JUPIDAS
JURNAL PENDIDIKAN DASAR
Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

UPAYA MENINGKATKAN *SELF REGULATED LEARNING* (PENGATURAN DIRI DALAM BELAJAR) SISWA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DI SMPN 1 MEDAN

Mohd. Rozy Ramli Harahap, Dr. Nefi Darmayanti, M. Si, Ade Chita Putri Harahap, M. Pd. Kons

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana upaya untuk meningkatkan *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) pada siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMP N 1 MEDAN. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII Kiras Bangun di SMP N 1 MEDAN yang berjumlah 30 orang. Jenis Penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan dua siklus. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi dan angket. Hasil instrumen angket yang diberikan sebelum tindakan sebesar 61,3 %, Selanjutnya pada siklus I diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok dengan hasil 66,3 %. Namun karena belum mencapai tujuan yang ditentukan yaitu 75%, maka peneliti melanjutkan pada siklus II yaitu diberikan layanan bimbingan kelompok dan terlihat adanya peningkatan *self regulated learning* pada siswa yaitu dengan hasil sebesar 81,7 %. Jadi hasil peningkatan dari siklus I ke siklus II, terlihat adanya peningkatan sebesar 15,4 %. Artinya siswa yang diberikan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar).

Kata Kunci: *Self Regulated Learning, Layanan Bimbingan Kelompok*

JUPIDAS
JURNAL PENDIDIKAN DASAR
Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

Abstract

The purpose of this study was to find out how efforts to improve self-regulated learning in students through group guidance services at SMP N 1 MEDAN. The subjects of this study were 30 students of grade VIII Kiras Bangun at SMP N 1 MEDAN. This type of research is an action research guidance counseling (PTBK) with two cycles. Data collection techniques used include observation and questionnaires. The results of the questionnaire instrument given before the action amounted to 61.3%, then in the first cycle the group guidance service action was given with a result of 66.3%. However, because it has not achieved the specified goal of 75%, the researchers continued in cycle II, namely given group guidance services and it was seen that there was an increase in self-regulated learning in students, with results of 81.7%. So the results of the increase from cycle I to cycle II, there was an increase of 15.4%. This means that students who are provided with group guidance services experience an increase in self-regulated learning.

Keywords: *Self Regulated Learning, Group Guidance Services*

Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

PENDAHULUAN

Pendidikan yang efektif sejatinya tidak hanya bertumpu pada penyampaian materi pelajaran, tetapi juga pada pengembangan keterampilan belajar yang mendalam dan berkelanjutan. Salah satu keterampilan belajar yang krusial adalah *Self-Regulated Learning* atau pengaturan diri dalam belajar. *Self-Regulated Learning* merujuk pada kemampuan seseorang untuk secara sadar mengelola, mengawasi, dan mengatur proses belajarnya sendiri.

Zimmerman (2008: 329) mendefinisikan *self-regulated* sebagai "*learning to the degree that they are metacognitively, motivationally, and behaviorally active participants in their own learning process*", yakni usaha individu untuk memonitor kemampuan diri sendiri, untuk membuat perencanaan dan melakukan pemantauan dalam menyelesaikan tugas-tugas secara baik.

Dalam konteks pendidikan, siswa yang memiliki kemampuan *Self Regulated Learning* yang baik cenderung memiliki performa akademik yang lebih tinggi, motivasi belajar yang lebih kuat, dan kemampuan pemecahan masalah yang lebih baik. Namun, tidak semua siswa memiliki kemampuan *Self Regulated Learning* yang memadai secara alami. Oleh karena itu, perlunya intervensi pendidikan yang fokus pada pengembangan *Self Regulated Learning* menjadi sangat penting.

Untuk mewujudkan hal tersebut, perlu melaksanakan pembinaan khusus yang dilakukan oleh guru dengan tujuan untuk mengarahkan, membentuk sikap dan perilaku siswa. Pembinaan kepada siswa tentunya bertujuan untuk membimbing siswa agar sungguh-sungguh dalam belajar sehingga mendapatkan hasil belajar yang baik. Pembinaan ini lebih diarahkan pada kesadaran siswa dalam mematuhi aturan-aturan atau disiplin sehingga dapat menggunakan waktu dengan efektif selama kegiatan belajarnya.

Penelitian Pranoto, H. (2016) "*Upaya Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di SMA Negeri 1 Sungkai Utara Lampung Utara"* Penelitian tersebut menjelaskan bahwa dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan kepercayaan diri peserta didiknya melalui regulasi diri dalam memanajemen diri supaya dapat berbicara, mengemukakan pendapat serta dapat meningkatkan kemampuan dalam komunikasi antar sesama dan lebih bersemangat.

Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

Ade Chita (2020: 15) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal seperti topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok yang berguna bagi pengembangan pribadi. Pembahasan topik tersebut melalui suasana dinamika pada kelompok yang intensif dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota di bawah bimbingan pimpinan kelompok (konselor).

Self-regulated learning atau pengelolaan diri dalam belajar pada siswa dapat ditingkatkan melalui pelayanan bimbingan dalam bimbingan dan konseling. Ada tiga macam format bimbingan yaitu bimbingan dengan format klasikal, format kelompok, dan format individual. Peneliti mengambil upaya meningkatkan *self-regulated learning* dengan menggunakan format kelompok yaitu dengan layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan tahapan konvensional yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran/penutup.

SMPN 1 Medan, sebagai salah satu sekolah menengah pertama di kota Medan, memiliki tantangan dalam meningkatkan kemampuan SRL siswa. Faktor-faktor seperti beragamnya latar belakang siswa, tekanan akademik yang meningkat, dan kurangnya pemahaman tentang strategi belajar yang efektif, dapat mempengaruhi kemampuan SRL siswa. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengidentifikasi dan menerapkan metode yang efektif dalam meningkatkan kemampuan SRL siswa di SMPN 1 Medan.

Berdasarkan *survey* sementara peneliti dengan bertanya kepada salah satu Guru BK kelas VIII yang dilakukan oleh peneliti, yang mana mengenai permasalahan-permasalahan siswa yang berkaitan dengan *self regulated learning* (Pengaturan diri dalam belajar) oleh siswa SMP Negeri 1 Medan. Maka Peneliti beramsumsi bahwa peneliti tertarik mengangkat topik tersebut, yang mana peneliti berupaya meningkatkan *self regulated learning* siswa dapat dilakukan dengan memanfaatkan layanan bimbingan konseling salah satunya Layanan bimbingan kelompok yang akan peneliti gunakan.

JUPIDAS
JURNAL PENDIDIKAN DASAR
Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

METODE PENELITIAN

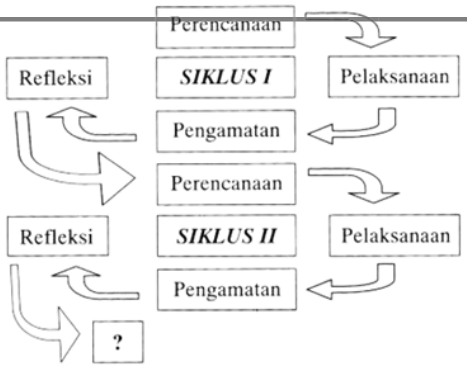
Jenis penelitian ini menggunakan tindakan layanan bimbingan konseling (PTBK), Yaitu untuk memecahkan pada masalah yang terjadi selama proses pembelajaran dikelas terkait rendahnya *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). Dengan pemberian layanan bimbingan kelompok diharapkan siswa mampu menjadi siswa yang dapat mengontrol dengan baik dalam belajarnya.

Mu'allim dan Rahmat (2014: 6) menjelaskan secara lebih luas Penelitian tindakan diartikan sebagai penelitian yang berorientasi pada penerapan tindakan dengan tujuan untuk peningkatan mutu dan mengamati tingkat keberhasilan atau akibat tindakannya, untuk kemudian diberikan tindakan lanjutan yang bersifat menyempurnakan tindakan atau penyesuaian dengan kondisi dan situasi sehingga diperoleh hasil yang lebih baik.

Lokasi Penelitian dilakukan di Smp Negeri 1 Medan, Jl. Bunga Asoka N0. 10, Asam Kumbang, Kec. Medan Selayang, Kota Medan, Sumatera Utara. Subjek dalam penelitian tindakan ini adalah Siswa/i kelas VIII Kiras Bangun SMPN 1 Medan berjumlah 30 siswa. Lalu siswa yang memiliki rendahnya *Self Regulated Learning* akan dilakukan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan *self regulated learning* siswa.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat dijelaskan bahwa dalam penelitian ini menggunakan penelitian tindakan (*action research*). Penelitian ini digunakan untuk meningkatkan *self regulated learning* siswa kelas VIII Kiras Bangun di SMP Negeri 1 Medan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok. Adapun metode pada prosedur penelitian ini menggunakan penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK) dengan model siklus yang dikemukakan oleh Kemmis dan Mc Taggart dalam buku Dede (2020: 12) terdiri dari empat Langkah, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi sebagai berikut:

JUPIDAS
JURNAL PENDIDIKAN DASAR
Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php



HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian terkait layanan bimbingan kelompok meningkatkan *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) di tampilkan dalam bentuk table 1 di bawah ini pembahasan antar siklus:

Tabel 1 Hasil Peningkatan *Self regulated learning*

No	Nama	Pra Tindakan		Siklus I		Siklus II	
		Skor	Persentase	Skor	Persentase	Skor	Persentase
1.	DG	55	45.8 %	62	51.7%	79	65.8%
2.	AY	60	50%	72	60%	100	83.3%
3.	RA	62	51.7%	64	53.3%	103	85.8%
4.	BS	64	53.3%	68	56.7%	90	75%
5.	HF	58	48.3%	59	49.2%	82	68.3%
6.	YK	64	53.3%	66	55%	101	84.1%
7.	SM	52	43.3%	60	50%	72	60%
8.	AM	55	45.8%	61	50.8%	86	71.7%

Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

9.	ZR	89	74.2%	101	84.2%	111	92.5%
10.	JA	65	54.2%	72	60%	99	82.5%
11.	JB	90	75%	94	78.3%	104	86.7%
12.	DA	94	78.3%	103	85.8%	106	88.3%
13.	RAZ	65	54.2%	70	58.3%	101	84.2%
14.	NS	63	52.5%	71	59.2%	76	63.3%
15.	MS	62	51.7%	65	54.2%	105	87.5%
16.	VA	61	50.8%	63	52.5%	82	68.3%
17.	AR	64	53.3%	67	55.8%	75	62.5%
18.	RAR	97	80.9%	106	88.3%	108	90%
19.	MFA	88	73.3%	91	75.8%	113	94.2%
20.	BA	88	73.3%	90	75%	110	91.7%
21.	MF	104	86.7%	104	86.7%	108	90%
22.	NY	65	54.2%	67	55.8%	90	75%
23.	MI	92	76.7%	100	83.3%	100	83.3%
24.	AA	64	53.3%	68	56.7%	103	85.8%
25.	AT	63	52.5%	69	57.5%	101	84.2%
26.	AD	59	49.2%	68	56.7%	106	88.3%
27.	AP	93	77.5%	105	87.5%	107	89.2%
28.	RS	91	75.8%	102	85%	104	86.7%

29.	ZA	89	74.2%	90	75%	104	86.7%
30.	AMC	112	93.3%	112	93.3%	115	95.8%
RATA-RATA			61.3%		66.3%		81.7%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat peserta didik disetiap siklus mengalami peningkatan. Hal ini dapat dilihat pada tabel dari siklus I sampai siklus II terjadi peningkatan.

Dengan setelah siswa mengikuti Siklus I dan Siklus II peserta didik menjadi lebih memahami bagaimana untuk dapat merencanakan dalam belajarnya/ *learning by plan*. Siswa/i juga dapat memiliki *Self Monitoring* dalam belajar nya dalam kegiatan kelompok terus mengalami peningkatan dan Dengan usaha yang dilakukan terlihat pada mengevaluasi dirinya dalam belajar (*self evaluation/reflection*) dengan baik mengungkapkan pendapat sesuai apa yang dirasakan terus mengalami peningkatan. Sehingga peserta didik dapat lebih baik dalam menerima materi layanan yang disajikan atau berikan oleh peneliti itu sendiri. dan memiliki hasil yang baik Pada siklus I sampai siklus II yang mengalami peningkatan. Pada Siklus I sebesar 66.3% dan pada Siklus II 81.7% terlihat adanya peningkatan sebesar 15.4%. Peningkatan ini disebabkan peserta didik lebih memperhatikan dan serius dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Pembahasan

Sebelum diberikan tindakan layanan bimbingan konseling, Bahwa sebelum diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok, *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) siswa kelas VIII Kiras Bangun SMP Negeri 1 Medan cenderung memiliki *tingkat self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) yang masih rendah yang dapat dilihat dari hasil observasi dan pemberian angket yaitu sebesar 61.3%.

Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

Ketika diberikan layanan bimbingan kelompok, diperoleh hasil penelitian berupa bimbingan kelompok dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang *Self-regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). Hal ini terlihat dari hasil pra tindakan ke siklus I kemudian siklus II dimana mengalami perubahan dilakukan pemberian layanan bimbingan kelompok pada siklus II untuk lebih meningkatkan pemahaman siswa tentang *Self-regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar). Saat pemberian layanan bimbingan kelompok terlihat jelas siswa sangat antusias dalam menjawab tanpa diminta serta sudah berani dalam mengeluarkan pendapatnya. Beberapa siswa memberikan pendapatnya mengenai faktor yang menyebabkan *self regulated learning*. Terlihat juga tingkat pemahaman siswa dari hasil angket yang disebarkan pada siklus II didapat dengan hasil sebesar 81.7 %.

Hal ini juga dapat kita kaitan dari penelitian sebelumnya yaitu Sugiyadi (2018) penelitian tentang peningkatan motivasi belajar melalui layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik *Self regulated learning*. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa adanya peningkatan motivasi belajar melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning*. Tingkat motivasi belajar siswa mengalami peningkatan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self regulated learning*. Jika kita memiliki tingkat pemahaman tinggi mengenai *self regulated learning* ini maka kita akan termotivasi dan akan mencapai tujuan/ target pembelajaran dan akan maksimal dalam belajar untuk mencapai hasil yang memuaskan.

Pemberian layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan *Self regulated learning* siswa. Diberikan layanan bimbingan kelompok untuk dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang *Self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) agar siswa dapat belajar dan mencapai hasil yang maksimal. Hasil penelitian ini membawa kita pada kesimpulan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan *Self Regulated Learning* (Pengaturan Diri Dalam Belajar) yaitu yang terlihat dari hasil pra tindakan yaitu sebesar 61.3%, siklus I sebesar 66.3%, serta siklus II sebesar 81.7%. Oleh karena itu pemberian layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan *Self regulated learning* siswa.

Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

SIMPULAN

Berdasarkan data yang diperoleh Bahwa sebelum diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok, *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) siswa kelas VIII Kiras Bangun SMP Negeri 1 Medan cenderung memiliki *tingkat self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) yang masih rendah yaitu sebesar 61.3%. Bahwa sesudah diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok, *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) siswa kelas VIII Kiras Bangun SMP Negeri 1 Medan mengalami peningkatan yaitu pada siklus I yaitu sebesar 66.3% namun pada siklus I ini belum mencapai nilai atau tujuan yang hendak dicapai maka dilakukan lagi pemberian layanan bimbingan kelompok untuk lebih meningkatkan pemahaman siswa tentang *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar).

Saat dilakukan pemberian layanan bimbingan kelompok pada siklus II didapatkan hasil yaitu sebesar 81.7%. Hasil penelitian ini membawa kita pada kesimpulan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap peningkatan *Self Regulated Learning* (Pengaturan Diri Dalam Belajar) yaitu yang terlihat dari hasil pra tindakan yaitu sebesar 61.3%, siklus I sebesar 66.3%, serta siklus II sebesar 81.7%. Artinya siswa yang diberikan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan *self regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar).

Vol 1 , No 1, Tahun 2024
Halaman : 1-11
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php

DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, S., & Alfita, L. (2017). *Strategy Self Regulated Learning* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. JUPIIS: JURNAL PENDIDIKAN ILMU-ILMU SOSIAL, 9(2), 202-212.

Dede Rahmat Hidayat (2020). *Penelitian Tindakan Dalam Bimbingan dan Konseling* Jakarta: PT Indeks.

Eddy, Wibowo Mungin. (2005) Konseling Kelompok Perkembangan. Semarang: Unnes Press.

Harahap. A. C. P. (2020). *Prosedur Kelompok Dalam Konseling*. Medan: UINSU MEDAN.

Mua'allimin, Rahmat. (2014) *Penelitian Tindakan Kelas Teori dan Praktik*. Jawa Timur: Ganding Pustaka.

Prayitno dan Amti. (2004) *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: RinekaCipta.

Romlah (2001). Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok, Malang: UNM

Waluandja. A.P., dan Dami. A.Z. (2018), *Upaya Pengendalian Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok*. JURNAL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN PENDIDIKAN, Vol. 1 No. 1 2018.

Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: *Historical background, methodological developments, and future prospects*. *American Educational Research Journal*, *45*(1), 166–183. https://doi.org/10.3102/0002831207312909

Zimmerman, B. J. (2011). *Encourcing Self-regulated Learning in the Clasroom: A Review of the Literature*: *Metropolitan Educational Research Consortium* (MERC). Virginia Commonwealth University.