

## **IMPLEMENTASI BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK *PROBLEM SOLVING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-REGULATED LEARNING* (SLR) SISWA**

Indra Bangkit Komara<sup>1)</sup>, Wahyu Nanda Eka Saputra<sup>2)</sup>  
Universitas Ahmad Dahlan  
[wahyu.saputra@bk.uad.ac.id](mailto:wahyu.saputra@bk.uad.ac.id)

### **Abstrak**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah *Self-Regulated Learning* (SLR) siswa yang masih rendah. Penelitian ini merupakan telaah pustaka dengan tujuan untuk mengetahui pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* siswa. Metode yang digunakan adalah *systematic literature review* dengan mencari dan mengulas berbagai artikel menggunakan mesin pencari jurnal (<https://scholar.google.com>), dan telah ditemukan jurnal sebanyak tiga artikel yang secara spesifik membahas terkait dengan variabel penelitian ini. Langkah-langkah prosedur penelitian ini sebagai berikut: identifikasi, penyaringan, analisis, dan pembahasan. Analisis data menggunakan ekstraksi data. Berdasarkan hasil ekstraksi data dari artikel dapat diketahui bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat meningkatkan SLR siswa setelah mendapat lima kali *treatment* dengan karakteristik SLR yang diukur diantaranya : (1) Pembelajar mengendalikan pengalaman belajar sebanyak mungkin, (2) mengembangkan keterampilannya, (3) belajar untuk menantang penampilan terbaiknya, (4) pengelolaan diri siswa, dan (5) motivasi diri dan evaluasi diri

**Kata Kunci:** *Self-Regulated Learning (SLR), Bimbingan Kelompok, Teknik Problem Solving*

### **1. Pendahuluan**

Idealnya tugas utama seorang siswa adalah belajar. Aktifitas belajar yang berlangsungnya lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri dan tanggungjawab sendiri dari pembelajaran disebut kemandirian belajar (Febriana dkk., 2018; Sandyariesta dkk., 2020). Sebuah proses siklus, dimana peserta didik menjadi agen yang aktif dan reflektif dari pembelajaran mereka (Karlen dkk., 2023). Kemandirian belajar dibutuhkan dalam proses belajar agar peserta didik memiliki rasa tanggung jawab untuk mengelola dan mendisiplinkan diri dalam mengembangkan keterampilan belajar atas keinginan sendiri seperti mengelola bahan ajar, tempat, waktu, serta sumber belajar yang dibutuhkan (Nisa dkk., 2022). Siswa yang memiliki *Self-Regulated Learning* (SLR) yang baik

biasanya memiliki prestasi belajar yang baik (Fasikhah & Fatimah, 2013) dan kematangan karir yang baik (Aziz & Siswanto, 2018), sehingga SLR sangat baik untuk capaian akademik (Jud dkk., 2023), bahkan SLR juga dapat diterapkan pada siswa berkebutuhan khusus dengan respon yang berbeda (Yong & Sokumaran, 2023).

Faktanya dunia pendidikan saat ini masih memiliki masalah serius berkaitan dengan rendahnya SLR pada siswa (Surawan dkk., 2018). Hal ini ditandai munculnya gejala kemandirian belajar rendah seperti mencontek laporan praktik teman, mengandalkan bantuan teman saat mengerjakan tugas, kurang aktif saat pembelajaran berlangsung, saat pembelajaran praktik bergantung pada guru atau teman (Adicondro & Purnamasari, 2011; Nisa dkk., 2022) dan menunda-nunda dalam mengerjakan tugas (Santika & Sawitri, 2016). Saat ini masih banyak pelajar yang melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik sebagai penundaan tugas belajar, contohnya seperti mempersiapkan ujian, mengerjakan makalah, urusan administrasi yang terkait dengan sekolah, serta presence (kehadiran). Penundaan tersebut dapat dikatakan sebagai suatu prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada tugas atau hal-hal yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja dan menimbulkan perasaan tidak nyaman (Santika & Sawitri, 2016).

Tidak banyak penelitian yang berupaya membahas tentang peningkatan SLR menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Pada artikel ini mencoba untuk memaparkan peningkatan SLR melalui bimbingan kelompok teknik *problem solving*. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa “ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap kemandirian belajar siswa kelas X SMA Institut Indonesia Semarang” (Febriana dkk., 2018). Penelitian lainnya menemukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa terisolir, hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan yang signifikan skor hasil rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol saat pre-test dan posttest (Rosidah, 2016). Kelemahan pada penelitian ini terletak pada studi pendahuluan menggunakan instrument Daftar Cek Masalah (DCM) (Febriana dkk., 2018) dan hasil dari wawancara dengan seorang Guru BK. Kelemahan dari DCM itu tidak melihat siswa secara komprehensif, melainkan dari sisi pribadi yang bermasalah saja dan wawancara bersifat subjektif. Modifikasi yang dapat dilakukan untuk

penelitian selanjutnya adalah menggunakan hasil analisis dari Inventori Tugas Perkembangan (ITP) agar mendapatkan data yang komprehensif dengan memahami tingkat perkembangan individu (Khoiriah, 2010).

Tulisan ini menyajikan gambaran implementasi bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk meningkatkan SLR siswa. Penelitian ini bersumber dari *systematic literature review* dengan mencari dan mengulas berbagai jurnal dan artikel menggunakan mesin pencari jurnal (<https://scholar.google.com>) dengan langkah-langkah identifikasi, penyaringan, analisis, dan pembahasan.

## 2. Metode

### **Design Penelitian**

Sebagai upaya yang dapat dilakukan peneliti pada penelitian ini adalah menggunakan metode *systematic literature review* sebagai salah satu pilihan untuk menjawab tujuan penelitian deskriptif agar dapat mengetahui pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* siswa.

### **Partisipan**

Artikel ini ditulis menggunakan *systematic literature review* yang membahas terkait dengan implementasi bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk meningkatkan SLR siswa yang diterbitkan antara tahun 2014 – 2023 dan ditemukan tiga buah artikel jurnal yang secara spesifik membahas tentang implementasi bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap kemandirian belajar atau SLR. Peneliti meninjau tiga buah artikel tersebut dengan memeriksa judul, abstrak dan membaca seluruh artikel secara mendalam.

### **Alat Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan alat pengumpulan data sebagai studi dokumentasi melalui artikel jurnal ilmiah yang ada pada *data base* (<https://scholar.google.com>), dengan mencari artikel jurnal yang secara spesifik membahas tentang implementasi bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap kemandirian belajar atau SLR.

### **Pengumpulan data**

Penelitian ini memiliki beberapa tahapan dalam pengumpulan data. Pertama mengidentifikasi dan mengumpulkan artikel ilmiah dalam *database*

(<https://scholar.google.com>) dengan tema bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap kemandirian belajar atau SLR. Kedua memilih artikel jurnal yang secara spesifik membahas tentang implementasi bimbingan kelompok teknik *problem solving* terhadap SLR yang sesuai dengan tujuan penelitian. Ketiga menganalisis data artikel ilmiah sesuai dengan tujuan penelitian. Keempat, melakukan sintesa dan penilaian kritis terhadap temuan berbagai hasil penelitian. Berdasarkan tahapan penelitian, penelitian ini dapat mendeskripsikan pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap siswa.

**Teknik Analisis Data**

Analisis data penelitian ini menggunakan ekstraksi data. Analisis data ini berupaya untuk mengambil kembali data yang ada dalam berbagai artikel ilmiah terkait dengan pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* pada siswa. Peneliti meninjau tiga buah artikel jurnal dengan langkah-langkah untuk mencapai pembahasan. Tinjauan artikel sebagai cara untuk menjawab rumusan masalah dan memahami temuan penelitian untuk membuat kesimpulan. Peneliti meninjau artikel jurnal dengan membuat tabel karakteristik yang berisi beberapa variabel, seperti jenis penelitian, desain penelitian, jumlah peserta (N), instrumen atau metode, negara dan implikasi.

Tabel 1. Karakteristik Artikel yang Dianalisis

<i>Sumber</i>	<i>Type</i>	<i>Desain</i>	<i>Instrumen</i>	<i>N</i>	<i>Hasil Penelitian</i>	<i>Implikasi</i>	<i>Kode</i>
(Sandyariesta dkk., 2020)	ES	QT	20	Q	Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>problem solving</i> terhadap kemandirian belajar	Bimbingan Kelompok, Problem Solving, SLR	BK1
(Febriyanti & Imami, 2021)	ES	QT	26	Q	Ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>problem solving</i> terhadap kemandirian belajar	Bimbingan Kelompok, Problem Solving, SLR	BK2
(Nisa 2022)	dkk., ES	QT	10	Q	Bimbingan kelompok dengan teknik <i>problem solving</i> dapat meningkatkan kemandirian belajar	Bimbingan Kelompok, Problem Solving, SLR	BK3

Keterangan	:
Jenis	: Studi Empiris (ES), Studi Non Empiris (SEN)
Design Penelitian	: Metode Kualitatif (QL), Metode Kuantitatif (QT), Metode Campuran (MM)
Instrumen	: Kuesioner (Q), Wawancara (I), Skor Tes (T), Kategorisasi (C), Observasi (O), Survei (S), Tidak Tersedia (NA)

Tabel.1 menunjukkan bahwa dari ketiga artikel jurnal yang dikumpulkan semuanya membahas pengaruh bimbingan kelompok teknik *problem solving* untuk meningkatkan kemandirian belajar SLR dengan jenis penelitian studi empiris, *design* penelitian kuantitatif, negara Indonesia dan dengan jumlah peserta yang beragam.

Terdapat lima kali proses *treatment* bimbingan kelompok teknik *problem solving* yang dapat digunakan dalam meningkatkan SLR yang mencakup lima karakteristik SLR yang diukur, diantaranya adalah : (1) Pembelajar mengendalikan pengalaman belajar sebanyak mungkin, (2) mengembangkan keterampilannya, (3) belajar untuk menantang penampilan terbaiknya, (4) pengelolaan diri siswa, dan (5) motivasi diri dan evaluasi diri (Basilisa & Pedhu, 2021; Nisa dkk., 2022).

### 3. Hasil dan Pembahasan

Bagian penting yang harus diperhatikan dalam proses pendidikan adalah guru, siswa, sarana dan prasarana, lingkungan pendidikan dan kurikulum seperti bahan ajar untuk siswa. Komponen-komponen ini memegang peranan yang sangat penting dalam suatu proses pendidikan sehingga dapat menghasilkan peserta didik yang berguna bagi Bangsa dan Negara (Adicondro & Purnamasari, 2011). SLR merupakan komponen paling utama yang harus dimiliki oleh peserta didik. Serangkaian kegiatan yang dilakukan seperti mengambil inisiatif sendiri dalam menelaah kebutuhan belajar, merumuskan tujuan-tujuan belajar, menemukan sumber-sumber belajar, memilih dan menetapkan sumber-sumber belajar dan pendekatan strategi belajar yang hendak dipakai, serta mengadakan evaluasi hasil belajar yang telah dicapai dapat diartikan sebagai kemandirian belajar (Basilisa & Pedhu, 2021) senada dengan pendapat lainnya yang mengatakan bahwa Kegiatan belajar mandiri, pemantauan motivasi dan tujuan akademik, pengelolaan sumber daya manusia dan materi, serta bimbingan perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan implementasi dalam proses pembelajaran (Fasikhah & Fatimah, 2013) dan

kemampuan individu untuk secara aktif mengadopsi metakognisi, motivasi, dan perilaku dalam belajar. Individu mampu menetapkan tujuan dan menerapkan strategi yang tepat untuk mencapai tujuan pembelajaran (Hidayati, 2018).

Penelitian ini membahas tentang pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Secara spesifik bimbingan kelompok untuk mendukung peserta didik dalam mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, serta pengetahuan yang menunjang peningkatan kemandirian belajar (Nisa dkk., 2022). Metode *problem solving* adalah suatu metode dalam rangka menanamkan pemahaman dengan mendorong siswa untuk memperhatikan, mempelajari dan memikirkan suatu masalah, kemudian menganalisisnya untuk memecahkan masalah tersebut (Sandyariesta dkk., 2020).

Terdapat beberapa karakteristik dalam kemandirian belajar, diantaranya : (1) Pembelajar mengendalikan pengalaman belajar sebanyak mungkin, (2) mengembangkan keterampilannya, (3) belajar untuk menantang penampilan terbaiknya, (4) pengelolaan diri siswa, dan (5) motivasi diri dan evaluasi diri (Basilisa & Pedhu, 2021; Nisa dkk., 2022). Pola peningkatan SLR diberikan sebanyak sembilan kali *treatment*, yaitu enam kali kelompok eksperimen dengan menggunakan teknik *problem solving*, dan tiga kali kelompok kontrol tanpa menggunakan teknik *problem solving* (Febriana dkk., 2018). Sedangkan pola peningkatan SLR dalam penelitianlainya diberikan sebanyak lima kali proses *treatment* peserta didik diberikan angket post test hasilnya ditemukan terjadi peningkatan kemandirian belajar pada peserta didik dengan nilai rata-rata sebesar 77,5% dari sebelumnya sebesar 50,6% (Nisa dkk., 2022).

Diketahui bahwa SLR siswa telah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* tergolong dalam kategori tinggi. Rata-rata skor posttest SLR menunjukkan peningkatan dibandingkan rata-rata pretestnya. Dari data tersebut terlihat bahwa SLR siswa meningkat sebesar 9,3 setelah diberikan *treatment* (Sandyariesta dkk., 2020). Senada dengan penelitian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* sebanyak sembilan kali *treatment*, yaitu enam kali kelompok eksperimen dengan menggunakan teknik *problem solving*, dan tiga kali kelompok kontrol tanpa menggunakan teknik *problem solving*. Sampel yang digunakan sebanyak 26 siswa kelas X SMA Institut Indonesia Semarang, dibagi menjadi dua yaitu

13 kelompok eksperimen dan 13 kelompok kontrol. Disimpulkan bahwa perolehan skor rata-rata *pretest* kemandirian belajar dikelompok eksperimen sebelum mendapatkan *treatment (pretest)* 73 dan setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* dengan rata-rata yang diperoleh dari hasil *posttest* 86,84, yang berarti ada peningkatan (Febriana dkk., 2018). Penelitian lainnya 5 kali proses *treatment* peserta didik diberikan angket *post test* hasilnya ditemukan terjadi peningkatan kemandirian belajar pada peserta didik dengan nilai rata-rata sebesar 77,5% dari sebelumnya sebesar 50,6%. Berdasarkan hasil pre-test ditetapkan 10 sampel termasuk dalam kategori rendah, setelah diberi perlakuan 2 sampel termasuk dalam kategori tinggi, dan 8 sampel termasuk dalam kategori sedang. Alasan pengambilan sampel meningkat secara signifikan karena memahami materi dengan cepat selama perlakuan, mampu menciptakan ide terutama merumuskan alternatif penyelesaian kasus, terbuka terhadap pendapat dan berkonsentrasi selama pelaksanaan tugas, sehingga tidak menimbulkan kesulitan bagi mereka dalam mengerjakannya (Nisa dkk., 2022).

Hasil pengujian hipotesis statistik yang dilakukan sesudah pemberian *treatment* dengan uji Wilcoxon guna mengetahui apakah terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik. Pengambilan keputusan dengan probabilitas  $< 0,05$  berarti hipotesis diterima dan jika  $> 0,05$  berarti hipotesis ditolak. Diketahui hasil nilai pada Asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,005. Berdasarkan proses pengambilan keputusan, nilai hipotesis 0,005 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak artinya bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat meningkatkan kemandirian belajar pada peserta didik kelas X SMKN 3 Kota Serang tahun ajaran 2022/2023 (Nisa dkk., 2022). Berdasarkan hasil dari *literature review* dari beberapa hasil penelitian sebelumnya dapat diketahui terdapat pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan terkait dengan pola peningkatan SLR melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*, dapat disimpulkan bahwa implementasi bimbingan kelompok teknik *problem solving* dapat meningkatkan SLR

setelah mendapatkan lima kali *treatment* (Nisa dkk., 2022) dengan karakteristik SLR yang diukur diantaranya : (1) Pembelajar mengendalikan pengalaman belajar sebanyak mungkin, (2) mengembangkan keterampilannya, (3) belajar untuk menantang penampilan terbaiknya, (4) pengelolaan diri siswa, dan (5) motivasi diri dan evaluasi diri (Basilisa & Pedhu, 2021; Nisa dkk., 2022).

### Daftar Pustaka

- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi Diri Dukungan Sosial Keluarga dan Self Regulated Learning pada Siswa Kelas VIII. *Humanitas*, 8(1), 17.
- Aziz, A., & Siswanto, K. A. P. (2018). Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Kematangan Karir Pada Siswa SMA. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 10(1), 7–13.
- Basilisa, G., & Pedhu, Y. (2021). Hubungan Antara Kemandirian Belajar dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Santo Kristoforus 1 Jakarta. *Psiko Edukasi*, 19(2), 140–150.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. (2013). Self-regulated learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*, 1(1), 145–155.
- Febriana, S., Juliejantiningih, Y., & Lestari, F. W. (2018). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMA Institut Indonesia Semarang. 5.
- Febriyanti, F., & Imami, A. I. (2021). Analisis Self-Regulated Learning dalam Pembelajaran Matematika pada Siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Soulmath: Jurnal Edukasi Pendidikan Matematika*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.25139/smj.v9i1.3300>
- Hidayati, B. M. R. (2018). Efektifitas Pelatihan Self Management Sebagai Upaya Meningkatkan Self Regulated Learning Siswa Kelas VII MTS Sunan Ampel Pare. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 3(1), 20–45.
- Jud, J., Hirt, C. N., Rosenthal, A., & Karlen, Y. (2023). Teachers' Motivation: Exploring The Success Expectancies, Values and Costs of The Promotion of Self-Regulated Learning. *Teaching and Teacher Education*, 127, 104093. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2023.104093>
- Karlen, Y., Hirt, C. N., Jud, J., Rosenthal, A., & Eberli, T. D. (2023). Teachers as Learners and Agents of Self-Regulated Learning: The Importance of Different Teachers Competence Aspects for Promoting Metacognition. *Teaching and Teacher Education*, 125, 104055. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2023.104055>



## PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

- Khoiriah, A. (2010). Pemanfaatan Inventori Tugas Perkembangan (ITP) dalam Pembuatan Program Bimbingan dan Konseling di SMPN 21 Pekanbaru. *PhD Thesis*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Nisa, M., Handoyo, A. W., & Conia, P. D. D. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar. 7.
- Rosidah, A. (2016). Bimbingan Kelompok Melalui Problem Solving untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Terisolir. 2(2).
- Sandyariesta, D., Yuliejantiningasih, Y., & Hartini, T. (2020). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas X. *Empati-Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 118–128.
- Santika, W. S., & Sawitri, D. R. (2016). Self-regulated Learning dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Purwokerto. *Jurnal Empati*, 5(1), 44–49.
- Surawan, K., Nurhayata, I. G., & Sutaya, I. W. (2018). Penerapan Model Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Pekerjaan Dasar Elektromekanik pada Siswa Kelas X TIPTL 3 SMK Negeri 3 Singaraja. 7.
- Yong, T. H., & Sokumaran, N. (2023). Exploring Self-Regulated Learning Through Differentiated Feedback. *Cogent Education*, 10(1), 2212113. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2023.2212113>