

## **KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF MANAGEMENT* DALAM MENINGKATKAN *CLASSROOM ENGAGEMENT* SISWA**

**Halen Dwistia<sup>✉</sup>, Edy Purwanto, Sunawan**

Prodi Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### **Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*

Diterima 11 September 2016

Disetujui 25 November 2016

Dipublikasikan 17 Desember 2016

*Keywords:*

*group counseling; self management; classroom engagement.*

### **Abstrak**

Tujuan penelitian ini untuk (1) mengetahui kondisi *classroom engagement* siswa di MTs. Negeri 1 Kotabumi; dan (2) mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan strategi *self management* dalam untuk meningkatkan *classroom engagement* siswa di MTs. Negeri 1 Kotabumi. Metode penelitian adalah *single group repeated measures design* yang dilaksanakan dengan 3 kali observasi *classroom engagement*, yakni *pretest*, *posttest* dan *follow-up*. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa kelas VIII yang dipilih dari 247 siswa dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) rata-rata kondisi *classroom engagement* siswa kelas VIII MTs. N. 1 Kotabumi 2015/2016 berada pada tingkat sedang, (2) terdapat peningkatan *classroom engagement* secara signifikan setelah mendapatkan konseling kelompok. Penelitian yang dilakukan menegaskan bahwa konseling kelompok dengan strategi *self management* dapat diaplikasikan untuk meningkatkan *classroom engagement* siswa.

### **Abstrac**

*The aims of this study were (1) to describe the students' classroom engagement of MTs. (Islamic Junior High School) Negeri 1 Kotabumi; and (2) to investigate the effect of the group counseling with self management strategy on students' classroom engagement. The single group repeated measures design was applied in three times classroom engagement assessment: pre-test, pos-test, and follow up. The participants of this study were ten students' who were selected using purposive random sampling from 247 students. The results showed that (1) the level of students' classroom engagement of the VIII graders in MTs. Negeri 1 Kotabumi academic year of 2015/2016 were in medium level, (2) there was a significant effect of improvement on the classroom engagement after getting group counseling. This research affirmed that the group counseling with self-management strategy is effective for increasing students' classroom engagement.*

© 2016 Universitas Negeri Semarang

<sup>✉</sup> Alamat korespondensi:

Kampus Pascasarjana Unnes, Jalan Kelud Utara III Semarang 50237

E-mail: [halendwistia23@gmail.com](mailto:halendwistia23@gmail.com)

p-ISSN 2252-6889

e-ISSN 2502-4450

## PENDAHULUAN

Kegiatan pembelajaran merupakan suatu proses pendidikan yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan potensi yang mereka miliki. Bruner (dalam Slameto, 2010) mengatakan bahwa di dalam proses belajar lebih mementingkan partisipasi aktif dari tiap siswa. Implikasinya, siswa dituntut untuk berperan dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Keterlibatan tersebut merupakan suatu bentuk perilaku engagement. Shernoff (2013) menjelaskan bahwa, engagement berhubungan bagaimana siswa harus berpikir, merasa, berperilaku, atau berhubungan dengan sekolah dan erat hubungannya dengan prestasi belajar. Engagement dapat dianggap sebagai pengalaman belajar, salah satu yang akan dihargai dalam dirinya sendiri (keadaan optimal kognitif dan emosional). Siswa diharapkan dapat mengetahui perannya sebagai seorang pelajar dan dapat menyesuaikan dirinya dengan keadaan di mana dia berada, terutama di dalam kelas.

Berdasarkan fenomena yang ada, Muhammad (2014) menjelaskan bahwa dengan berlakunya kurikulum 2013 pembelajaran di Indonesia cenderung berpusat pada siswa, di mana siswa dituntut lebih aktif mengeksplorasi kemampuan diri selama proses belajar mengajar. Peneliti menemukan kondisi yang tidak jauh berbeda dengan temuan di atas, pada saat melaksanakan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 4 Agustus 2015. Melalui wawancara dengan guru bahasa Indonesia dan guru bimbingan dan konseling di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi diketahui bahwa siswa tidur-tiduran ketika proses belajar mengajar, mengobrol di kelas, tidak memperhatikan ketika guru menjelaskan hal tersebut menunjukkan indikasi disengagement. Diketahui siswa seperti enggan untuk melakukan tanya jawab dengan guru dan enggan ketika diminta mengerjakan tugas di depan kelas.

Strategi self management diharapkan dapat meningkatkan engagement agar siswa dapat terlibat dalam kegiatan kelas. Siswa yang sangat sadar untuk berpartisipasi aktif dalam upaya belajar dapat secara efektif memonitor perilaku belajar dalam mencapai tujuan mereka. Self management memfasilitasi proses hasil belajar bagi klien untuk merubah dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Soekadji (dalam Nursalim, 2014) self management adalah prosedur di mana seseorang mengarahkan atau mengatur perilakunya sendiri. Dengan management diri, siswa bisa mengatur hidupnya, di sekolah siswa yang disengagement dapat merubah perilaku dengan latihan strategi self management antara lain self monitoring (pemantauan diri), stimulus control (pengendalian rangsangan) dan self reward (penghargaan diri).

The American Heritage College Dictionary (dalam Fredricks, Blumenfeld & Paris, 2004) mendefinisikan engagement sebagai berkomitmen untuk aktif, melibatkan diri atau menjadi sibuk dan berpartisipasi. Siswa diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan keadaan yang menuntutnya bersikap profesional sebagai pelajar, tahu apa yang harus dilakukan dan yang tidak dapat dilakukan sebagai seorang pelajar. Beberapa pengertian mengenai engagement dapat diketahui bahwa engagement dalam kegiatan belajar mengacu pada aspek-aspek tertentu dari struktur tugas dan aktivitas. Student engagement mencakup pada aspek kurikulum dan hubungan siswa dengan guru dan teman sebaya. Classroom engagement mengacu pada keterlibatan aktif siswa di dalam kegiatan pembelajaran kelas.

Penelitian ini lebih menekankan pada perubahan perilaku siswa di kelas. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan engagement adalah dengan pendekatan behavioral yang mempelajari tingkah laku. Stewart dan Lewis (dalam Nursalim, 2014) menjelaskan bahwa dalam bidang konseling, self management disebut behavioral self-control yang menunjuk pada kemampuan individu

untuk mengarahkan perilakunya, yaitu kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit. Dalam penelitian ini, self management dilaksanakan sebagai strategi dalam konseling kelompok dan siswa diharapkan terlibat dalam langkah-langkah dasar program perubahan tingkah laku.

Engagement itu sendiri berkaitan dengan self management, hasil penelitian eksperimen yang dilakukan Reeve (2006) tentang student autonomy, yang merupakan kemampuan mengendalikan tindakan diri sendiri, yang dilatihkan oleh guru memprediksi secara positif student engagement. Siswa mendapatkan keuntungan ketika guru memberikan motivasi meningkatkan autonominya agar ia proaktif dan terlibat dalam kegiatan di kelas. Guru secara instruksional membantu siswa agar dapat fokus, memberikan kesempatan kepada siswa untuk berbicara, mengatur materi pembelajaran yang membuat siswa dapat berdiskusi dan memberikan pujian. Selaras dengan temuan penelitian Reeve di atas, penelitian ini dimaksudkan untuk meningkatkan classroom engagement pada siswa. Tidak hanya guru yang harus memberikan instruksi agar siswa aktif dan agar siswa dapat menjadi lebih baik, tetapi siswa diharapkan dapat mengontrol dirinya, menentukan apa yang harus dilakukan dan diprioritaskan agar dapat proaktif dan terlibat dalam kegiatan kelas. Pengontrolan diri ini termasuk dalam strategi self management, dimana siswa diberikan arahan dan ia mengontrol perilaku yang diharapkan. Penggunaan strategi self management ini untuk merubah pemikiran, perasaan, dan tingkah laku siswa untuk menjadi lebih baik.

Tegasnya, engagement merupakan hal penting bagi siswa agar ia dapat berperan serta dalam kegiatan pembelajaran, terlebih untuk menunjang siswa memahami pentingnya belajar dan tahu tugasnya sebagai seorang pelajar. Penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan strategi self management untuk membantu siswa dalam memahami diri

dan tanggung jawab pribadi untuk mengubah dan mengembangkan diri dengan memperhatikan behavior, affective dan kognitif. Dalam pelaksanaannya, siswa menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut dan mengevaluasi keefektifan prosedur yang diterapkan. Strategi self management ini dapat efektif diterapkan dalam meningkatkan engagement.

Dari pemaparan latar belakang, peneliti ingin fokus mendeskripsikan dan menganalisis lebih dalam mengenai keefektifan konseling kelompok dengan strategi self management untuk meningkatkan classroom engagement siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi Lampung Utara. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi classroom engagement siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi Lampung Utara dan mengetahui konseling kelompok dengan strategi self management efektif untuk meningkatkan classroom engagement siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi Lampung Utara. Harapannya siswa dapat meningkatkan classroom engagement dengan menerapkan strategi self management.

## **METODE**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode single group repeated measures design. Dari hasil pengukuran awal pada siswa kelas VIII yang berjumlah 247, dibuat pengkategorian classroom engagement dalam 3 kriteria yaitu rendah, sedang dan tinggi. Pengukuran classroom engagement dilakukan sebanyak 3 kali, yakni pretest, posttest dan follow up yang keseluruhan data digunakan untuk menguji efektifitas strategi self management.

Sesuai dengan desain penelitian, maka dalam penelitian ini dilaksanakan dalam 4 tahapan yang dapat dilihat pada Gambar 1. Pada tiap pelaksanaan treatment, subjek penelitian diberikan form self management agar mereka tertarik dalam mengikuti kegiatan

konseling kelompok. Form self management tersebut antara lain kegiatan yang ku lakukan ketika di kelas, problem history, harapan ku, thinking, pencapaian ku dan form aku sekarang. Terkait meneliti perilaku target siswa diberikan form self monitoring “meneliti target” yang berisi hari, perilaku target, situasi perilaku tersebut muncul, faktor penyebab, cara siswa mengontrol stimulus, pencapaian target dan frekuensi kemunculan perilaku target.



**Gambar 1.** Tahapan Eksperimen

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat ukur yang diadaptasi dari Classroom Engagement Inventory (CEI) yang terdiri dari 24 item yang dikembangkan Wang, Bergin dan Bergin (2014). CEI mengukur classroom engagement dengan menilai Affective Engagement, Behavioral Engagement-Compliance, Behavioral Engagement-Class Participation, Cognitive Engagement dan Disengagement. Peneliti melakukan equivalence (kesetaraan) agar terjadi kesetaraan dengan meminta bantuan pada Pusat Pengembangan Bahasa Dan Pelatihan Pendidikan UNNES untuk menerjemahkan instrumen ke Bahasa Indonesia, diterjemahkan kembali ke bahasa aslinya (Bahasa Inggris) dengan bantuan dari CLT (Centre for Language Training).

Menggunakan teknik purposive random dipilih 10 orang dari 247 siswa menjadi subjek penelitian. Berdasarkan uji validitas, dari 21 item pernyataan didapat jumlah item yang valid sebanyak 21 item dengan N = 60 pada signifikansi 5% adalah 0.254. Hasil uji Cronbach Alpha CEI dapat di lihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Tingkat reliabilitas tiap aspek skala CEI

Aspek	$\alpha$
<i>Affective Engagement</i>	0.717
<i>Behavioral Engagement-Compliance</i>	0.787
<i>Behavioral Engagement-Class Participation</i>	0.631
<i>Cognitive Engagement</i>	0.719

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi hasil pretes, postes dan follow up siswa tentang classroom engagement pada Tabel 2. Sebagaimana tampak pada Tabel 2. classroom engagement siswa tampak meningkat setelah diberikan konseling kelompok. Hal ini terlihat pada nilai rata-rata skor classroom engagement saat pretest sebesar 66, saat posttest sebesar 80,5 dan follow up sebesar 87,7.

Selanjutnya perbedaan antar periode observasi yang signifikan pada pengukuran penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 3.

**Tabel 2.** Tingkat classroom engagement siswa pada saat pretes, postes dan follow up

Assesmen t	Mean	SD	F (2,18)
Pretes	66	6,218	
Postes	80,5	3,171	35.809***
Follow Up	87,7	6,019	

Keterangan:  
 \* > .5      \*\* < .05      \*\*\* < .01

**Tabel 3.** Hasil *Post Hoc Test*

Perbandingan	MD	SE
<i>Pretest-postest</i>	-14.500***	2.349
<i>Pretest-Follow Up</i>	-21.700***	3.403
<i>Postest- Follow Up</i>	-7.200***	1.837

Keterangan:

\* > .5      \*\* < .05      \*\*\* < .01

Partisipasi dan keaktifan siswa di kelas tidak terlepas dari cara guru mengarahkan siswa untuk bersikap disiplin di sekolah. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Isniani (2014) yang membahas konseling kelompok strategi self management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar agar siswa dapat terlibat secara aktif dalam pembelajaran. Siswa dapat mengontrol perilaku yang tidak baik seperti malas-malasan di kelas, terlambat dan tidak memperhatikan saat guru menjelaskan. Hasil penelitian menunjukkan strategi self management mempengaruhi kedisiplinan belajar. Penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Sullivan et.al. (2014) di Australia Selatan dengan menggunakan metode Behavior at School Study Teacher Survey (BaSS Teacher Survey) dengan melihat pandangan guru terhadap perilaku siswa yang bermasalah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa disengaged student behavior sering terjadi dan diketahui siswa yang tidak produktif di kelas karena tidak dapat mengelola perilaku.

Penerapan strategi self management diharapkan dapat memperbaiki perilaku dan sikap siswa dalam merubah perilaku yang diinginkan. Dalam hal ini, penerapan self management dapat membantu siswa untuk mengubah perilaku negatif dan mengembangkan perilaku positifnya, dengan mengamati diri sendiri, mencatat perilaku-perilaku tertentu (pikiran, perasaan dan tindakannya) dan interaksinya dengan peristiwa-peristiwa lingkungannya, menata kembali lingkungannya atau antesenden atas respon tertentu, serta menentukan sendiri stimulus positif yang diinginkan. Konseling kelompok dalam penelitian ini merupakan suatu proses intervensi yang bersifat membantu individu untuk meningkatkan pemahaman tentang partisipasi aktif dalam pembelajaran. Pelaksanaan konseling kelompok ini bertujuan untuk membantu siswa agar dapat berperilaku yang sesuai saat pembelajaran seperti fokus dan berpartisipasi pada kegiatan diskusi kelas, serta mengurangi perilaku disengagement.

Tujuan uji keefektifan program intervensi adalah untuk memperoleh gambaran mengenai sejauh mana intervensi konseling kelompok strategi self management efektif untuk meningkatkan classroom engagement. Hasil penelitian membuktikan bahwa layanan konseling kelompok strategi self management efektif untuk meningkatkan classroom engagement siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi Lampung Utara. Pengaruh yang signifikan ini tampak pada perubahan rata-rata skor pretest (O1), posttest (O2) dan follow up (O3). Indikasi keberhasilan pelaksanaan layanan dapat diketahui dari peranan yang dilaksanakan oleh pemimpin kelompok dan anggota kelompok pada setiap tahapan, baik tahap pembentukan, peralihan, kegiatan maupun penutup. Pemimpin kelompok mengoptimalkan strategi self management dan dinamika kelompok dalam pelaksanaan konseling, sehingga anggota kelompok bisa menemukan solusi paling efektif dari permasalahannya.

Konseling kelompok strategi self management mengajarkan anggota kelompok untuk bisa berpartisipasi aktif dalam pembelajaran, memonitoring diri agar dapat berperilaku yang sesuai ketika di kelas, dan memberikan evaluasi diri apakah sudah dapat menekan perilaku disengagement dengan baik atau belum dalam proses belajarnya. Penerapan strategi self management diharapkan dapat melatih siswa dalam mengontrol perilaku, mulai pada kegiatan pembelajaran, partisipasi di kelas, melatih siswa untuk memantau perilaku dan menstimulus diri agar menekan kemunculan perilaku target, serta mengevaluasi diri apakah telah mencapai target perubahan yang telah ditentukan.

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Kondisi classroom engagement siswa di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi Lampung Utara berada pada tingkat sedang; dan (2) Konseling kelompok dengan strategi self management efektif untuk meningkatkan classroom engagement siswa kelas VIII Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Kotabumi Lampung Utara setelah diberikan konseling kelompok strategi self management.

Saran yang dapat diberikan selaras dengan temuan penelitian ini adalah: (1) Guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan kegiatan konseling kelompok untuk meningkatkan classroom engagement siswa juga untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya; (2) Penelitian selanjutnya diharapkan dapat

menggunakan konseling kelompok dengan teknik self management tetapi dengan masalah, pendekatan dan subyek penelitian yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fredricks, J.A., Blumenfeld, P.C. & Paris, A.H. 2004. School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*. 74, pp. 59-109. doi:10.3102/00346543074001059.
- Muhammad, H. 2014. Menghadapi Tantangan Kurikulum 2013. *Republika Online*. Jumat, 18 Desember 2015.
- Nursalim, M. 2014. *Strategi & Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata.
- Reeve, J. 2006. Teachers as Facilitators: What Autonomy-Supportive Teachers Do and Why Their Students Benefit. *The Elementary School Journal*. 225-236
- Shernoff, D.J. 2013. Optimal Learning Environments to Promote Student Engagement. Dalam Levesque, R. (Ed), *Advancing Responsible Adolescent Development*. Bloomington, IA: Indiana University.
- Slameto, 2010. *Belajar & Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sullivan, A.M., Johnson, B., Owens, L., & Conway, R. 2014. Punish Them or Engage Them? Teachers' Views of Unproductive Student Behaviours in the Classroom. *Australian Journal of Teacher Education*, 39(6) doi.org/10.14221/ajte.2014v39n66.
- Wang, Z., Bergin, C., & Bergin, D.A. 2014. Measuring Engagement in Fourth to Twelfth Grade Classrooms: The Classroom Engagement Inventory. *Journal of American Psychological Association*. University of Missouri. 28(4), 1-19. doi:10.1037/spq0000050.