh sampel penelitian yang dapat

mencapai tingkat disiplin belajar optimal hanya 1,83% dan 22% yang masih belum mencapai tingkat disiplin belajar optimal.

Tingkat capaian pada tiap indikator menunjukkan rata-rata sebesar 77,03%. Dari 15 indikator, 2 di antaranya berada pada kategori tinggi, yakni indikator D1 (Ketepatan masuk dan pulang sekolah) dan A3 (membawa peralatan sekolah, kemudian terdapat 2 indikator terendah yakni, indikator A2 (memiliki kehadiran yang baik) dan D3 (menggunakan waktu luang di sekolah dan di rumah).

Keberagaman capaian tiap siswa baik secara umum maupun pada tiap aspek dan indikator menggambarkan bahwa tingkat disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya masih belum optimal. Keberagaman tersebut dilatarbelakangi berbagai hal baik bersifat internal dari dalam diri siswa maupun bersifat dari luar. Rosemberg, Lapco dan Llorens (1990) menggambarkan kebanyakan di Sekolah Menengah Atas (SMA) muncul bentuk perilaku permisif dalam belajar seperti masalah disiplin belajar, hal tersebut disebabkan kurangnya kontrol siswa ketika proses belajar. Faktor penyebab siswa tidak disiplin belajar salah satunya dipengaruhi oleh dorongan dalam diri (Masrohan:2015). Disiplin yang berasal dari diri sendiri disebabkan oleh kemauan dan kesadaran sendiri dalam mematuhi ketentuan yang berlaku. Sebagaimana dipaparkan Wibawa (2015:87) salah satu faktor penyebab disiplin belajar siswa ada pada dirinya, seperti belum ada kesadaran dalam mengelola diri untuk menyiapkan keperluannya berkaitan dengan persiapan kegiatan belajar.

Dampak rendahnya disiplin belajar tentunya tidak baik terhadap keberhasilan proses pembelajaran siswa (Fajriani, 2016). Ketidaksiplinan mengganggu pembelajaran sehingga berpengaruh pada kurang berkembangnya prestasi belajar, bahkan mungkin pada kasus ketidaknaikan kelas. Sebagaimana penelitian Sumantri (2010) mengenai pengaruh disiplin belajar terhadap prestasi belajar siswa kelas XI SMA PGRI 4 Ngawi bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara disiplin belajar terhadap prestasi belajar. Kemudian penelitian Aslianda dkk (2017) membuktikan adanya hubungan positif antara disiplin belajar dengan hasil belajar. Semakin tinggi disiplin belajar siswa semakin tinggi pula hasil belajar yang diperolehnya, sebaliknya semakin rendah disiplin belajar siswa

semakin rendah pula hasil belajar yang diperoleh. Penelitian Firdaus (2013) membuktikan adanya hubungan positif antara disiplin belajar dengan motivasi belajar. Apabila siswa memiliki disiplin belajar tinggi, maka akan memiliki motivasi yang tinggi, begitu pun sebaliknya.

Dari berbagai macam riset yang sudah disajikan, masalah disiplin belajar perlu dikaji lebih dalam. Disiplin belajar memberikan pengaruh baik secara langsung maupun tidak terhadap keberhasilan dalam proses pembelajaran, berpengaruh terhadap peningkatan prestasi belajar, hasil belajar, dan motivasi belajar siswa sehingga ada kepentingan untuk dikembangkan. Bimbingan dan konseling pada dasarnya berperan aktif dalam situasi sekolah karena sekolah merupakan lembaga pendidikan yang berfungsi untuk menanamkan, mengajarkan, dan melaksanakan kedisiplinan. Disiplin belajar apabila dikembangkan dan diterapkan dengan baik dan konsisten akan berdampak positif bagi kehidupan masa depan dan perilaku siswa.

Dalam 10 tahun terakhir, intervensi peningkatan disiplin belajar siswa di level SMA muncul beberapa penelitian diantaranya: (1) Penelitian Putra, Suranata, dan Dharsana (2014) menggunakan teknik *shaping* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI MIA 4 SMA Negeri 2 Singaraja, hasil penelitian menunjukkan rata-rata persentase peningkatan sebelum tindakan sebesar 66 % menjadi 73% pada siklus I dan tindakan layanan konseling pada Siklus II persentase peningkatannya mencapai 65%; (2) Penelitian Anita (2015) menggunakan pelatihan manajemen waktu pada siswa kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Playen, hasil penelitian menunjukkan pelatihan manajemen waktu dapat meningkatkan disiplin belajar siswa. Peningkatan dibuktikan dengan skor skala disiplin belajar rata-rata pra tindakan sebesar 79,27, pasca siklus I sebesar 102,70 dan pasca siklus II sebesar 117,42; (3) Penelitian Dani, Suarni dan Sulastri (2013) menggunakan teknik latihan *asertif* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas X SMA Laboratorium Undiksha. Hasil penelitian menunjukkan teknik latihan *asertif* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa, dilihat dari hasil nilai t hitung lebih besar dari t tabel dengan taraf signifikan 5% (11,578 lebih besar dari 2,160); (4) Penelitian Permana dkk (2014) teknik latihan bertanggung

jawab untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI SMA 4 singaraja. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan dilihat dari rata-rata skor sebesar 57% analisis data awal kemudian meningkat menjadi 85% setelah treatment dilakukan.

Adapun teknik *self management* merupakan model layanan yang digunakan oleh para peneliti untuk meningkatkan disiplin belajar siswa pada level SMA, diantaranya adalah (1) Penelitian Ngainun Nikmah (2017), hasil penelitian menunjukkan keefektifan penggunaan *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI SMA N 02 Suruh dengan *mean rank* kelompok eksperimen sebesar 6,78; (2) Penelitian Puspa Permata Sari (2014), hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan disiplin belajar siswa Kelas XI SMA Tamansiswa Kudus sesudah dilakukan treatment sebesar 7,17%; (3) Penelitian Faiqatul Isnaini (2015), hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan disiplin belajar siswa SMA N 2 Margoyoso sesudah diberikan treatment sebesar 6,85 %; (4) Penelitian Ni Putu Megantari (2014), hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan disiplin belajar siswa kelas X SMA Negeri 3 Singaraja, dilihat dari siklus I dan siklus II dengan rata-rata peningkatan yaitu 20,2 atau dalam persentase 25,25%.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian di atas, intervensi untuk meningkatkan disiplin belajar yang paling banyak digunakan dan berhasil dilakukan adalah *self management*. Yates (Setiawan dan Dharsana, 2018:50) menjelaskan *self management* adalah strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilakunya sendiri dengan tanggung jawab atas tindakannya untuk mencapai kemajuan diri. *Self management* digunakan dalam penanganan permasalahan kurang disiplin belajar dengan mengacu pendapat Nursalim (Sholihah, 2013:4) bahwa strategi *self management* dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan terkait dengan prestasi belajar. Menurut Sholihah (2013:4) Untuk menumbuhkan disiplin belajar, siswa perlu latihan mengendalikan diri yaitu mengontrol perasaan, keinginan, dan pikiran sendiri. Cormier & Cormier (Hidayati, 2018:24) menjelaskan strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya dapat mengarahkan perubahan perilaku sendiri merupakan

teknik yang disebut dengan *self management*. Prijaksono (2003) mengemukakan bahwa *self management* bermanfaat untuk meningkatkan kebiasaan belajar.

Alasan menggunakan *self management* karena *self management* efektif dalam usaha perubahan perilaku, hal tersebut dipaparkan Prijaksono (2003) *self management* ampuh dan efektif dalam mengubah perilaku individu sebagaimana yang diinginkan. Pada banyak penelitian seperti McCarl, Svobodny, dan Beare (1991); Nelson, Smith, dan Dodd (1991) memfokuskan penggunaan teknik *self management* model Yates yang menunjukkan keefektifan prosedur dalam merubah perilaku dan produktivitas akademik. Prosedur teknik ini relatif sederhana untuk diterapkan, cepat dalam mencapai poin yang diharapkan, dan membantu siswa menjadi lebih sukses dan mandiri di kehidupan sehari-hari (Dunlap, Dunlap, Koegel, & Koegel, 1991).

Peran *self management* dalam membantu individu untuk mencapai suatu performa yang diharapkan sudah terbukti efektif pada berbagai bidang. Misalnya, penelitian Siti Umrani (2012) *self management* berhasil meningkatkan kemandirian belajar siswa, penelitian I Kadek Jeri Sastrawan, penelitian Nurzakayah (2010) yang memberikan kesimpulan *self management* efektif mereduksi *Body Dysmorphic Disorder (BDD)*. Penelitian Rahayu (2008) menunjukkan penggunaan strategi *self management* dapat mengurangi malas belajar siswa, Kemudian DuBois, dkk (2017) menggunakan metode *self management* untuk mengetahui efeknya pada perilaku siswa yang berhubungan dengan akademik, seperti menyelesaikan pekerjaan rumah, fokus pada tugas, dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Kemudian Hidayati (2018) Pelatihan *self management* efektif meningkatkan *self regulated learning* siswa. Penelitian Alamari (2015) menggunakan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku terlambat masuk sekolah dan hasilnya efektif. Penelitian Octaviani (2015) menunjukan *self management* efektif dalam membantu siswa yang mengalami kesulitan mengelola waktu belajarnya.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan *self management* efektif dalam meningkatkan disiplin belajar dan permasalahan lainnya seperti kemandirian belajar, mengurangi malas belajar siswa, *self regulated learning*, mengurangi

terlambat masuk sekolah, kesulitan mengelola waktu, dan konsep diri. Dengan demikian dalam penelitian ini akan menggunakan pelatihan *self management* sebagai intervensi untuk meningkatkan disiplin belajar siswa. Layanan bimbingan dan konseling merupakan bentuk layanan psikopedagogis yang dapat membantu siswa mencapai tujuan dan membantu individu ke arah yang lebih baik. Layanan bimbingan dan konseling dalam penelitian ini berupa pelatihan karena pelatihan juga bagian dari proses pendidikan yang tidak bisa dipisahkan di sekolah.

Pelatihan *self management* yang digunakan adalah pelatihan *self management* model Yates. Beberapa penelitian menggunakan pelatihan *self management* model Yates untuk meningkatkan disiplin belajar diantaranya adalah penelitian Nanang Kurniawan (2008), penelitian Juni Ambarsari (2017), dan Penelitian Risma Ardiany (2013). Kelebihan *self management* model Yates adalah individu dapat terlihat aktif dan dominan dalam pelaksanaan *self management*, perubahan tingkah laku yang diperoleh lebih tahan lama karena menggunakan beberapa teknik (Setiawan dan Dharsana, 2008); pelaksanaannya cukup sederhana dan mudah dipahami (Kurniawan, 2018).

Dari paparan di atas, yang menjadi fokus penelitian adalah upaya untuk meningkatkan disiplin belajar dengan menggunakan pelatihan *self management* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya. Hal tersebut perlu untuk dilakukan karena pelatihan *self management* sebagai suatu pengembangan perilaku yang bertujuan membantu individu dalam mengarahkan perilakunya ke arah yang lebih positif sehingga peneliti ingin mengkaji secara empiris bagaimana keefektifan pelatihan *self management* terhadap peningkatan disiplin belajar.

UMTAS

B. Identifikasi Masalah

Poin-poin yang dapat disimpulkan dari latar belakang masalah adalah sebagai berikut :

1. Permasalahan yang dialami siswa adalah rendahnya disiplin dalam mengikuti proses pembelajaran baik yang dilaksanakan di sekolah atau di rumah.
2. Disiplin belajar penting dimiliki siswa, karena dengan disiplin akan memudahkan siswa dalam belajar secara terarah dan teratur, dapat meningkatkan serta mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.
3. Siswa yang memiliki disiplin belajar baik akan menciptakan aktivitas yang mampu mengatur diri pada terciptanya pribadi dan potensi sosial berdasarkan pengalamannya sendiri, memiliki waktu belajar yang teratur, belajar sedikit demi sedikit, menyelesaikan tugas pada waktunya dan belajar dalam suasana yang mendukung.
4. Salah satu faktor rendahnya disiplin belajar adalah kurangnya kemampuan siswa dalam mengelola dan mengatur dirinya.
5. Dampak rendahnya disiplin belajar tentunya tidak baik terhadap keberhasilan proses pembelajaran siswa, ketidakdisiplinan mengganggu pembelajaran sehingga berpengaruh pada kurang berkembangnya prestasi belajar, bahkan mungkin pada kasus ketidakhadiran kelas.
6. Intervensi yang dilakukan dalam peningkatan disiplin belajar adalah pelatihan *self management* model Yates. Kelebihan *self management* model Yates adalah individu dapat terlihat aktif dan dominan dalam pelaksanaan *self management*, perubahan tingkah laku yang diperoleh lebih tahan lama karena menggunakan beberapa teknik, pelaksanaannya cukup sederhana dan mudah dipahami.
7. *Self Management* sangat diperlukan untuk membantu siswa dalam melaksanakan kegiatan belajar baik di sekolah maupun di rumah karena mampu meningkatkan kualitas belajar siswa, kemudian dengan adanya pengelolaan dan pengaturan diri siswa dapat merencanakan dan mengelola dirinya menjadi lebih baik.

C. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah :

1. Seperti apa gambaran umum profil disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya ?
2. Seperti apa rumusan modul pelatihan *self management* yang efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya ?
3. Bagaimana efektifitas pelatihan *self management* untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk memperoleh gambaran umum mengenai profil disiplin belajar siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya.
2. Untuk memperoleh rumusan modul pelatihan *self management* yang efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya.
3. Untuk memperoleh gambaran empirik mengenai keefektifan pelatihan *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi para peneliti dalam usaha mengembangkan ilmu-ilmu psikologi dan sebagai upaya untuk memperkuat teori dan memperkaya khazanah keilmuan dibidang pendidikan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling, selain itu juga diharapkan dapat memberikan penjelasan yang terperinci dan terukur dan dapat diaplikasikan secara langsung mengenai penggunaan pelatihan *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi konselor

Guru bimbingan dan konseling (BK) mendapatkan sumbangan tentang kajian tentang pelatihan *self management* yang dapat digunakan untuk mengembangkan layanan belajar terkait dengan disiplin belajar siswa.

b. Bagi siswa

Manfaat untuk siswa adalah dapat menerapkan pelatihan *self management* sehingga dapat meningkatkan kedisiplinan belajar dan siswa dapat belajar dengan baik serta meningkatkan prestasi belajarnya.

c. Bagi peneliti

Manfaat untuk peneliti yang selanjutnya adalah bisa menambah pengetahuan, dan pengalaman yang dapat dijadikan bekal untuk menjadi guru yang profesional serta menambah wawasan keilmuan, kemudian diharapkan hasil dari penelitian ini menambah penjelasan deskriptif tentang disiplin belajar dan dapat dikembangkan lebih mendalam melalui penelitian lanjutan baik di jenjang yang sama maupun di jenjang yang berbeda.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam skripsi ini adalah sebagai berikut :

1. BAB I Pendahuluan, di dalam bab ini memaparkan mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.
2. BAB II Kajian Pustaka, di dalam bab ini memaparkan kajian teori tentang disiplin belajar dan pelatihan *self management*.
3. BAB III Metodologi Penelitian, di dalam bab ini memaparkan mengenai pendekatan atau metode penelitian, rancangan lokasi dan subjek penelitian, pengembangan instrumen penelitian, dan teknik analisis data.
4. BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, di dalam bab ini memuat tentang deskripsi hasil penelitian, hasil uji hipotesis/jawaban pertanyaan penelitian, interpretasi dan hasil diskusi serta keterbatasan penelitian
5. BAB V Penutup, yang memuat simpulan dan saran.