



## TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN NILAI KARAKTER MANDIRI BELAJAR SISWA

Annisa Khairani, Akhmad Sugianto, Rizky Ildiyanita

Bimbingan dan Konseling, Universitas Lambung Mangkurat  
[annisakhairani26@gmail.com](mailto:annisakhairani26@gmail.com)

### ABSTRAK

Siswa yang memiliki nilai karakter mandiri belajar rendah akan mempengaruhi kepada tinggi rendahnya hasil belajar siswa. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mendiskripsikan dan menganalisis keberhasilan dalam menggunakan teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) untuk meningkatkan nilai karakter mandiri belajar pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin. Penelitian ini mengaplikasikan jenis Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) dengan pendekatan kualitatif serta model PTBK yang diterapkan pada penelitian ini yaitu model Kurt Lewin serta dilakukan dalam tiga siklus. Sampel diperoleh dari siswa kelas VII sebanyak 6 orang siswa. Sampel ditentukan melalui teknik *stratified random sampling*. Alat pengumpulan data yang dimanfaatkan yakni: lembar observasi dengan rubrik penilaian, pedoman wawancara, dan angket. Berdasarkan hasil rubrik kegiatan peneliti dan siswa, serta hasil tindakan dari pelaksanaan teknik *self-management* yang telah dibuat, didapatkan hasil adanya peningkatan pada setiap siklus, pada aktivitas peneliti meraih kategori “baik”, pada aktivitas siswa berada pada kategori “aktif”, dan hasil tindakan dari pelaksanaan teknik *self-management* mencapai kategori “berhasil”. Dari penelitian tindakan yang sudah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan nilai karakter mandiri belajar dengan menggunakan teknik *self-management*.

**Kata Kunci:** Nilai Karakter Mandiri Belajar; Teknik *Self-management*; Konseling Model KIPAS

---

### ABSTRACT

*Students who have low self-study character values will affect the level of student learning outcomes. The purpose of this study was to describe and analyze the success of using self-management techniques based on the KIPAS model in increasing the value of independent learning characters in grade VII students of SMP Negeri 11 Banjarmasin. This research uses the type of Counseling Guidance Action Research (PTBK) using a qualitative approach and the PTBK model used in this study is the Kurt Lewin and carried out in three cycles. The sample of this research is class VII students, totaling 6 students. The sampling technique used is stratified random sampling. Data collection tools used include: observation sheets with assessment rubrics, interview guidelines, and questionnaires. Based on the results of the rubric of research activities, student activities and the results of actions from the implementation of self-management techniques that have been made, the results obtained are an increase in each cycle, the research activity reaches the "good" category, the student activity is in the "active" category, and the results of the action from the implementation of self-management techniques reached the "successful" category. From the action research that has been done, it can be concluded that there is an increase in the value of independent character learning by using self-management techniques.*

**Keywords:** Value of Independent Learning Character; Self-Management Technique; KIPAS Counseling

## PENDAHULUAN

Setiap manusia berhak mendapatkan pendidikan agar ia dapat mengembangkan dan meningkatkan potensi yang ada di dalam dirinya. Pendidikan sendiri tidak hanya menjadi suatu wadah untuk mengembangkan akal manusia, namun juga kemampuan-kemampuan manusia yang lainnya. Maka dari itu, manusia erat kaitannya dengan pendidikan. Untuk mencapai tujuan pendidikan, ada suatu proses belajar mengajar yang merupakan suatu aktivitas yang paling penting dalam keseluruhan upaya pendidikan. Dengan adanya pendidikan, diharapkan adanya bentuk perubahan perilaku yang dialami peserta didik.

Penyelenggaraan pendidikan yang ada di sekolah berupaya membantu peserta didik dalam mengembangkan perilaku mandiri belajarnya agar peserta didik dapat menyelesaikan tugas perkembangannya dengan baik. Mengingat pentingnya mandiri belajar tersebut, maka gejala-gejala yang mengindikasikan peserta didik tidak mandiri, harus mendapatkan penanganan sejak dini, karena mandiri belajar menjadi pilar penting bagi pembentukan karakter seorang peserta didik. Karakter mengacu pada rentetan sikap, perilaku, motivasi, serta keterampilan. Karakter merupakan nilai-nilai perilaku manusia yang berkaitan dengan Tuhan YME, diri sendiri, sesama manusia ataupun lingkungan yang terbentuk dalam pikiran, perilaku, sikap, perasaan, serta perbuatan berdasarkan norma-norma yang ada.

Salah satu cara untuk membangun karakter seorang peserta didik adalah melalui pendidikan. Pendidikan karakter sebagai suatu sistem penanaman nilai-nilai karakter kepada peserta didik yang meliputi unsur pengetahuan, kesadaran atau kemauan, serta aktivitas guna memmanifestasikan nilai-nilai tersebut baik terhadap Tuhan YME, diri sendiri, sesama ataupun lingkungan. Dalam dunia pendidikan, dari jenjang TK, SD, SMP, SMA bahkan sampai ke perguruan tinggi tentu saja tidak luput dari suatu permasalahan yang ada dialami oleh peserta didik atau individu.

Peserta didik yang berada pada jenjang SMP termasuk pada kategori remaja. Remaja sudah tidak lagi termasuk kedalam golongan anak-anak, tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Masa remaja ini, merupakan peralihan dari sikap ketergantungan pada keadaan yang relatif mandiri, dalam hal ini dikhususkan pada mandiri yang harus dimiliki oleh remaja. Mandiri sangat dibutuhkan oleh seorang remaja untuk menyelesaikan tugas perkembangannya, karena

mandiri merupakan dasar bagi seorang remaja untuk dapat memulai mengaktualisasikan dirinya.

Salah satu mandiri yang dibutuhkan oleh seorang remaja sebagai pelajar yaitu perilaku mandiri dalam hal belajar. Dengan adanya mandiri belajar di sekolah ataupun di rumah ini, peserta didik akan mampu memantau, mengevaluasi mengatur belajarnya secara efektif, menghemat waktu secara efisien, mampu mengarahkan diri sendiri dan tidak merasa bergantung kepada orang lain serta mampu memecahkan permasalahan dari persoalan yang ada.

Mandiri belajar dapat didefinisikan sebagai suatu perilaku yang dilakukan peserta didik tanpa bergantung kepada bantuan teman ataupun orang lain, mampu menyelesaikan tugas yang diberikan, mampu menghadapi berbagai macam masalah, dan berupaya mencari solusi untuk mengatasi permasalahan yang ada. Adapun ciri-ciri mandiri belajar yaitu percaya diri, mampu bekerja sendiri, menguasai keahlian dan keterampilan sesuai dengan kerjanya, mampu menghargai waktu dan bertanggung jawab. Perilaku mandiri belajar pada siswa ini sangat penting dikalangan remaja terutama peserta didik yang duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama.

Perilaku mandiri belajar yang dilihat di lapangan masih dikatakan rendah, karena mereka sering kali mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah dengan melihat pekerjaan rumah punya teman, tidak bisa mengatasi persoalan yang ada, tidak bisa mengatur jadwal sehari-hari, dan terdapat peserta didik yang tidak membawa buku pelajaran ke sekolah. Hal ini diperkuat dengan fenomena yang terjadi yaitu sebagai berikut: melalui berita Tribun Manado pada bulan Mei 2017 yang berjudul Tak Buat Pekerjaan Rumah (PR), Siswa diganjar Berdiri 30 Menit menyebutkan bahwa ada salah satu siswa SMP yang selalu tidak mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR) yang diberikan oleh guru mata pelajaran tersebut. Hal itu dikarenakan karena ia sering lupa bahwa ada Pekerjaan Rumah (PR) yang ia dapatkan dan biasanya apabila ada Pekerjaan Rumah (PR) ia mengerjakannya di sekolah bersama dengan teman-teman yang lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada guru BK pada tanggal 15 Maret 2021, beliau mengatakan karena mata pelajaran dari setiap jenjang pendidikan memiliki tingkat kesulitan yang bermacam-macam. Apalagi peralihan dari jenjang SD ke SMP, tentunya pelajaran akan semakin sulit. Sehingga, siswa menjadi tidak yakin dengan kemampuan dalam menjawab soal yang diberikan dan mereka takut

mendapatkan nilai yang rendah. Akibatnya, mereka lebih banyak melihat jawaban tugas dari teman-temannya. Serta kurangnya perhatian yang diberikan orang tua kepada peserta didik akibat terlalu sibuk bekerja sampai larut malam yang menyebabkan peserta didik kebingungan saat mendapatkan tugas karena tidak mendapat bimbingan dari orang tuanya dalam mengerjakan tugas yang diberikan.

Hal seperti ini jika dibiarkan akan memberikan dampak negatif terhadap peserta didik tersebut, dampak yang ditimbulkan apabila peserta didik mengalami mandiri belajar yang rendah yaitu peserta didik menjadi tidak terdorong untuk mengelola perilaku mereka secara mandiri, mereka menjadi tidak memiliki keterampilan hidup dengan memiliki perilaku yang selalu bergantung dengan orang lain.

Untuk mengatasi permasalahan mengenai rendahnya mandiri belajar siswa kelas VII di SMP negeri 11 Banjarmasin, perlunya peran guru Bimbingan Konseling, dapat melalui pemberian layanan bimbingan dan konseling. UU RI Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen dan Peraturan Pemerintah RI Nomor 37 Tahun 2009 mengenai Dosen yaitu Kompetensi Guru dan Dosen terdiri dari atas beberapa kompetensi yakni Profesional, Sosial, Kepribadian & Pedagogik. Berdasarkan hal tersebut guru BK harus mampu mengimplementasikan program BK. Penyelenggaraan BK sudah berpedoman kepada panduan operasional penyelenggaraan bimbingan dan konseling. Pentingnya pemahaman guru bimbingan konseling terhadap Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Konseling di SMP seperti layanan dasar, peminatan dan perencanaan individual, layanan responsive serta dukungan sistem (Rachman, Sugianto, dan Yustina, 2020:29).

Salah satu bentuk pemberian layanan yang akan diberikan yaitu konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS). Kemudian peneliti akan mengkolaborasikan layanan dengan menggunakan teknik *self-management* untuk meningkatkan mandiri belajar siswa. Menurut Mappiare (2017) bahwa terdapat tema dan bahasan di dalam model konseling Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) ini salah satunya permasalahan yang akan dibahas oleh peneliti yaitu nilai karakter mandiri belajar, karena disana mengatakan bahwa karakter merupakan suatu kriteria kepribadian, mempunyai dua sisi yaitu yang nyata dan diharapkan. Model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) berupaya mengkaji secara mendalam serta terarah mengenai sistem

nilai yang terkandung dalam setiap budaya baik falsafah budaya, permainan, pantun yang dapat dijadikan sebagai suatu teknik konseling berbasis budaya nusantara.

Dalam konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) ini, peran konselor menjadi pertimbangan penting agar konseling bisa efektif. Konselor dapat mendatangkan rasa aman serta kebebasan kepada konseli saat konseling berlangsung, konselor hendaknya menggunakan teknik yang sesuai. Karena adanya pandemi yang terjadi sekarang sehingga tidak memungkinkan untuk melakukan beberapa sistem nilai yang terkandung pada konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) tersebut secara tatap muka dimasa pandemi seperti ini, maka konselor dapat menggunakan teknik-teknik yang dapat digunakan pada umumnya secara *daring* ataupun secara tatap muka dengan protokol kesehatan yang sangat ketat. Oleh karena itu, peneliti menggunakan salah satu teknik yaitu teknik *self-management* yang memiliki nilai yang diharapkan dapat meningkatkan mandiri belajar siswa. Disini posisi diri konselor sebagai kawan bagi siswa/konseli, inovator, abdi dan supporter. Tema dalam konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) ini meliputi karakter, identitas, pekerjaan, akademik dan sosial.

Konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) akan dikombinasikan dengan teknik *self-management*. Teknik *self-management* ini merupakan proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah lakunya sendiri dengan menggunakan keterampilan yang diperoleh dalam sesi konseling. Keterampilan diri tersebut untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang ada pada dirinya, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya agar menjadi lebih baik.

Teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) ini dapat memberikan suatu perubahan untuk meningkatkan mandiri belajar pada peserta didik. Perubahan perilaku dalam proses ini banyak dilakukan oleh peserta didik atau konseli yang bersangkutan, bukan diarahkan dan dipaksakan oleh konselor. Saat proses layanan berlangsung, konselor berperan sebagai kawan bagi siswa/konseli, inovator, abdi dan supporter. Adanya upaya untuk meningkatkan mandiri belajar siswa memang memerlukan teknik yang tepat atau strategi yang berfungsi untuk mengubah perilaku dengan menerapkan teknik *self-management* ini.

Dipublikasikan Oleh :

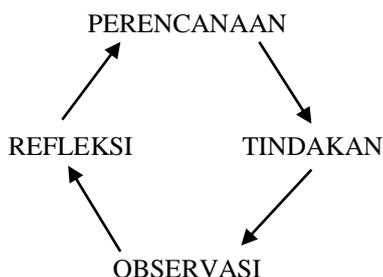
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Atas adanya pemberian teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) kepada siswa yang memiliki permasalahan mengenai mandiri belajar yang rendah dapat meningkatkan mandiri belajar siswa tersebut. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Sanjaya (2013: 49) mengatakan bahwa pendekatan kualitatif adalah suatu proses penelitian yang memanfaatkan data deskriptif berbentuk ujaran tertulis pun lisan dari narasumber yang bisa ditelaah. Penelitian ini berjenis penelitian tindakan. PTBK merupakan penelitian tindakan yang diimplementasikan untuk menangani permasalahan yang dihadapi oleh guru BK di sekolah. Salah satu model PTBK yang diterapkan pada penelitian ini yaitu Model Kurt Lewin.



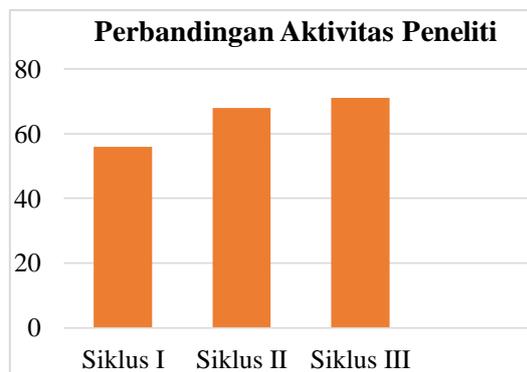
**Gambar 1. Model PTK Kurt Lewin**

Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini menggunakan *Stratified Random Sampling*, dimana langkah penghimpunan sampel melewati sistem klasifikasi populasi ke dalam kelas, menentukan sampel acak sederhana dari tiap stratum, serta mengumpulkannya ke dalam satu sampel guna memperkirakan kriteria populasinya. Penarikan sampel ini merupakan sampel yang benar-benar dapat mewakili karakteristik dari seluruh populasi.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Adapun hasil pelaksanaan penelitian tindakan Bimbingan Konseling yang dilakukan pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin sebanyak 3 siklus dengan 3 kali pertemuan dilihat dari aktivitas peneliti, aktivitas siswa dan peningkatan mandiri belajar siswa didapatkan hasil:

**Aktivitas Peneliti**



**Gambar 2. Diagram Perbandingan Aktivitas Peneliti pada Siklus I, II dan III**

Berdasarkan hasil penelitian Tindakan yang dilakukan dalam meningkatkan nilai karakter mandiri belajar pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin yang dilaksanakan sebanyak 3 siklus yang setiap siklusnya 1 kali pertemuan didapatkan hasil peningkatan yang signifikan sampai mencapai kategori “baik” setiap melaksanakan langkah-langkah teknik *self-management*. Adanya skor peningkatan disebabkan karena peneliti melakukan perbaikan dalam setiap pelaksanaan layanan konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) yang telah diberikan. Perbaikan yang dilakukan peneliti karena adanya refleksi di setiap akhir pertemuan agar pertemuan selanjutnya lebih baik lagi. Keberhasilan teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) sehingga terjadinya peningkatan nilai karakter mandiri belajar siswa tidak lepas dari ketepatan pemilihan layanan dan teknik yang telah digunakan (Hariko, 2017: 116).

Teknik *self-management* ini mewujudkan sebuah metode di mana konseli memusatkan transformasi perilaku dengan menerapkan keterampilan yang didapat melalui sesi konseling. Keterampilan diri itu bermanfaat guna menstimulasi diri, mengatur segala aspek yang ada di dalam diri, berupaya guna mendapatkan apa yang ingin diraih, serta mengembangkan pribadinya agar lebih baik. Saat seseorang bisa mengatur segala aspek yang ada di dirinya yang melingkupi perasaan, pikiran, serta perilaku maka bisa disebutkan bahwasanya seseorang itu sudah mempunyai *self-management* atau pengelolaan diri.

Hal ini juga selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Priskila Hesto

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

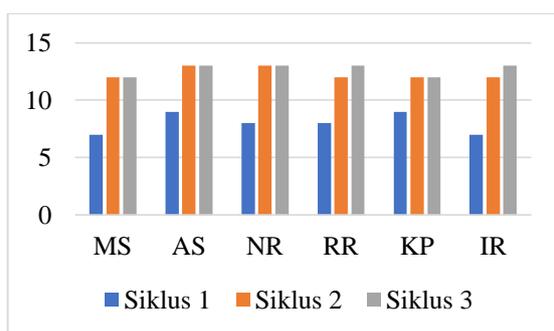
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Anomsari dengan judul “Upaya Meningkatkan Nilai Kemandirian Pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 3 Kembang Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara“. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, tingkat kemandirian belajar siswa setelah mendapatkan layanan berada pada kategori “tinggi”. Hal ini diidentifikasi melalui sikap siswa yang mempunyai percaya diri, mandiri, menghargai waktu, bertanggung jawab, mempunyai ambisi berkompetisi guna semakin maju serta berani ketika memutuskan suatu hal.

Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Andri Wahyuningrum, dkk pada tahun 2017 dengan judul “Teknik *Self-management* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa MTs”. Berdasarkan hasil penelitian tersebut teknik *self-management* efektif guna meningkatkan mandiri belajar peserta didik MTs. Adanya pemahaman pada siswa guna melaksanakan aktivitas belajar melalui kehendaknya sendiri tanpa desakan orang lain, dan membimbing siswa guna bisa mengelola dirinya.

Dapat disimpulkan bahwa peran guru bimbingan konseling dan pemilihan layanan yang diberikan untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh siswa sangatlah berperan penting. Sehingga permasalahan yang dialami oleh siswa mengenai nilai karakter mandiri belajar yang awalnya rendah setelah diberikannya layanan menggunakan teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) mengalami peningkatan yang signifikan.

### Aktivitas Siswa



**Gambar 3. Diagram Perbandingan Aktivitas Siswa pada Siklus I, II dan III**

Berdasarkan hasil lembar observasi aktivitas siswa dilihat dari rubrik indikator penilaian yang dilakukan dalam upaya meningkatkan nilai karakter mandiri belajar pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin,

terjadi peningkatan pada setiap pertemuan sampai berada pada kategori “aktif”.

Ada beberapa aspek aktivitas siswa dalam meningkatkan nilai karakter mandiri belajar dengan teknik *self-management* yaitu memperhatikan penjelasan konselor pada saat kegiatan, terlibat aktif saat mengikuti kegiatan, bertanya dan berdiskusi disetiap kegiatan, mandiri dan aktif dalam mengerjakan tugas yang diberikan peneliti pada akhir kegiatan.

Pada aspek memperhatikan penjelasan konselor pada saat kegiatan, siswa berusaha fokus dan memahami setiap penjelasan yang disampaikan oleh konselor. Terlihat adanya keinginan siswa untuk belajar agar kedepannya menjadi pribadi yang maju dan berkembang. Hal ini sejalan dengan aspek pada teknik *self-management* yaitu *self-motivation* atau pendorong diri yang bisa bersumber dari dalam dan luar diri individu.

Pada aspek terlibat aktif saat mengikuti kegiatan yang ditujukan agar siswa menjadi percaya diri saat menyampaikan permasalahan yang sedang dihadapi, mampu mengembangkan kemampuan berkomunikasi antar individu dengan yang lainnya sehingga bisa memahami perasaan orang lain. Pentingnya sikap percaya diri merupakan salah satu membentuk nilai karakter mandiri belajar sehingga dengan adanya sikap tersebut siswa bisa terlibat aktif saat kegiatan berlangsung.

Pada aspek bertanya dan berdiskusi saat kegiatan yang dilakukan siswa sehingga rasa keingintahuannya dan wawasannya menjadi bertambah sebagai seorang pelajar di sekolah. Menurut Matappa (2017:17) dalam suatu diskusi pendapat yang baik dapat membentuk saling pengertian, menumbuhkan persahabatan, memelihara kasih-sayang, dan menyebarkan pengetahuan. Dengan adanya diskusi satu sama lain maka siswa akan menjadi lebih berani dalam bertanya, dapat menghargai pendapat satu sama lain dan kreativitas siswa dalam mengemukakan suatu gagasan menjadi terangsang.

Pada aspek siswa mandiri dan aktif dalam mengerjakan tugas rumah yang diberikan peneliti yaitu pada langkah teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS), peneliti memberikan tugas rumah kepada siswa di akhir pertemuan sehingga masing-masing siswa akan mengerjakan tugas yang diberikan. Dengan adanya tugas rumah yang diberikan, maka siswa dapat lebih meningkatkan motivasi dan mandiri belajarnya dengan mengerjakan tugas rumah yang diberikan secara mandiri.

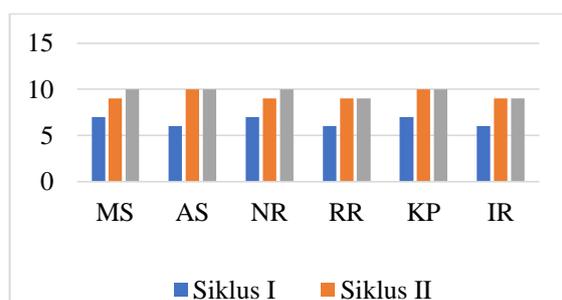
Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Untuk mengatasi permasalahan mandiri belajar yang mereka hadapi, sesuai dengan penelitian yang dilakukan Siska Anggraini (2017) dengan judul Upaya Peningkatan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa Melalui Pemberian *Reward* Pada Mata Pelajaran Matematika Kelas V SDN 6 Metro Utara Tahun Pelajaran 2016/2017 dimana didapatkan hasil bahwa pentingnya metode pembelajaran yang dilakukan agar terjadinya peningkatan dalam hasil belajar karena siswa lebih antusias ketika menuntaskan tugasnya serta lebih bertanggung jawab atas tugas belajarnya, sehingga hasil belajarnya pun meningkat. Dalam aktivitas siswa yang telah dilakukan ini, pentingnya menjalin hubungan yang baik antara konselor dengan siswa sehingga suasana saat pemberian layanan tidak tegang dan tercapainya tujuan yang diharapkan.

#### Hasil Peningkatan Nilai Karakter Mandiri Belajar dengan Menggunakan Teknik *Self-management*



**Gambar 4. Diagram Perbandingan Peningkatan Nilai Karakter Mandiri Belajar Dengan Menggunakan Teknik *Self-management* Pada Siklus I, II dan III**

Peningkatan nilai karakter mandiri belajar dengan teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin mencapai pada kategori “berhasil “. Hal ini dapat terlihat dari terjadinya peningkatan pada siklus II.

Adanya peningkatan nilai karakter mandiri belajar yang mereka hadapi pun tidak lepas dari kesungguhan mereka ketika mencontoh aktivitas layanan yang diberikan serta terdapat keinginan untuk berubah dan yakin terhadap diri sendiri, penggunaan teknik *self-management* juga memang tepat di gunakan sehingga nilai karakter mandiri belajar siswa menjadi meningkat.

Peningkatan nilai karakter mandiri belajar siswa sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa pemberian teknik *self-*

*management* sangat menunjang dalam menuntaskan persoalan yang dihadapi, sehingga didapatkan peningkatan kemandirian belajar siswa, pada tahapan konseling dengan teknik *self-management* siswa difokuskan guna menetapkan sasaran perilaku yang hendak diubah, melaksanakan evaluasi, mencatat kesulitan yang dialami dalam mencapai target yang ditetapkan. Selain itu, teknik ini mampu menolong siswa dalam mengubah perilaku yang dinilai merugikan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih (2021:161) dimana disebutkan bahwasanya kemandirian belajar bisa ditingkatkan melalui konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Dalam penerapannya tiap konseli di dalam kelompok telah belajar guna menerapkan teknik ini sesuai dengan target yang dikehendaki. Secara kualitas, siswa telah bisa memobilisasi upaya baik secara fisik, kognitif, serta metakognitif guna meraih aktivitas belajarnya.

Kemudian diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Suryanti pada tahun 2021 mengatakan bahwa penedakatan yang mampu meningkatkan kemandirian belajar siswa yaitu dengan menggunakan teknik *self-management*. Dalam penerapannya teknik *self-management* meliputi pemantauan diri, kontrol diri dan penghargaan diri. Adanya dukungan kolaborasi peran orang tua dan guru bimbingan dan konseling sebagai konselor peserta didik mampu menjadi fasilitator yang mendukung teknik ini untuk mencapai tujuannya.

Selama pelaksanaan teknik *self-management* yang dilakukan peneliti siswa mempunyai mandiri belajar yang tinggi, pada awalnya mereka tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan secara mandiri, tidak mampu menemukan solusi atas persoalan yang ada serta tidak mampu mengatur jadwal sehari-hari. Adanya perubahan yang cukup signifikan Setelah siswa diberikan teknik *self-management*. Hal ini ditunjukkan dengan siswa tersebut sudah yakin dengan kapabilitas yang dipunyai, tidak bergantung dengan orang lain dan mampu mengatur jadwal sehari-hari.

Dari hasil pemaparan yang telah disebutkan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* dapat meningkatkan nilai karakter mandiri belajar siswa pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin.

#### PENUTUP

Bersumber dari hasil penelitian tindakan terkait usaha meningkatkan nilai karakter mandiri belajar siswa melalui teknik *self-management* pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin

yang telah dilaksanakan dalam tiga siklus, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan nilai karakter mandiri belajar siswa. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan dari aktivitas peneliti, aktivitas siswa dan hasil peningkatan nilai karakter mandiri belajar di setiap siklusnya. Sesuai dengan rubrik observasi yang telah dilaksanakan, aktivitas peneliti dalam meningkatkan nilai karakter mandiri belajar siswa menggunakan teknik *self-management* pada siswa kelas VII di SMP Negeri 11 Banjarmasin mencapai indikator keberhasilan dengan kategori “baik”. Pada aktivitas siswa dalam meningkatkan nilai karakter mandiri belajar siswa menggunakan teknik *self-management* pada siswa kelas VII di SMP negeri 11 Banjarmasin mencapai kategori “aktif”. Sedangkan hasil peningkatan nilai karakter mandiri belajar siswa menggunakan teknik *self-management* pada siswa kelas VII di SMP negeri 11 Banjarmasin mencapai kategori “berhasil”.

Selama proses penelitian tindakan bimbingan konseling ini berlangsung, ada beberapa hal yang menjadi catatan penelitian yang perlu diperhatikan sekaligus sebagai saran baik kepada kepala sekolah, guru bimbingan dan konseling, siswa, dan peneliti selanjutnya. Adapun beberapa saran yang dapat peneliti berikan diantaranya sebagai berikut:

1. Kepala Sekolah  
Kepala sekolah dapat memfasilitasi siswa yang memiliki indikasi nilai karakter mandiri belajar siswa yang rendah sehingga siswa mampu mencapai perkembangan potensi yang ada dalam dirinya dan tidak menghambat proses pembelajaran yang ada di sekolah. Selain itu perlunya kerja sama antar kepala sekolah dan guru bimbingan dan konseling untuk mengadakan pelatihan secara berkala terkait teknik- teknik atau layanan yang akan diberikan kepada siswa.
2. Guru Bimbingan dan Konseling  
Guru bimbingan dan konseling dapat memberikan teknik *self-management* berbasis konseling model Konseling, Intensif, Progresif, Adaptif, Struktur (KIPAS) kepada siswa yang memiliki nilai karakter mandiri belajar yang rendah sehingga dapat meningkatkan nilai karakter mandiri belajar siswa menjadi tinggi.
3. Siswa  
Siswa diharapkan mampu meningkatkan nilai karakter mandiri belajar sehingga mereka mampu menyelesaikan tugas yang diberikan secara mandiri dan yakin dengan jawaban yang diberikan, dapat menemukan solusi dari setiap persoalan yang ada, tidak bergantung kepada orang lain, dan bisa mengatur jadwal sehari-hari.

#### 4. Peneliti Selanjutnya

Peneliti mengharapkan kelemahan pada penelitian ini, mampu dikembangkan lebih baik lagi oleh peneliti selanjutnya dan apa yang belum peneliti capai dalam penelitian ini semoga dapat dicapai oleh peneliti selanjutnya, diharapkan kepada peneliti selanjutnya harus lebih sering berkomunikasi dengan masing-masing siswa baik secara *online* ataupun tatap muka, karena hal ini lebih menjalin hubungan yang baik antar siswa dan peneliti sehingga siswa merasa lebih percaya dan aman saat diberikan layanan.

#### REFERENSI

- Ali, M., & Asrori, M. (2018). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Anomsari, P.H. (2017). Upaya Meningkatkan Nilai Kemandirian Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII A SMP Negeri 3 Kembang Kecamatan Kembang Kabupaten Jepara. *Skripsi Tidak Diterbitkan*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Arianti, N., dkk. (2019). Konstruksi Teknik Konseling Berbasis Budaya Model (KIPAS) Untuk Meningkatkan Kecakapan Sosial dan Kematangan Karier Siswa. *Jurnal Nusantara Of Research*, 6(1): 26-32.
- Dalimunthe, S.S. (2018). *Filsafat Pendidikan Islam Sebuah Bangunan Ilmu Islamic Studies*. Yogyakarta: Depublish.
- Eka, S.D., dkk. (2021). Pentingnya Pendekatan Teknik *Self Management* Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling Di Sekolah Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Dimasa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmiah BK*. 4(2): 181-192.
- Farozin, M., dkk. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Fathurrohman, P., dkk. (2013). *Pengembangan Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Hariko, R., & Ifdil. (2017). Analisis Kritik Terhadap Model (KIPAS); Konseling Intensif Progresif Adaptif Struktur. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(2): 109-117.
- Mahmud. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Matappa, A.. (2017). Penerapan Layanan Konseling Individu Dalam Mengatasi

- Kesulitan Mengemukakan Pendapat Bagi Siswa. *Jurnal Konseling*, 1(1): 16-29.
- Puspitasari, Y.S. (2018). Kefeektifan Konseling Kelompok Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP. *Tesis Tidak Diterbitkan*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Rachman, A., & Sugianto, A., & Yustina, S. (2020). Pemahaman Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Tingkat SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*. 6(1): 29-32.
- Sanjaya, W. (2013). *Penelitian Pendidikan: Jenis, Metode dan Prosedur*. Jakarta: Kencana.
- Siska, A., dkk. (2017). Konstruksi Teknik Konseling Berbasis Budaya Model (KIPAS) Untuk Meningkatkan Kecakapan Sosial dan Kematangan Karier Siswa. *Jurnal Nusantara Of Research*. 6(1): 26-32.
- Syahputra, D. (2017). Pengaruh Mandiri belajar dan Bimbingan Belajar Terhadap Kemampuan Memahami Jurnal Penyesuaian Pada Siswa SMA Melati Perbaungan. *Jurnal At Tawassuth*, 2(2): 368-388.
- Wahyuningrum, A., dkk. (2017). Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa MTs. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling*. 5(2).
- Wahyuningsih, Y.S. (2021). Upaya Meningkatkan Kemandirian Belajar Melalui Konseling Kelompok Teknik *Self-Management* Pada Peserta Didik SMP Negeri 3 Pacitan. *Jurnal Studi Agama Islam*. 14 (1).
- Yusuf, S., & Sugandhi, N.M. (2016). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.