



**KEEFEKTIFAN LAYANAN PENGUASAAN
KONTEN DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT*
UNTUK MENGURANGI KESULITAN BELAJAR
SISWA KELAS VA SD BENDAN NGISOR
SEMARANG**

SKRIPSI

**Disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

UNNES
oleh
Chandra Ayu Puspitarini
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
1301412049

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2016

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip dan dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.



Semarang, 24 Oktober 2016

METERAI
TEMPEL

08249AEF256396689

6000
ENAM RIBU RUPIAH



Chandra Ayu Puspitarini
Chandra Ayu Puspitarini

UNNES

NIM. 1301412049

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan didalam sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan
Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang
pada :

Hari : Jumat

Tanggal : 28 Oktober 2016



Ketua
UNNES
Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd.
NIP. 19560427 198603 1 001

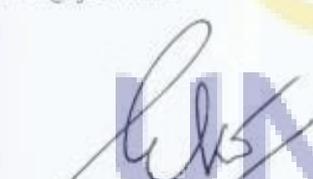
Panitia Ujian,

Sekretaris



Mulawarman, S.Pd., M.Pd., Ph.D.
NIP. 19771223 200501 1 001

Penguji Utama



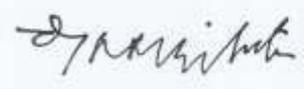
Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons.
NIP. 19600205 199302 1 001

Penguji II



Dra. Ninik Setyowani, M.Pd
NIP. 19521030 197903 2 001

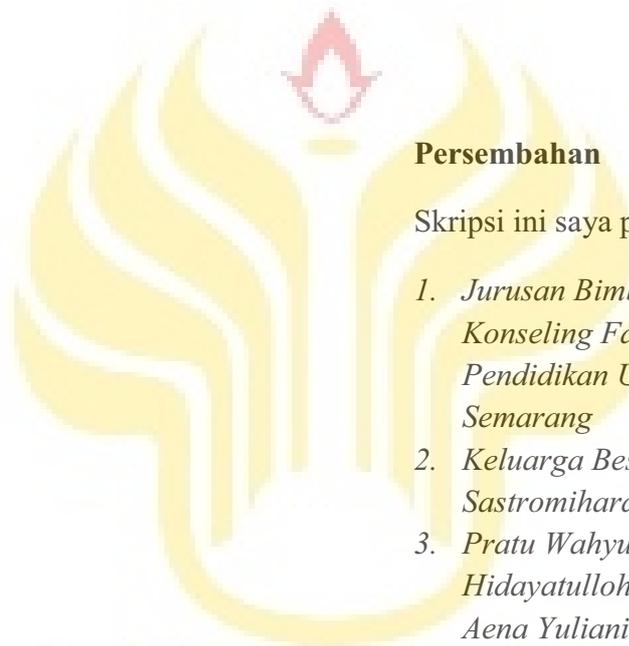
Penguji III



Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd., Kons.
NIP. 19611201 198601 1 001

MOTTO

“Jangan pernah khawatir dan takut akan permasalahan dunia. Sebab Allah Maha Adil Lagi Maha Penyayang. Fokuslah menjadi yang terbaik, meskipun tidak ada yang sempurna. Selalu ingat bahwa, ikhlas membantu seseorang di jalan Allah, maka Allah akan selalu membantu kita disetiap perkara kehidupan, baik urusan dunia maupun akhirat.”



Persembahan

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. *Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang*
2. *Keluarga Besar Soekarno Sastromihardjo*
3. *Pratu Wahyu Rahmat Hidayatulloh dan Sahabatku Aena Yuliani.*

UNNES
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

PRAKATA

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas karunia-NYA sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Keefektifan Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa Kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang”.

Peneliti tertarik meneliti judul tersebut karena melihat fenomena di lapangan, masih ada banyak siswa yang mengalami kesulitan belajar. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa sekolah dasar, kemudian tujuan tersebut penulis jabarkan sebagai berikut: mengetahui tingkat kesulitan belajar sebelum dan sesudah diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management*, mengetahui tingkat perbedaan kesulitan belajar siswa sebelum dan sesudah memperoleh layanan penguasaan konten menggunakan dengan teknik *self managemet*.

Semoga penelitian ini dapat bermanfaat dan dapat menjadi inspirasi kepada pembaca untuk melakukan penelitian lebih lanjut maupun menjadi referensi bagi peneliti lain yang melakukan penelitian terkait dengan penelitian ini.

Banyak kritik dan saran serta dukungan dari berbagai pihak yang tak terhingga, yang membuat penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh studi di Fakultas Ilmu Pendidikan.
2. Prof. Dr. Fakhruddin, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian, untuk penyelesaian skripsi ini.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, serta selaku Penguji Utama Ujian Skripsi yang telah memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis.
4. Dra. Ninik Setyowani, M.Pd. Dosen Pembimbing I yang telah memberikan ilmu, bimbingan, saran, motivasi, dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Prof. Dr. Dwi Yuwono Puji Sugiharto M.Pd., Kons. Dosen Pembimbing II yang juga telah memberikan ilmu bimbingan, saran, motivasi, dan dukungan dalam menyusun skripsi ini.
6. Eem Munawaroh, M.Pd. selaku dosen penimbang yang telah memberikan bimbingan selama proses pembuatan proposal skripsi.
7. Lilis Ratna, S.Pd selaku dosen, ketua Muda Mengabdikan, dan sosok figur panutan yang telah memberikan bimbingan, serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ketika saya ingin menyerah.
8. Kepala SD N Bendan Ngisor Kota Semarang yang telah memberikan ijin dan fasilitas selama pelaksanaan penelitian.

9. Ervita Dwi Kusumasari S.Pd.SD. selaku guru mata pelajaran kelas VA yang telah memberikan kesempatan dan membantu selama proses penelitian.
10. Seluruh keluarga besarku terutama Mamah Nuni, Eyanguti, Dede Lita, dan Wahyu Rahmat Hidayatulloh yang telah memberikan dukungan materiil maupun non materiil, baik doa, dukungan semangat, kasih sayang, dan motivasi, sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman-teman dan sahabat baik saya, Aena, Zaim, Monic, Yurika, Ela, Pipit, Ismi, Rizka, Uut. Terimakasih untuk dukungan baik doa maupun pundak kalian ketika saya mulai lelah.
12. Teman-teman Bimbingan Konseling 2012 UNNES yang telah memberikan pengalaman dan warna dalam hidup saya, khususnya rombel 2 BK SD yang sangat kompak.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah berusaha semaksimal mungkin dengan harapan dapat tersaji dengan baik, Namun jika ternyata masih ada banyak kekurangan, hal ini semata-mata karena keterbatasan penulis sebagai manusia biasa.

Akhirnya penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya.

Penulis

ABSTRAK

Puspitarini, Chandra Ayu. 2016. *Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa Kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang*. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Utama Dra. Ninik Setyowani, M.Pd. dan pembimbing kedua Prof.Dr. Dwi Yuwono Puji Sugiharto, M.Pd., Kons.

Kata Kunci : Kesulitan Belajar, Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik *Self Management*.

Dalam belajar terkadang siswa mengalami kesulitan. Kesulitan belajar tidak berhubungan langsung dengan tingkat intelegensi siswa, tetapi lebih pada kesulitan siswa dalam menguasai keterampilan dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa di SD Negeri Bendan Ngisor Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah *Pre-Experimental Design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Bendan Ngisor dengan jumlah sample sebanyak 38 siswa dengan menggunakan teknik *sampling purposive*. Hasil penelitian diolah dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan uji deskriptif. Hasil analisis data menunjukkan bahwa prosentase rata-rata sebelum diberikan perlakuan 58,32% dengan kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan menunjukkan prosentase rata-rata 77,37% dengan kategori rendah. Sementara rata-rata selisih penurunan kesulitan belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* adalah 19,05%.

Simpulan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* efektif untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang. Dengan demikian layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* efektif untuk menurunkan kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang. Peneliti menyarankan SD N Bendan Ngisor Kota Semarang untuk memiliki guru Bimbingan dan Konseling. Diharapkan Guru Bimbingan Konseling dan Guru Mapel mampu berkolaborasi untuk mengurangi dan mengetaskan kesulitan belajar siswa.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PRAKATA.....	v
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR GRAFIK.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah	9
1.3 Rumusan Masalah.....	10
1.4 Tujuan Penelitian	10
1.5 Manfaat Penelitian	11
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	11
1.5.2 Manfaat Praktis	11
1.6 Sistematika Penulisan Skripsi.....	12
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Kajian Pustaka	14
2.2 Kajian Teoritis	18
2.2.1 Mengurangi Kesulitan Belajar	18
2.2.1.1 Pengertian Kesulitan Belajar.....	18
2.2.1.2 Gejala-gejala Kesulitan Belajar	20
2.2.1.3 Klasifikasi Kesulitan Belajar	22
2.2.1.4 Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Belajar	24
2.2.2 Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan teknik <i>Self Management</i>	25
2.2.2.1 Pengertian Layanan Penguasaan Konten	26
2.2.2.2 Tujuan Layanan Penguasaan Konten.....	27
2.2.2.3 Fungsi Layanan Penguasaan Konten	29
2.2.2.4 Komponen Layanan Penguasaan Konten	31
2.2.2.5 Isi Layanan Penguasaan Konten	32
2.2.2.6 Pendekatan dan Teknik Layanan Penguasaan Konten.....	34

2.2.2.7	Pelaksanaan Layanan Penguasaan Konten	36
2.2.2.8	Konsep Dasar teknik <i>Self Management</i>	37
2.2.2.9	Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Management</i>	39
2.2.2.10	Relevansi teknik <i>Self Management</i>	40
2.2.2.11	Tujuan Teknik <i>Self Management</i>	41
2.2.2.12	Manfaat Teknik <i>Self Management</i>	42
2.2.2.13	Prosedur Teknik <i>Self Management</i>	43
2.2.2.14	Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik <i>Self Management</i> Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa.....	44
2.2.3	Kerangka Berpikir.....	51
2.2.4	Hipotesis	52
BAB 3.	METODE PENELITIAN.....	53
3.1	Jenis Penelitian.....	53
3.2	Desain Penelitian	54
3.2.1	<i>Pre-test</i>	55
3.2.2	Perlakuan (<i>Treatment</i>)	55
3.2.3	<i>Post-test</i>	57
3.3	Variabel Penelitian.....	57
3.3.1	Identifikasi Variabel.....	58
3.3.2	Hubungan antar Variabel	58
3.3.3	Definisi Operasional	59
3.3.3.1	Mengurangi Kesulitan Belajar	59
3.3.3.2	Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik <i>Self Management</i>	61
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian.....	62
3.4.1	Populasi Penelitian.....	62
3.4.2	Sampel Penelitian.....	63
3.5	Metode dan Alat Pengumpul Data.....	64
3.6	Penyusunan Instrumen	65
3.7	Validitas dan Reliabilitas	67
3.7.1	Validitas Data.....	68
3.7.2	Reliabilitas data.....	70
3.8	Teknik Analisis Data.....	72
3.8.1	Analisis Deskriptif Prosentase	72
3.8.2	Analisis Kuantitatif	73
BAB 4.	HASIL PENELITIAN	75
4.1	Pelaksanaan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik <i>Self Management</i>	75
4.2	Hasil Penelitian	77
4.2.1	Kesulitan belajar sebelum diberikan Layanan Penguasaan Konten	

	Dengan teknik <i>Self Management</i>	77
4.2.2	Kesulitan belajar setelah diberikan Layanan Penguasaan Konten dengan teknik <i>Self Management</i>	81
4.2.3	Perbedaan Kesulitan Belajar sebelum dan sesudah diberikan Layanan Penguasaan Konten dengan teknik <i>Self Management</i>	85
4.3	Uji Hipotesis	88
4.4	Pembahasan.....	90
4.5	Keterbatasan Penelitian.....	95
BAB 5.	PENUTUP.....	97
5.1	Simpulan	97
5.2	Saran	98
	DAFTAR PUSTAKA.....	99
	LAMPIRAN.....	102

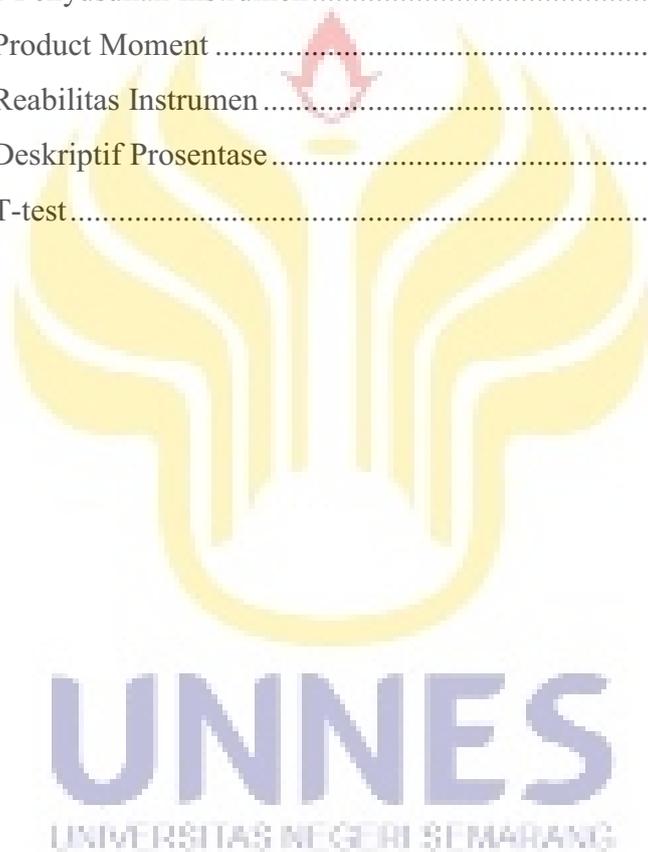


DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	63
2. Penskoran Alternatif Jawaban kala <i>Likert</i>	65
3. Kisi-kisi Skala Kesulitan Belajar	67
4. Kriteria Penilaian Tingkat.....	73
5. Jadwal Penelitian	76
6. Hasil Pengukuran <i>Pretest</i> Deskriptif Prosentase	78
7. Frekuensi Kesulitan Belajar Sebelum Treatment.....	79
8. Hasil <i>Pretest</i> Per-Indikator Kesulitan Belajar.....	80
9. Hasil Pengukuran <i>Post-Test</i> Deskriptif Prosentase.....	81
10. Distribusi Frekuensi Setelah Treatment.....	83
11. Hasil <i>Post-Test</i> Per-Indikator Kesulitan Belajar.....	84
12. Hasil Prosentase Skor <i>Pretest</i> dan <i>Pro-Test</i>	86
13. Hasil Uji Hipotesis	88
14. Hasil Test Statistic Kesulitan Belajar	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir	51
2. Desain Penelitian <i>One Grup Pretest-Posttest</i>	54
3. Hubungan Antar Variabel	58
4. Prosedur Penyusunan Instrumen	66
5. Rumus Product Moment	69
6. Rumus Reabilitas Instrumen	70
7. Rumus Deskriptif Prosentase	72
8. Rumus T-test	74



DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
Diagram Perbandingan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	85



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Daftar Cek Masalah	102
2. Panduan Wawancara	104
3. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Psikologi	107
4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Setelah Uji Coba (Try Out)	109
5. Skala Psikologi Kesulitan Belajar	112
6. Jadwal Kegiatan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik <i>Self Management</i>	117
7. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling	118
8. Materi Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik <i>Self Management</i>	143
9. Laporan Pelaksanaan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik <i>Self Management</i>	173
10. Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i>	179
11. Uji Normalitas <i>Post-Test</i>	183
12. Daftar Nama Siswa Kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor	186
13. Dokumentasi	188
14. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas	192
15. Surat Balikan Penelitian dari Sekolah.....	193



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan keseluruhan proses dimana individu mengembangkan kemampuan, sikap, dan bentuk-bentuk tingkah laku lainnya yang bernilai positif dan diperoleh melalui proses belajar, seperti pengetahuan, nilai-nilai, dan keterampilan-keterampilan. Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, belajar merupakan kegiatan yang paling pokok. Hal ini menandakan bahwa keberhasilan belajar atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan bergantung pada proses belajar yang dilakukan siswa sebagai peserta didik.

Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Ketika menginjak usia 9-12 tahun, sejumlah sikap, nilai, keterampilan berinteraksi sosial dicapai sebagai kompetensi (Baharuddin, 2007: 11)

Slameto (2010: 13) menambahkan bahwa: “belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya”. Untuk mendapatkan sesuatu seseorang harus melakukan usaha sehingga apa yang di inginkan dapat tercapai. Usaha tersebut dapat berupa kerja mandiri maupun kelompok dalam suatu interaksi.

Berdasarkan penjabaran tersebut, belajar merupakan hal terpenting yang harus dilakukan peserta didik untuk menghadapi perubahan lingkungan yang senantiasa berubah setiap waktu. Belajar menjadi sarana dalam proses kehidupan peserta didik untuk berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap.

Dalam belajar, siswa yang berhasil dalam belajar akan mengalami perubahan dalam aspek kognitifnya. Perubahan tersebut dapat dilihat melalui prestasi yang diperoleh di sekolah, keterampilan yang dimiliki, dan berkembangnya sikap yang lebih positif.

Tidak dipungkiri bahwa dalam belajar segala sesuatunya berjalan dengan baik. Tentu terkadang ada kalanya peserta didik mengalami hambatan didalamnya, seperti kesulitan dalam belajar. Kesulitan belajar atau *learning difficulty* adalah suatu kesulitan yang membuat individu bersangkutan sulit untuk melakukan kegiatan belajar secara efektif (Jamaris, 2013: 3).

Kesulitan belajar tidak berhubungan langsung dengan tingkat intelegensi dari individu yang mengalami kesulitan. Namun individu tersebut mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan belajar dan dalam melaksanakan tugas-tugas spesifik yang dibutuhkan dalam belajar (Jamaris, 2013: 4).

Bagi peserta didik yang mengalami kesulitan belajar tidak hanya dibantu dalam memperoleh keterampilan belajar, tetapi juga dibantu memahami dirinya, serta mengarahkannya agar terdapat perkembangan yang harmonis dan optimal. Peserta didik memerlukan bantuan untuk meningkatkan perasaan kebahagiaan dirinya serta mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap lingkungannya

(Menurut Mortensen, D.G &A.M. Schmuller, sebagaimana dikutip dalam Hadi Pranoto, 1996).

Menurut Burton, sebagaimana dikutip dalam Mukmin (2012: 307-308), seorang siswa dapat diduga mengalami kesulitan belajar adalah jika siswa yang bersangkutan menunjukkan kegagalan (*failure*) tertentu dalam mencapai tujuan-tujuan belajarnya. Kegagalan belajar didefinisikan oleh Burton sebagai berikut: (1) Siswa dikatakan gagal apabila dalam batas waktu tertentu yang bersangkutan tidak mencapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal yang telah ditetapkan oleh guru (*criterion referenced*), (2) Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak mengerjakan atau mencapai prestasi yang semestinya, (3) Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak dapat mewujudkan tugas-tugas perkembangan, (4) Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak berhasil mencapai tingkat penguasaan yang diperlukan sebagai prasyarat kelanjutan tingkat belajar berikutnya.

Ahmadi dan Supriyono (2013: 94), menambahkan beberapa gejala sebagai pertanda adanya kesulitan belajar, seperti (1) menunjukkan prestasi belajar yang rendah, dibawah rata-rata nilai yang dicapai oleh kelompok kelas, (2) hasil belajar yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang dilakukan. Siswa berusaha keras tetapi nilainya selalu rendah, (3) Lambat dalam melakukan tugas-tugas belajar. Siswa selalu tertinggal dengan kawan-kawannya dalam semua hal, misalnya dalam mengerjakan soal-soal, dalam menyelesaikan tugas-tugas, (4) Menunjukkan sikap yang kurang wajar, seperti menentang, berdusta, dan berpura-

pura, (5) Menunjukkan tingkah laku yang kurang wajar, seperti membolos, mengganggu temannya didalam maupun diluar kelas.

Adapun faktor yang menyebabkan siswa berkesulitan dalam belajar, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern yakni hal-hal atau keadaan-keadaan yang muncul dalam diri siswa sendiri. Sementara faktor ekstern merupakan hal-hal atau keadaan yang datang dari luar diri siswa (Syah, 2002: 172).

Sementara akibat jika kesulitan belajar siswa tidak segera ditangani adalah siswa mengalami permasalahan dalam menerima pelajaran. Seperti kurangnya konsentrasi dalam belajar, rendahnya motivasi dalam belajar, dan hasil belajar siswa menjadi menurun atau bahkan rendah. Tidak hanya itu saja, siswa yang mengalami kesulitan belajar akan berdampak pada sisi psikologisnya sehingga kreatifitas dapat menurun, pengembangan individu menjadi terhambat. Terlebih pada era kompetensi seperti ini, siswa yang kurang memiliki *skill* (kreatifitas/konten) dalam belajar, akan mengakibatkan siswa tersebut tidak siap dan bahkan tidak layak dalam bersaing di dunia global. Sehingga perlu diadakannya pengentasan permasalahan dalam menangani kesulitan belajar.

Hal tersebut tentu menjadi kesenjangan antara apa yang terjadi dengan apa yang seharusnya terjadi. Menurut Hurlock (2002: 173), daya konsentrasi anak tumbuh pada kelas kelas besar SD, yaitu usia 9 sampai 12 tahun. Mereka dapat meluangkan lebih banyak waktu untuk tugas tugas pilihan mereka, dan seringkali mereka dengan senang hati menyelesaikannya. Tahap ini juga termasuk tumbuhnya tindakan mandiri, kerjasama dengan kelompok dan bertindak menurut cara cara yang dapat diterima lingkungan mereka. Namun pada kenyataannya,

pada tahap ini siswa mengalami gangguan dalam belajar, sehingga berdampak pada kesulitan belajar yang dialami peserta didik. Peserta didik kurang dapat memanajemen waktunya dengan baik dan sulit menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab diri.

Kesulitan belajar yang terjadi di Sekolah bukanlah pertama kali terjadi dan satu-satunya di Indonesia. Seperti salah satunya disampaikan oleh Purwanti tentang kesulitan belajar yang terjadi pada siswa Sekolah Dasar di Yogyakarta. Dalam jurnal penelitiannya, Purwanti mengungkapkan bahwa siswa banyak mengalami kesulitan belajar yang mengakibatkan siswa memiliki prestasi belajar yang rendah, malas untuk berangkat sekolah, dan mengganggu temannya ketika proses pembelajaran berlangsung. Seperti yang diungkapkan Purwanti, 43% siswa Sekolah Dasar mengalami kesulitan belajar dan hal ini belum ditangani baik oleh wali kelas. Sehingga tentu perlu adanya peran guru bimbingan konseling dalam mengentaskan permasalahan siswa mengenai kesulitan belajar. (Purwanti, 2009:4)

Selaras dengan fenomena tersebut, peneliti menemukan fenomena mengenai kesulitan belajar pada siswa kelas VA Sekolah Dasar berjumlah 38 siswa. Berdasarkan hasil pengisian Daftar Cek Masalah (DCM) pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang, peneliti menemukan bahwa dalam bidang belajar, siswa memiliki derajat permasalahan tertinggi atau E pada point pernyataan “Saya kesulitan dalam beberapa mata pelajaran” sebesar 81,3% ; hal ini dilengkapi hasil wawancara dengan wali kelas VA, yaitu Ibu Fifi yang menambahkan bahwa peserta didik mengalami kesulitan dalam belajar. Ketika beliau menerangkan, siswa saat ditanyakan mengenai pemahaman materi, siswa

menjawab sudah memahami. Namun ketika diberikan soal pengayaan, siswa cenderung ingin cepat selesai dalam mengerjakan soal, dan jawaban hampir keseluruhan adalah salah atau kurang tepat sehingga mengakibatkan nilai harian atau nilai ulangan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan dan ditetapkan oleh guru. Ditambah dengan observasi pengamatan di kelas, dimana dapat diketahui bahwa siswa mengobrol saat pelajaran berlangsung, menjaili temannya saat pelajaran berlangsung, dan mencoret-coret saat pelajaran berlangsung. Dengan kata lain, hal tersebut menunjukkan bahwa *self management* peserta didik kurang dan mengakibatkan peserta didik mengalami kesulitan belajar.

Tugas utama peserta didik di sekolah adalah belajar, karena dengan belajar peserta didik akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat mengurangi kesulitan belajar, tentu peserta didik harus memiliki kemampuan *Self management* yang baik, dimana setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik, seperti dalam hal belajar.

Self management dalam belajar merupakan suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana peserta didik mengarahkan perubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar. Dengan kata lain *self management* dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengatur perilakunya sendiri, mengelola potensi diri dan lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar.

Pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri (Komalasari, 2014: 180). *Self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi pengubahan perilaku yang didalam dalam

prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik (Cormier&Cormier, 1985: 519).

Self management adalah teknik yang digunakan untuk membentuk perilaku individu dengan cara memberikan tanggung jawab pada individu tersebut dalam mengarahkan perubahan perilakunya sendiri untuk mencapai kemajuan diri. Hal tersebut senada dengan pendapat Suarni dalam Indryaningsih (2014: 3) yang menerangkan bahwa pengelolaan diri merupakan suatu strategi yang mendorong individu untuk mampu mengarahkan perilaku-perilakunya sendiri dengan tanggung jawab tindakannya untuk mencapai kemajuan diri.

Permasalahan *self management* dalam belajar tentu tidak serta merta menjadi tanggung jawab guru bidang studi saja, tetapi menjadi tanggung jawab guru pembimbing sekolah yaitu guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah. Hal tersebut tentu senada dengan salah satu tujuan bimbingan dan konseling dimana konselor membantu individu untuk menjadi pribadi yang dapat mengatur dan mengelola diri dengan baik yang meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah laku untuk mencapai keberhasilan dalam belajar.

Layanan penguasaan konten merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling. Layanan penguasaan konten merupakan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan atau kompetensi yang dimaksud dalam layanan penguasaan konten merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum dan aturan,

nilai, persepsi, afeksi, sikap dan tindakan yang terkait didalamnya (Prayitno, 2004:2).

Dalam layanan penguasaan konten, peserta didik diarahkan mengikuti kegiatan belajar yang lebih menarik. Penggunaan layanan ini bertujuan untuk dapat mengurangi kesulitan belajar siswa dengan diberikannya pemahaman dan keterampilan-keterampilan baru dalam belajar sehingga peserta didik dapat memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan yang baik dalam belajar.

Dalam hal ini, konten yang akan diangkat meliputi pengenalan dan pengembangan, motivasi, sikap dan kebiasaan yang baik. Sehingga dengan pemberian layanan penguasaan konten sebagai stimulus, peserta didik dipacu untuk memahami, mempelajari, dan mengembangkan dirinya.

Dengan layanan penguasaan konten diharapkan dapat mendorong pengembangan perasaan, pikiran, wawasan, persepsi, kreativitas, keaktifan, dan sikap untuk membantu mengurangi kesulitan siswa dalam belajar. Dengan demikian siswa diharapkan dapat mengurangi kesulitan belajarnya dan siswa dapat memiliki sikap yang lebih baik serta keterampilan-keterampilan baru dalam mengembangkan cara dan kebiasaan belajar yang baik.

Layanan penguasaan konten dengan teknik *Self management* dipilih karena tujuan dari layanan dan teknik ini selaras untuk memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan yang baik bagi siswa untuk mengurangi kesulitan-kesulitan belajar akademik di sekolah dengan memberikan keterampilan-keterampilan baru dalam belajar, dan memperkuat perilaku yang sudah ada menjadi lebih baik. Dalam pelaksanaannya, peserta didik akan diberikan layanan secara klasikal

dengan teknik *Self Management*, meliputi cara menerapkan gaya belajar, cara manajemen waktu belajar, cara mengikuti pelajaran dikelas, dan cara menghadapi ulangan harian.

Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa melalui layanan penguasaan konten dengan teknik *Self management* efektif dalam mengurangi kesulitan belajar yang dialami siswa dengan memberikan pemahaman tentang belajar yang baik, bagaimana mengurangi kesulitan belajar dengan membentuk sikap dan kebiasaan belajar yang baik dan pemberian materi-materi penguasaan konten dalam strategi mengurangi kesulitan belajar peserta didik. Sehingga diharapkan mampu memenuhi kebutuhan peserta didik, serta mengatasi kesulitan-kesulitan belajar yang dialami peserta didik.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik meneliti dan mengambil judul tentang “Keefektifan Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa Kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang”.

1.2 Batasan Masalah

Mengingat banyaknya masalah yang berhubungan dan termasuk kedalam kesulitan belajar, maka dalam penelitian ini pun dilakukan pembatasan masalah pada:

- 1.2.1 Kesulitan belajar yang dialami siswa adalah kesulitan belajar secara umum (*akademic learning disability*) yang berdasar pada hasil observasi di sekolah dan ditandai dengan kesulitan belajar siswa dalam mencapai

ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal yang telah ditetapkan oleh guru.

- 1.2.2 Dalam kesulitan belajar, ranah yang digunakan adalah ranah afektif (ranah konselor atau guru bimbingan dan konseling), seperti sikap.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.3.1 Bagaimana kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang sebelum diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management*?
- 1.3.2 Bagaimana kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang sesudah diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management*?
- 1.3.3 Bagaimana keefektifan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian adalah memperoleh data empiris tentang:

- 1.4.1 Untuk mengetahui kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang sebelum diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management*.

- 1.4.2 Untuk mengetahui kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang setelah diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management*.
- 1.4.3 Untuk mengetahui keefektifan dari layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management* untuk mengurangi kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD N Bendan Ngisor Semarang.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan memberikan sumbangan pengetahuan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan kemajuan dalam pendidikan, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling. Diharapkan juga dapat memberikan gambaran baru, menambah pengetahuan, dan pemahaman tentang pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management* dalam mengurangi kesulitan belajar siswa.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini diharapkan adalah sebagai berikut :

1.5.2.1 Bagi Guru Kelas

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pemahaman baru bagi guru kelas mengenai layanan penguasaan konten dengan teknik *Self Management* yang digunakan untuk mengurangi kesulitan belajar peserta didik.

1.5.2.2 *Bagi Peneliti Selanjutnya*

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi yang dapat membantu peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang kesulitan belajar siswa.

1.5.2.3 *Bagi Sekolah*

Bagi sekolah diharapkan adalah mendapatkan data empiris kesulitan belajar yang dialami peserta didik serta hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi sekolah.

1.5.2.4 *Bagi Siswa*

Diharapkan dengan penelitian ini akan membantu siswa dalam menangani kesulitan belajarnya dan lebih memiliki semangat serta keterampilan-keterampilan dalam mengatasi kesulitan belajarnya.

1.6 Sistematika Penulisan Skripsi

Penulisan menyusun sistematika penulisan skripsi untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai skripsi ini. Secara garis besar skripsi ini terdiri atas tiga bagian, yaitu: (1) bagian awal, (2) bagian isi, dan (3) bagian akhir. Untuk lebih jelasnya sistematika penulisan skripsi ini sebagai berikut:

1.6.1 Bagian Awal

Bagian ini terdiri dari halaman judul, pengesahan, pernyataan, motto, dan persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar grafik, daftar gambar, dan daftar lampiran.

1.6.2 Bagian isi

Bagian isi merupakan bagian pokok isi skripsi yang terdiri dari lima bab, sebagai berikut:

Bab 1 Pendahuluan, berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika skripsi.

Bab 2 Tinjauan Pustaka, berisi tentang teori-teori yang melandasi penelitian, yang meliputi penelitian terdahulu, kajian teoritis mengenai kesulitan belajar, layanan penguasaan konten, teknik *self management*, kerangka berpikir, dan hipotesis penelitian.

Bab 3 Metode Penelitian, berisi uraian metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan skripsi, yang meliputi: jenis penelitian, desain penelitian, variabel penelitian, populasi dan sampel, metode dan alat pengumpul data, analisis data dan kerangka penelitian.

Bab 4 Hasil Penelitian dan Pembahasan, berisi tentang hasil penelitian beserta dengan uraian penjelasan tentang masalah masalah yang dirumuskan pada bab pendahuluan, selain itu pada bab ini dijelaskan tentang keterbatasan dalam penelitian.

Bab 5 Penutup, berisi tentang simpulan hasil penelitian dan saran peneliti sebagai implikasi dari hasil penelitian.

1.6.3 Bagian Akhir

Bagian akhir skripsi ini memuat daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung penelitian ini.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian ini membahas tentang keefektifan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa. Oleh karena itu, dalam bab ini akan membahas teori-teori yang relevan, meliputi: (1) kajian pustaka, (2) kajian teoritis, (3) kerangka berpikir, dan (4) hipotesis.

2.1 Kajian Pustaka

Kajian pustaka merupakan upaya untuk menganalisis berbagai konsep sebagai variabel, fokus, atau subjek dan/atau objek penelitian. Hakikat kajian pustaka adalah mengungkapkan, menegaskan, menyanggah, mengisi kekosongan, atau mengembangkan hasil penelitian terdahulu. Sehingga menghasilkan kebaruan penelitian. Kajian pustaka dapat dilakukan terhadap hasil-hasil penelitian yang termuat dalam jurnal, prosiding, disertasi, tesis, monograf, dan/atau buku teks.

Peneliti melihat dari beberapa penelitian sebelumnya tentang kesulitan belajar sebagai acuan untuk melaksanakan penelitian selanjutnya, sekaligus sebagai data pendukung. Salah satu data pendukung yang menurut peneliti perlu dijadikan bagian tersendiri adalah penelitian terdahulu yang relevan dengan permasalahan yang sedang dibahas dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti melakukan kajian terhadap beberapa hasil penelitian berupa skripsi dan jurnal bimbingan dan konseling terkait dengan variabel penelitian yaitu layanan penguasaan konten,

teknik *self management* dan kesulitan belajar. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang mendukung penelitian ini, yaitu:

Amy Gaumer Ericsson (2014: 462-474) dalam *Journal Academic Learning* yang berjudul “*The Relationship Among Self-Determination, Self-Concept, and Academic Achievement for Students With Learning Disabilities*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam sampel perwakilan nasional (N=560) menjelaskan adanya korelasi yang signifikan antara *Self-Determination, Self-Concept*, prestasi akademik dan Kesulitan Belajar. Dimana dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kesulitan belajar siswa berpengaruh terhadap *Self-Determination, Self-Concept* dan Prestasi akademik yang dimiliki siswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesulitan belajar akademik yang dapat ditangani dengan baik dapat memberikan pengaruh positif terhadap *Self-Determination, Self-Concept* dan Prestasi akademik yang dimiliki siswa. Dalam penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa kesulitan belajar akademik yang dialami siswa jika tidak segera ditangani maka akan berpengaruh atau berdampak buruk pada terhadap *Self-Determination, Self-Concept* dan Prestasi akademik. Hal tersebut tentu mendukung peneliti untuk meneliti kesulitan belajar yang dialami siswa yang erat kaitannya dengan bidang akademik di Sekolah.

Isti Yuni Purwanti (2009) dalam jurnal penelitian Universitas Negeri Yogyakarta yang berjudul, “*Layanan Bimbingan Belajar Dalam Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan belajar di Sekolah dapat membantu mengurangi kesulitan belajar. Keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan belajar dalam

mengurangi kesulitan belajar adalah siswa menunjukkan peningkatan prestasi belajar (nilai harian dan nilai ulangan), mengerjakan dan mengumpulkan tugas tepat waktu, dan berkonsentrasi dengan memperhatikan materi pelajaran yang diberikan guru. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesulitan belajar dapat ditangani melalui layanan bimbingan belajar, sehingga peneliti juga akan menggunakan layanan bimbingan belajar atau yang lebih dikenal saat ini dengan layanan penguasaan konten untuk mengurangi kesulitan belajar siswa Sekolah Dasar.

Novita Uli Sitopu (2012) dalam skripsi Universitas Negeri Medan yang berjudul, “Pengaruh Layanan Penguasaan Konten (Pembelajaran) Dalam Mengurangi Masalah Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kotarih Kabupaten Serdang Begadai Tahun Ajaran 2011/2012”. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan perlakuan diperoleh rata-rata skor masalah belajar siswa sebesar 81.1578 dan setelah diberikan layanan penguasaan konten selama 4 kali pertemuan diketahui rata-rata perolehan skor permasalahan berkurang sebesar 49.6842. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pelaksanaan penguasaan konten dalam mengurangi masalah belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kotarih tahun ajaran 2011/2012. Penelitian ini memberi makna bahwa melalui pemberian layanan penguasaan konten, masalah belajar atau kesulitan belajar yang dialami siswa dapat diatasi atau dicari solusinya sehingga siswa dapat belajar dengan baik dan memiliki prestasi belajar yang baik. Hal ini tentu mendukung peneliti untuk menggunakan layanan penguasaan konten untuk melihat pengaruhnya terhadap tingkat kesulitan belajar siswa.

Ni Luh Putu Indryaningsih (2014) dalam jurnal penelitian Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang berjudul, “Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII B4 SMP Negeri Singaraja”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi *treatment* pertama, motivasi belajar siswa hanya 57,33%, namun setelah diberikan *treatment* pertama atau tindakan motivasi belajar siswa meningkat menjadi 71,25%. Sementara pada *treatment* kedua presentase motivasi belajar siswa 83,42% yang artinya terjadi peningkatan kembali 12,17%. Sehingga jelas dapat diketahui bahwa motivasi belajar dapat ditingkatkan melalui layanan konseling behavioral dengan teknik *self management*. Hal tersebut tentu berhubungan dengan belajar dan mendorong peneliti memilih menggunakan teknik *self management* untuk melihat keefektifannya dalam mengurangi kesulitan belajar siswa.

Trio Isnansyah Marwi (2012) dalam jurnal penelitian Universitas Negeri Surabaya yang berjudul, “Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri (*Self Management*) Untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs AL Rosyid Dander-Bojonegoro”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan strategi pengelolaan diri (*self management*) dapat mengurangi tingkat kemalasan belajar siswa. Hasil penelitian tersebut tentu sangat mendukung peneliti dimana *self management* efektif dalam mengurangi kesulitan belajar, seperti kemalasan belajar siswa. Untuk itu peneliti menggunakan teknik *self management* untuk melihat keefektifannya dalam mengurangi kesulitan belajar akademik siswa.

Berdasarkan penelitian terdahulu, peneliti mengambil kesimpulan bahwa layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* memiliki keefektifan dalam mengurangi kesulitan belajar siswa. Sehingga dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* untuk melihat keefektifannya dalam mengurangi kesulitan belajar pada siswa sekolah dasar.

2.2 Kajian Teoritis

Berikut ini peneliti akan memaparkan kajian teoritis, meliputi (1) Mengurangi Kesulitan Belajar, (2) Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik *Self Management*.

2.2.1 Mengurangi Kesulitan Belajar

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007: 245), mengurangi dapat diartikan sebagai proses, cara menjadikannya kurang. Sementara menurut Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar (2011: 255), mengurangi dapat diartikan cara, proses untuk menurunkan. Dalam penelitian ini, proses yang dikurangi adalah kesulitan belajar siswa.

2.2.1.1 Pengertian Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar merupakan terjemahan dari istilah bahasa Inggris *learning disability*. Kesulitan belajar merupakan suatu konsep multidisipliner yang

digunakan di lapangan ilmu pendidikan, psikologi, maupun ilmu kedokteran. Berikut merupakan definisi kesulitan belajar menurut para ahli :

Triyanto (2011: 3) menyatakan bahwa kesulitan belajar merupakan suatu gejala yang nampak pada peserta didik yang ditandai dengan adanya prestasi belajar yang rendah atau dibawah norma yang telah ditetapkan. Prestasi belajar yang rendah yang dimaksud disini adalah prestasi belajar siswa lebih rendah jika dibandingkan dengan teman-teman dikelasnya, dan atau dibandingkan dengan prestasi yang pernah dicapai sebelumnya.

Kesulitan belajar atau *learning difficulty* adalah suatu kesulitan yang membuat individu bersangkutan sulit untuk melakukan kegiatan belajar secara efektif. Kesulitan belajar tidak berhubungan langsung dengan tingkat intelegensi dari individu yang mengalami kesulitan. Namun individu tersebut mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan belajar dan dalam melaksanakan tugas-tugas spesifik yang dibutuhkan dalam belajar (Jamaris, 2013: 4).

Dalyono (2005: 229) menambahkan bahwa kesulitan belajar merupakan suatu keadaan yang menyebabkan siswa tidak dapat belajar sebagaimana mestinya. Menurut Sabri (1995: 88) kesulitan belajar merupakan kesukaran siswa dalam menerima dan menyerap pelajaran.

Rumini dkk sebagaimana dikutip oleh Irham dan Wiyani (2013: 254) mengemukakan bahwa kesulitan belajar merupakan kondisi saat siswa mengalami hambatan-hambatan tertentu untuk mengikuti proses pembelajaran dan mencapai hasil belajar secara optimal. Kesulitan belajar adalah hal-hal atau gangguan yang

mengakibatkan kegagalan atau setidaknya menjadi gangguan yang dapat menghambat kemajuan belajar (Hamalik, 1983: 112).

Sejalan dengan pendapat diatas menurut Blassic & Jones sebagaimana dikutip oleh Irham & Wiyani (2013: 253), kesulitan belajar yang dialami siswa menunjukkan adanya kesenjangan atau jarak antara prestasi akademik yang diharapkan dengan prestasi akademik yang dicapai oleh siswa pada kenyataannya (prestasi aktual). Selain itu, kesulitan belajar merupakan suatu kondisi dimana kompetensi atau prestasi yang dicapai tidak sesuai dengan kriteria standar yang telah ditetapkan, baik berbentuk sikap, pengetahuan, maupun keterampilan (Subini, 2011: 13).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa kesulitan belajar merupakan hambatan yang dialami oleh siswa dalam proses belajar yang menyebabkan siswa mendapatkan hasil yang kurang optimal dalam proses belajarnya. Dalam penelitian ini, kesulitan belajar yang dimaksud oleh peneliti adalah kesulitan belajar akademik siswa di Sekolah Dasar yang ditandai dengan kesulitan belajar siswa dalam mencapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal yang telah ditetapkan oleh guru.

2.2.1.2 Gejala-gejala Kesulitan Belajar

Dalam kesulitan belajar yang dialami siswa, tentu ada berbagai gejala-gejala yang menunjukkan bahwa siswa tersebut mengalami kesulitan dalam belajarnya. Menurut Ahmadi dan Supriyono (2013: 94), beberapa gejala sebagai pertanda adanya kesulitan belajar :

- 1) Menunjukkan prestasi belajar yang rendah, di bawah rata-rata nilai yang dicapai oleh kelompok kelas,
- 2) Hasil belajar yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang dilakukan. Mungkin ada murid yang sudah berusaha untuk belajar dengan giat, tetapi nilai yang dicapainya selalu rendah,
- 3) Lambat dalam melakukan tugas-tugas belajar. Siswa selalu tertinggal dengan kawan-kawannya dalam semua hal, misalnya rata-rata anak menyelesaikan tugas dalam waktu 40 menit, maka anak yang mengalami kesulitan belajar memerlukan waktu yang lebih lama, karena dengan waktu yang tersedia ia tidak dapat menyelesaikan tugasnya,
- 4) Menunjukkan sikap yang kurang wajar, seperti acuh tak acuh, menentang, berpura-pura, dusta, dan sebagainya,
- 5) Anak didik menunjukkan tingkah laku yang kurang wajar, seperti: membolos, datang terlambat, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, mengganggu didalam atau diluar kelas, tidak mau mencatat pelajaran, tidak tertib dalam kegiatan belajar mengajar, tidak mau bekerjasama, dan sebagainya.

Sehubungan dengan apa yang dikemukakan diatas maka H.W. Burton sebagaimana dikutip oleh Mulyadi (2008:8-9) mengidentifikasikan seorang murid dapat diduga mengalami kesulitan belajar, kalau yang bersangkutan menunjukkan kegagalan tertentu dalam mencapai tujuan-tujuan belajarnya. Kegagalan-kegagalan belajar tersebut diantaranya sebagai berikut:

- 1) Murid dikatakan gagal, apabila dalam batas waktu tertentu yang bersangkutan tidak mencapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*master level*) minimal dalam pelajaran tertentu seperti yang telah ditetapkan oleh guru.
- 2) Murid dikatakan gagal, apabila yang bersangkutan tidak dapat mengerjakan atau mencapai prestasi yang semestinya (berdasarkan tingkat kemampuannya, intelegensi, bakat ia diramalkan (*predicted*) akan bisa mengerjakan atau mencapai prestasi tersebut; maka murid ini dapat digolongkan kedalam *under achiever*.
- 3) Murid dikatakan gagal, apabila yang bersangkutan tidak dapat mewujudkan tugas-tugas perkembangan, termasuk penyesuaian sosial.
- 4) Murid dikatakan gagal, apabila yang bersangkutan tidak berhasil mencapai tingkat penguasaan yang diperlukan sebagai prasyarat bagi kelanjuta pada tingkat kelas atau pelajaran berikutnya.

Sementara menurut Burton, sebagaimana dikutip dalam Mukmin (2012: 307-308), seorang siswa dapat diduga mengalami kesulitan belajar adalah jika siswa

yang bersangkutan menunjukkan kegagalan (*failure*) tertentu dalam mencapai tujuan-tujuan belajarnya. Kegagalan belajar didefinisikan oleh Burton sebagai berikut: (1) Siswa dikatakan gagal apabila dalam batas waktu tertentu yang bersangkutan tidak mencapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal yang telah ditetapkan oleh guru (*criterion referenced*), (2) Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak mengerjakan atau mencapai prestasi yang semestinya, (3) Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak dapat mewujudkan tugas-tugas perkembangan, (4) Siswa dikatakan gagal apabila yang bersangkutan tidak berhasil mencapai tingkat penguasaan yang diperlukan sebagai prasyarat kelanjutan tingkat belajar berikutnya.

Gejala-gejala tersebut harus diketahui oleh guru supaya guru dapat membantu siswa yang mengalami kesulitan belajar. Sebab dalam belajar, terkadang semangat siswa meningkat atau tinggi dan terkadang menurun atau sulit dalam berkonsentrasi (Dalyono, 2005: 229). Dalam penelitian ini, dilihat dari gejala tersebut tentu guru dapat bekerja sama dengan peneliti sebagai konselor untuk mengetahui faktor apa saja yang menyebabkan siswa mengalami gejala kesulitan belajar.

2.2.1.3 Klasifikasi Kesulitan Belajar

Dalam kesulitan belajar, terdapat beberapa klasifikasi kesulitan dalam belajar. Menurut Abdurrahman (2003:11), secara garis besar kesulitan belajar dapat diklasifikasikan kedalam dua kelompok, yaitu :

- 1) Kesulitan belajar yang berhubungan dengan perkembangan (*developmental learning disabilities*) yaitu kesulitan belajar yang berhubungan dengan perkembangan mencakup gangguan motorik dan persepsi, kesulitan belajar bahasa dan komunikasi, dan kesulitan belajar dalam penyesuaian perilaku sosial. Kesulitan yang bersifat perkembangan umumnya sulit diketahui, baik oleh orangtua maupun oleh guru karena tidak ada pengukuran-pengukuran yang sistematis seperti halnya pada bidang akademik. Kesulitan belajar yang berhubungan dengan perkembangan sering tampak sebagai kesulitan belajar yang disebabkan oleh tidak dikuasainya keterampilan prasyarat, yaitu keterampilan yang harus dikuasai terlebih dahulu agar dapat menguasai keterampilan berikutnya.
- 2) Kesulitan belajar akademik (*academic learning disabilities*) yaitu kesulitan belajar yang mencakup adanya kegagalan-kegagalan pencapaian prestasi akademik yang sesuai dengan kapasitas yang diharapkan. Kegagalan-kegagalan tersebut mencakup penguasaan keterampilan dalam membaca, menulis, atau matematika. Kesulitan belajar akademik dapat diketahui oleh guru atau orangtua ketika anak gagal menampilkan salah satu atau beberapa kemampuan akademik.

Ditambahkan oleh Dalyono (2005: 231), adapun macam-macam kesulitan belajar dikelompokkan menjadi empat macam. Diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Dilihat dari jenis kesulitan belajar, meliputi kesulitan belajar yang berat dan sedang,
- 2) Dilihat dari bidang studi yang dipelajari, meliputi beberapa atau sebagian bidang studi dan keseluruhan bidang studi,
- 3) Dilihat dari sifat kesulitannya, ada yang bersifat sementara dan ada yang bersifat permanen,
- 4) Dilihat dari segi faktor penyebabnya, meliputi faktor intelegensi dan non intelegensi

Menurut Kirk dan Gallagher, sebagaimana dikutip dalam Jamaris (2013: 33), klasifikasi kesulitan belajar terbagi menjadi tiga, diantaranya (1) Berkaitan dengan aspek-aspek yang menyangkut kesulitan dalam mempelajari tugas-tugas perkembangan (*developmental learning disabilities*) yang mencakup kesulitan dalam memusatkan perhatian dan kesulitan dalam mengingat informasi, (2) Berkaitan dengan aspek pengolahan informasi, (3) Berkaitan dengan kesulitan

belajar akademik (*academic disabilities*), yang mencakup kesulitan dalam belajar di Sekolah dan kesulitan perilaku.

Kesulitan yang dikaji dalam penelitian ini adalah kesulitan belajar akademik saja yaitu tentang kemampuan akademik dimana dalam hal ini siswa memiliki intelegensi tidak dibawah rata-rata namun sulit dalam mencapai ukuran tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal yang telah ditetapkan oleh guru.

2.2.1.4 *Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Belajar*

Muhibbin Syah (2002: 172) menyebutkan faktor-faktor penyebab timbulnya kesulitan belajar antara lain:

- 1) Faktor intern, yakni hal-hal atau keadaan-keadaan yang muncul dalam diri siswa sendiri, antara lain: (1) Yang bersifat kognitif (ranah cipta), antara lain seperti rendahnya kapasitas intelektual/inteligensi anak didik, (2) Yang bersifat afektif (ranah rasa), antara lain seperti labilnya emosi dan sikap, (3) Yang bersifat psikomotor (ranah karsa), antara lain seperti terganggunya alat-alat indera penglihatan dan pendengaran (mata dan telinga).
- 2) Faktor ekstern, yakni hal-hal atau keadaan yang datang dari luar diri siswa antara lain: (1) Lingkungan keluarga, contohnya: ketidakharmonisan hubungan antara ayah dan ibu, dan rendahnya kehidupan ekonomi keluarga, (2) Lingkungan masyarakat, contohnya: wilayah perkampungan kumuh (*slum area*) dan teman sepermainan (*peer group*) yang nakal, (3) Lingkungan sekolah, contohnya: kondisi dan letak gedung sekolah yang buruk, kondisi guru serta alat- alat belajar yang berkualitas rendah.

Sugihartono, dkk (2007: 155-156) mengemukakan bahwa peserta didik yang mengalami kesulitan belajar atau ketidakberesan dalam belajar, ditunjukkan oleh hasil belajar yang rendah. Hal ini disebabkan oleh berbagai hal, Dimiyati dan Mudjiono (1994:228-235) mengemukakan faktok-faktor internal yang mempengaruhi proses belajar sebagai berikut:

- 1) Sikap terhadap belajar
Sikap merupakan kemampuan memberikan penilaian tentang sesuatu yang membawa diri dengan penilaian. Sikap belajar yang malas tentunya akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa tersebut.
- 2) Motivasi belajar
Motivasi belajar merupakan kekuatan mental yang mendorong terjadinya proses belajar. Lemahnya motivasi belajar akan melemahkan kegiatan belajar.
- 3) Konsentrasi belajar
Konsentrasi belajar merupakan kemampuan memusatkan perhatian pada pelajaran. Konsentrasi seringkali terfokus karena beberapa hal, seperti tingkat kecerdasan rendah, kesehatan terganggu, tidak menguasai cara-cara belajar yang baik.
- 4) Rasa percaya diri siswa
Rasa percaya diri timbul dari keinginan mewujudkan diri bertindak dan berhasil. Dari segi perkembangan, rasa percaya diri dapat timbul dan berkat adanya pengakuan dari lingkungan.
- 5) Kebiasaan belajar
Kebiasaan belajar yang baik tentu akan mempengaruhi hasil belajar sesuai dengan apa yang diharapkan.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar siswa adalah faktor intern, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu, dan faktor ekstern yang berasal dari luar diri siswa. Dalam penelitian ini, peneliti utamanya melihat penyebab kesulitan belajar siswa dari faktor intern yang bersifat afektif yaitu berupa sikap atau pengendalian diri, manajemen diri yang kurang baik sehingga perlu penanganan untuk mengurangi kesulitan belajar akademik siswa.

2.2.2 Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik *Self Management*

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007: 97), keefektifan berasal dari kata dasar efektif dapat diartikan sebagai akibat, pengaruh, mujarab, dan dapat

membuahkan hasil. Sementara menurut Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar (2011: 107), keefektifan dapat diartikan sebagai keadaan berpengaruh, hal berkesan, dan hal yang efektif. Dalam penelitian ini, pengaruh yang dilakukan untuk mengurangi kesulitan belajar adalah layanan penguasaan konten dengan teknik *self management*.

2.2.2.1 Pengertian Layanan Penguasaan Konten

Dalam ranah bimbingan dan konseling, layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan kepada individu (baik sendiri-sendiri atau dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan atau kompetensi yang dipelajari tersebut merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, persepsi, afeksi, sikap dan tindakan yang terkait didalamnya. Dengan penguasaan konten, individu diharapkan mampu memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalah yang dialami individu (Prayitno 2012: 89).

Sukirman sebagaimana dikutip oleh Suhesti (2012: 20) menyatakan bahwa: layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan kepada individu untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Sedangkan menurut Sukardi (2008: 46) layanan penguasaan konten disebutkan sebagai berikut:

“Layanan penguasaan konten adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan kecepatan

dan kesulitan belajarnya, serta tuntutan kemampuan yang berguna bagi kehidupan sehari-hari.”

Salahudin (2010: 139) menyatakan bahwa: layanan penguasaan konten yaitu layanan yang membantu siswa menguasai konten tertentu, terutama kompetensi dan atau kebiasaan yang berguna dalam kehidupan di sekolah, keluarga, dan masyarakat. Sedangkan Mugiarto (2006: 61) berpendapat bahwa:

“Layanan penguasaan konten merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan yang penting diselenggarakan di Sekolah yang memungkinkan siswa dapat memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta tuntutan kemampuan yang berguna bagi kehidupan dan perkembangan diri siswa.”

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan penguasaan konten merupakan suatu layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada individu maupun sekelompok guna mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok sehingga individu diharapkan mampu memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalah yang dialami individu erat kaitannya dalam belajar.

2.2.2.2 Tujuan Layanan Penguasaan Konten

Pada setiap pelaksanaan kegiatan pemberian layanan, tujuan merupakan faktor penting dalam mencapai visi dan misi yang diharapkan dari setiap pemberian layanan. Layanan penguasaan konten salah satunya. Tujuan dari layanan penguasaan konten ini adalah guna memahami dan mengembangkan

sikap dan kebiasaan yang baik bagi siswa guna mengurangi kesulitan belajar yang dimilikinya dengan mendapatkan keterampilan baru dalam belajar, memperkuat perilaku yang sudah ada, sehingga individu dapat melatih perilaku yang sudah ada dengan perilaku baru yang baik di Sekolah maupun di Rumah. Adapun tujuan-tujuan lain dari layanan penguasaan konten menurut para ahli, sebagai berikut:

Prayitno (2012: 90) menyebutkan tujuan layanan penguasaan konten terdiri dari dua macam yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum dari layanan penguasaan konten adalah bagi individu atau klien untuk menambah wawasan dan pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara-cara atau kebiasaan tertentu, untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya. Dengan penguasaan konten yang dimaksud itu individu yang bersangkutan lebih mampu menjalani kehidupannya secara efektif (*effective daily living*). Sedangkan tujuan khusus layanan penguasaan konten dapat dilihat pertama dari kepentingan individu atau klien itu sendiri, dan yang kedua dapat dilihat dari isi konten itu sendiri.

Tujuan layanan penguasaan konten diperkuat oleh pendapat Hallen (2005:79) yang menyatakan bahwa: layanan penguasaan konten dimaksudkan untuk memungkinkan peserta didik memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya, serta tuntutan kemampuan yang berguna dalam kehidupan dan perkembangan dirinya.

Prayitno sebagaimana dikutip oleh Tohirin (2007: 159) menjelaskan tujuan layanan penguasaan konten, yaitu agar siswa menguasai aspek-aspek konten (kemampuan atau kompetensi) tertentu secara terintegrasi. Dengan penguasaan konten (kemampuan dan kompetensi) siswa akan bergua untuk menambah wawasan, dan pemahaman, mengarahkan penilaian sikap, menguasai cara-cara tertentu untuk memenuhi kebutuhannya dan menguasai masalah-masalahnya.

Mugiarso (2006: 61) menambahkan tujuan layanan penguasaan konten adalah untuk memungkinkan siswa memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan belajar yang baik, keterampilan dan materi belajar yang cocok dengan kecepatan dan kesulitan belajarnya serta tuntutan kemampuan yang berguna dalam kehidupan dan perkembangan dirinya.

Berdasarkan beberapa tujuan dari layanan penguasaan konten tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan dari layanan penguasaan konten dalam penelitian ini adalah untuk mengembangkan, memahami, dan membelajarkan individu terhadap suatu konten tertentu yang disesuaikan dengan kebutuhan individu guna memenuhi kebutuhan individu serta mengatasi masalah-masalah yang dialami individu. Dalam hal ini, permasalahan yang dialami individu atau siswa adalah kesulitan belajar siswa dalam mencapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal yang telah ditetapkan oleh guru.

2.2.2.3 Fungsi Layanan Penguasaan Konten

Secara umum fungsi layanan penguasaan konten adalah fungsi pemeliharaan dan fungsi pengembangan. Fungsi layanan penguasaan konten pada

dasarnya sama dengan empat fungsi bimbingan. Menurut Prayitno, dan Erman Amti (2014: 90-91) bimbingan dan konseling dilakukan dalam bentuk upaya pemahaman, pencegahan, pengentasan, pengembangan dan pemeliharaan serta advokasi. Setiap bentuk upaya tersebut dalam layanan penguasaan konten mengacu kepada beberapa fungsi bimbingan, yaitu :

- 1) Fungsi pemahaman, menyangkut konten-konten yang isinya merupakan berbagai hal yang perlu dipahami. Dalam hal ini seluruh aspek konten (yaitu fakta, data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, dan bahkan aspek yang menyangkut persepsi, afeksi, sikap, dan tindakan) memerlukan pemahaman yang memadai.
- 2) Fungsi pencegahan, dapat menjadi muatan layanan penguasaan konten apabila kontennya memang terarah kepada terhindarkannya individu yang mengalami permasalahan tertentu.
- 3) Fungsi pengentasan, akan menjadi arah layanan apabila penguasaan konten memang untuk mengatasi masalah yang sedang dialami individu.
- 4) Fungsi pengembangan dan pemeliharaan, pemberian konten tertentu dapat membantu individu dalam megembangkan potensi yang dimilikinya dan memelihara potensi yang telah dikembangkan.
- 5) Fungsi advokasi, pemberian konten yang tepat dan terarah dapat membantu individu membela diri dari ancaman ataupun pelanggaran hak-haknya.
- 6) Fungsi Kekeluargaan, yaitu membantu peserta didik memahami suasana, lembaga, dan obyek kehidupan bekeluarga
- 7) Fungsi Keberagaman, yaitu membantu peserta didik dalam memahami suasana, lembaga, dan obyek keagamaan, sarana ibadah keagamaan, situs, dan peninggalan keagamaan.

Tohirin (2007: 159) mengemukakan bahwa tujuan khusus layanan penguasaan konten terkait dengan fungsi-fungsi konseling adalah sebagai berikut:

- 1) Fungsi pemahaman, guru pembimbing dan peserta didik perlu menekankan aspek-aspek pemahaman dari konten yang menjadi fokus layanan penguasaan konten.
- 2) Fungsi pencegahan dapat menjadi muatan layanan penguasaan konten memang terarah kepada terhindar kannya individu/ atau peserta didik dari mengalami masalah tertentu.
- 3) Fungsi pengentasan akan menjadi arah layanan apabila penguasaan konten memang untuk mengatasi masalah yang sedang dialami klien.

- 4) Fungsi pengembangan dan pemeliharaan, pemberian konten tertentu dapat membantu individu dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya dan memelihara potensi yang telah dikembangkan.

Berdasarkan beberapa fungsi menurut para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa fungsi yang akan digunakan adalah fungsi pemahaman dan fungsi pengembangan. Dari kedua fungsi tersebut diharapkan individu dapat lebih memahami cara-cara kebiasaan belajar yang baik dan mengembangkan cara tersebut dengan harapan individu dapat mengurangi-kesulitan dalam belajarnya.

2.2.2.4 *Komponen Layanan Penguasaan Konten*

Komponen layanan penguasaan konten adalah konselor atau guru pembimbing, peserta didik, dan konten yang akan menjadi isi layanan. Menurut Prayitno (2012: 92-93) komponen layanan penguasaan konten meliputi tiga hal sebagai berikut:

- 1) Konselor

Konselor adalah tenaga ahli pelayanan konseling, penyelenggara layanan penguasaan konten dengan menggunakan berbagai modus dan media layanan.

Guru pembimbing menguasai konten yang menjadi isi layanan penguasaan konten yang diselenggarakannya.

- 2) Individu

Konselor menyelenggarakan layanan penguasaan konten terhadap seorang atau sejumlah individu yang memerlukan penguasaan atas konten yang menjadi

isi layanan, individu adalah subjek yang menerima layanan, sedangkan guru pembimbing adalah pelaksana layanan.

3) Konten

Konten merupakan isi layanan penguasaan konten, yaitu satu unit materi yang menjadi pokok isi bahasan atau materi latihan yang dikembangkan oleh guru pembimbing dan diikuti oleh peserta didik. Prayitno (2012: 93) menambahkan bahwa:

“layanan penguasaan konten dapat diangkat dari bidang-bidang pelayanan konseling, yaitu bidang-bidang: pengembangan kehidupan pribadi, pengembangan kemampuan hubungan sosial, pengembangan kegiatan belajar, pengembangan perencanaan karier, pengembangan kehidupan berkeluarga, pengembangan kehidupan beragama”

Berkenaan dengan semua bidang pelayanan yang dimaksudkan itu dapat diambil dan dikembangkan berbagai hal yang kemudian dikemas menjadi topik atau pokok bahasan, bahan latihan, dan atau isi kegiatan yang diikuti oleh peserta pelayanan. Dalam penelitian ini, konten dalam layanan penguasaan konten adalah dalam bentuk, materi, maupun acuannya. Acuan yang dimaksud itu dapat terkait dengan tugas-tugas perkembangan peserta didik, kegiatan belajar siswa, nilai, moral dan tata krama pergaulan, peraturan dan disiplin sekolah, dan secara khusus permasalahan individu atau klien.

2.2.2.5 Isi Layanan Penguasaan Konten

Isi layanan penguasaan konten meliputi bidang pribadi, belajar, sosial, karier dan keluarga. Pendapat tersebut tentu didukung oleh pendapat beberapa ahli, diantaranya adalah sebagai berikut:

Tohirin (2007: 160) layanan konten yang merupakan isi layanan dapat merupakan satu unit materi yang menjadi pokok bahasan atau materi latihan yang dikembangkan oleh pembimbing atau konselor dan diikuti oleh sejumlah siswa. Isi layanan penguasaan konten dapat mencakup: (1) pengembangan kehidupan pribadi, (2) pengembangan kemampuan hubungan sosial, (3) pengembangan kegiatan belajar, (4) pengembangan dan perencanaan karir, (5) pengembangan kehidupan berkeluarga, (6) pengembangan kehidupan beragama.

Sukardi (2008: 62) menegaskan bahwa isi dari layanan pembelajaran di dalam layanan penguasaan konten meliputi: (1) pengenalan siswa yang mengalami masalah belajar tentang kemampuan, motivasi, sikap, dan kebiasaan belajar, (2) pengembangan motivasi, sikap, dan kebiasaan belajar, (3) pengembangan keterampilan belajar, (4) pengajaran perbaikan, (5) program pengayaan.

Prayitno (2012: 94) menambahkan bahwa asas yang paling diutamakan dalam layanan ini adalah asas kegiatan, dalam arti peserta layanan diharapkan benar-benar aktif mengikuti dan menjalani semua kegiatan yang ada didalam proses layanan. Asas dalam layanan ini dilandasai oleh asas kesukarelaan dan keterbukaan dari peserta layanan dengan ketiga asas tersebut proses layanan akan berjalan lancar dengan keterlibatan penuh peserta layanan. Secara khusus layanan penguasaan konten dapat diselenggarakan terhadap peserta didik tertentu, layanan khusus ini dapat disertai asas kerahasiaan, apabila peserta didik menghendakinya. Dalam hal ini guru pembimbing harus memenuhi dan menepati asas tersebut.

Dari berbagai pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa isi dari layanan penguasaan konten adalah berbagai materi tentang bidang bimbingan konseling yang meliputi bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karir, untuk pemahaman dan pengembangan siswa atau peserta didik. Sementara dalam penelitian ini, bidang garapan peneliti adalah bidang belajar.

2.2.2.6 Pendekatan dan Teknik Layanan Penguasaan Konten

Berikut akan dijelaskan mengenai pendekatan dan teknik layanan penguasaan konten. Adapun pendekatan layanan penguasaan konten, meliputi: (1) high-touch, (2) high-tech. Sedangkan teknik layanan penguasaan konten, meliputi: (1) penyajian, (2) tanya jawab dan diskusi, (3) kegiatan lanjutan. Pendekatan dan teknik tersebut didukung pendapat para ahli, sebagai berikut:

2.2.2.6.1 Pendekatan Layanan Penguasaan Konten

Menurut Prayitno (2012: 96) konselor menegakkan dua nilai proses pembelajaran nilai proses tersebut yaitu: (1) High-touch, yaitu sentuhan-sentuhan tingkat tinggi yang mengenai aspek-aspek kepribadian dan kemanusiaan peserta layanan (terutama aspek-aspek afektif, semangat, sikap, nilai, dan moral), malalui implementasi oleh guru pembimbing: kewibawaan, kasih sayang dan kelembutan, keteladanan, pemberian penguatan, tindakan tegas yang mendidik; (2) High-tech, yaitu teknologi tingkat tinggi untuk menjamin kualitas penguasaan konten, melalui implementasi oleh guru pembimbing: materi pembelajaran, metode pembelajaran, alat bantu pembelajaran, penilaian hasil pembelajaran.

Layanan penguasaan konten pada umumnya diselenggarakan secara langsung (bersifat direktif) dan tatap muka, dengan format klasikal, kelompok, atau individual. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan layanan penguasaan konten dengan format klasikal.

2.2.2.6.2 Teknik Layanan Penguasaan Konten

Teknik layanan penguasaan konten terlebih dahulu harus diawali dengan pemahaman dan penguasaan konten oleh guru pembimbing. Hal ini sesuai dengan pernyataan guru yaitu pertama-tama guru pembimbing menguasai konten dengan berbagai aspeknya yang akan menjadi isi layanan. Makin kuat penguasaan konten ini akan semakin meningkatkan kewibawaan guru pembimbing dimata peserta layanan.

Prayitno (2012: 97-98) setelah konten dikuasai, konselor membawa konten tersebut karena layanan penguasaan konten berbagai teknik dapat digunakan yaitu:

- 1) Penyajian
Yaitu guru pembimbing menyajikan materi pokok konten setelah para peserta disiapkan sebagaimana mestinya.
- 2) Tanya jawab dan diskusi
Yaitu guru pembimbing mendorong partisipasi aktif dan langsung para peserta, untuk memantapkan wawasan dan pemahaman peserta, serta berbagai kaitan dalam segenap aspek-aspek konten.
- 3) Kegiatan lanjutan
Yaitu sesuai dengan penekanan aspek tertentu dari konten dilakukan berbagai kegiatan lanjutan. kegiatan ini dapat berupa: diskusi kelompok, penugasan dan latihan terbatas, survey lapangan, percobaan (termasuk kegiatan laboratorium) dan latihan tindakan (dalam rangka perubahan tingkah laku).

Tohirin (2007: 160-161) layanan penguasaan konten umumnya diselenggarakan secara langsung dan tatap muka melalui format klasikal, kelompok, atau individual. Pembimbing atau konselor secara aktif menyajikan bahan, memberi contoh, merangsang (memotivasi), mendorong dan menggerakkan siswa untuk berpartisipasi secara aktif mengikuti materi dan kegiatan layanan. Kualitas penguasaan konten hanya bisa diwujudkan melalui penyajian materi pembelajaran yang berkualitas, penggunaan atau penetapan metode pembelajaran yang tepat, penggunaan alat bantu yang berkualitas, penciptaan lingkungan pembelajaran yang kondusif, dan penilaian hasil pembelajaran yang tepat.

Dengan demikian, peneliti menggunakan pendekatan dan teknik berupa high-touch, high-tech, dan penyajian, tanya jawab dan diskusi, serta kegiatan lanjutan guna mendukung layanan penguasaan konten yang akan diberikan pada siswa.

2.2.2.7 Pelaksanaan Layanan Penguasaan Konten

Pelaksanaan layanan penguasaan konten melalui beberapa tahap, meliputi perencanaan, persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Hal tersebut didukung oleh pendapat para ahli, sebagai berikut:

Tohirin (2007: 162-163) sebagaimana layanan yang lain, pelaksanaan layanan penguasaan konten juga melalui tahap-tahap sebagai berikut:

- 1) Perencanaan, mencakup (a) menetapkan siswa yang akan dilayani, (b) menetapkan dan menyiapkan konten yang akan dipelajari, (c) menetapkan proses dan langkah-langkah layanan, (d) menetapkan dan menyiapkan fasilitas layanan, (e) menyiapkan kelengkapan administrasi.

- 2) Pelaksanaan, mencakup (a) melaksanakan kegiatan layanan melalui pengorganisasian proses pembelajaran penguasaan konten, (b) mengimplementasikan high touch dan high tech dalam proses pembelajaran.
- 3) Evaluasi, mencakup (a) menetapkan materi evaluasi, (b)menetapkan prosedur evaluasi, (c) menyusun instrument evaluasi, (d) mengaplikasikan instrumen evaluasi, dan (e) mengolah hasil aplikasi instrument.
- 4) Analisis hasil evaluasi, mencakup (a) menetapkan standar evaluasi, (b) melakukan analisis, (c) menafsirkan hasil evaluasi.
- 5) Tindak lanjut, mencakup (a) menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, (b) mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada siswa dan pihak-pihak lain yang terkait, dan (c) melaksanakan rencana tindak lanjut.
- 6) Laporan, mencakup (a) menyusun laporan pelaksanaan layanan penguasaan konten, (b) menyampaikan laporan kepada pihak-pihak terkait, (c) mendokumentasikan laporan layanan

Adapun tahapan pelaksanaan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* yang akan peneliti lakukan dalam penelitian ini adalah (1) Perencanaan, dimana dalam tahap ini peneliti menetapkan dan menyiapkan materi yang akan dipelajari mengenai kesulitan belajar, menyiapkan proses dan langkah-langkah dalam pemberian layanan, dan menyiapkan kelengkapan administrasi, (2) melaksanakan kegiatan layanan melalui pengorganisasian proses pembelajaran layanan penguasaan konten dimana teknik *self management* masuk kedalam tahap inti pemberian layanan penguasaan konten, (3) evaluasi, (4) analisis hasil evaluasi.

2.2.2.8 Konsep Dasar *Self Management*

Self management atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik (Corey, 2009: 519). Sedangkan Gantina (2011: 180) mengemukakan *self management* (pengelolaan

diri) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Sementara Astriyani (2010: 13) menyatakan bahwa:

“*Self management* merupakan suatu kemampuan untuk mengatur berbagai unsur di dalam diri individu seperti pikiran, perasaan, dan perilaku, selain itu *Self management* juga bermanfaat untuk merapikan diri individu seperti pikiran, perasaan, perilaku individu dan juga lingkungan sekitarnya lebih memahami apa yang menjadi prioritas, tidak membedakan dirinya dengan orang lain. Menetapkan tujuan yang ingin dicapai dengan menyusun berbagai cara atau langkah demi mencapai apa yang menjadi harapan dan belajar mengontrol diri untuk merubah pikiran dan perilaku menjadi lebih baik dan efektif.”

Thompson (2003:236) menambahkan bahwa: “*The major difference between self-management and other procedures is that the clients assume major responsibilities for carrying out the program including arranging own their contingencies or reinforcements. To benefit from self-management strategies, clients must use the strategy regularly and consistently.*”

Lebih lengkapnya Gunarsa menambahkan bahwa (2007:223-224) konsep dasar manajemen diri adalah (1) Jika seseorang diberikan peran yang lebih aktif dalam proses perubahan maka akan mudah mencapai tujuan, (2) Dapat digunakan untuk menghadapi suatu permasalahan tertentu, (3) Perubahan yang diperoleh harus benar-benar mantap jika klien menghendaki adanya perubahan.

Dilihat dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *self management* merupakan prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri, memotivasi diri, berusaha memperoleh apa yang ingin dicapai individu tersebut, serta dapat mengembangkan dirinya agar lebih baik. Individu dapat dikatakan telah memiliki kemampuan *Self management* adalah ketika individu dapat mengelola semua unsur dalam diri yang meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah

laku. *Self Management* dalam penelitian ini lebih difokuskan pada *self management* dalam mengurangi kesulitan belajar.

2.2.2.9 Faktor yang Mempengaruhi Self Management

Faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* dalam belajar adalah sebagai berikut: (1) perhatian terhadap waktu, (2) kondisi sosial, (3) tingkat kondisi ekonomi, (4) tingkat pendidikan, (5) kendala lingkungan sekitar (Jawwad 2007: 25-36)

- 1) Perhatian Terhadap Waktu
Kemampuan *self management* dalam belajar juga dipengaruhi oleh waktu dengan tujuan agar segala yang ingin dikerjakan dapat berjalan secara teratur dan lancar seperti yang diinginkan (Jawwad, 2007: 25). Apabila kita dapat mengatur waktu dengan baik, maka kita akan memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik.
- 2) Kondisi Sosial
Apabila kondisi sosial seseorang baik, tentunya dia bisa memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik (Jawwad, 2007: 28). Karena dengan hubungan yang baik dengan sesama dan tidak membedakan antara yang satu dengan yang lainnya akan mendukung pada pembentukan *self management* dalam belajar. Apabila kondisi lingkungan sosial seseorang sehat, kodusif pastinya *self management* dalam belajar akan berkembang sehingga hubungan sosial dengan sesama juga akan serasi.
- 3) Tingkat Kondisi Ekonomi
Menurut Jawwad (2007: 31) menyatakan bahwa *self management* dalam belajar juga dipengaruhi kondisi ekonomi individu. Jika individu dapat mengatur segala keperluannya, mengutamakan suatu hal yang lebih penting, maka individu akan mampu menuntaskan berbagai urusannya yang berkenaan dengan belajarnya dan dapat memenuhi segala kebutuhannya demi mencapai tujuan yang ingin diraihinya.
- 4) Tingkat Pendidikan
Menurut Jawwad (2007: 33) mengemukakan bahwa tingkat pendidikan juga mempengaruhi pemahaman seseorang pada pentingnya *self management* dalam belajar bahwa dengan adanya kemampuan *self management* dalam belajar yang baik, dia bisa melalui proses pendidikannya dengan baik.
- 5) Kendala Lingkungan Sekitar
Menurut Jawwad (2007: 35). Lingkungan juga menjadi faktor terbentuknya *self management* dalam belajar. Seperti terbentuknya pola pikir, perbuatan dan pengalaman yang terbentuk dari lingkungan yang di tempati. Segala pola

pikir maupun perbuatan yang muncul akan menentukan bagaimana kemampuan *self management* dalam belajar terbentuk.

Dalam penelitian ini faktor yang mempengaruhi *self management* dalam belajar adalah perhatian terhadap waktu dan kondisi lingkungan sekitar yang memunculkan kemampuan *self management* terbentuk. Sehingga perlu adanya solusi atau pengentasan masalah guna mengurangi kesulitan belajar yang dialami oleh siswa.

2.2.2.10 Relevansi Teknik Self Management

Menurut Kanfer dan Philips (dalam Gunarsa, 2007:223) ada dua kategori masalah yang dapat ditangani dengan teknik self management adalah (1) Klien terlibat dalam pola perilaku yang merusak diri sendiri, (2) Klien sedikit memperlihatkan perilaku yang sesuai.

Sedangkan menurut Sukadji (dalam Gantina, 2011:180), masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik self management diantaranya adalah:

- 1) Perilaku yang tidak berkaitan dengan oranglain tetapi mengganggu oranglain dan diri sendiri
- 2) Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari oranglain menjadi kurang efektif
- 3) Perilaku sasaran bentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri
- 4) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli.

Dalam penerapan teknik self management yang akan peneliti lakukan, tanggung jawab keberhasilan konseli ada di tangan konseli. Konselor berperan

sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli Sukadji sebagaimana dikutip oleh Gantina (2011:181). Dalam penelitian ini khususnya, program dan motivasi yang akan diberikan konselor saat pelaksanaannya adalah guna untuk mengurangi kesulitan belajar siswa.

2.2.2.11 Tujuan Teknik Self Management

Tujuan teknik *self management* adalah untuk memberdayakan klien untuk dapat menguasai dan mengelola perilaku mereka sendiri. Dengan adanya pengelolaan pikiran, perasaan dan perbuatan akan mendorong pada pengurangan terhadap hal-hal yang tidak baik, dalam hal ini seperti hal-hal yang berhubungan dengan kesulitan belajar siswa untuk peningkatan hal-hal yang baik dan benar. (Ratna, 2013:59)

Tujuan dari pengelolaan diri yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik pengelolaan diri (*self management*).

Dalam proses pemberian layanan, konselor dan siswa bersama-sama menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor dalam memberikan layanan klasikal mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuan, dalam hal ini adalah mengurangi kesulitan belajar akademik, sebaliknya siswapun harus aktif dalam pemberian layanan klasikal.

Dalam penelitian ini, pemberian materi layanan dan teknik *self management* diberikan kepada siswa secara klasikal pada tahap inti layanan. Setelah layanan

klasikal berakhir, diharapkan siswa dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan; dapat menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan; dapat mempertahankan keterampilannya, serta perubahan menetap guna mengurangi kesulitan belajar akademik yang dimilikinya.

2.2.2.12 Manfaat Teknik *Self Management*

Sukadji sebagaimana dikutip oleh Komalasari (2011:181) menjelaskan bahwa dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*self management*), tanggung jawab keberhasilan pemberian layanan ada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli. Menurut Ratna (2013:59) manfaat dari teknik *self management*, diantaranya meliputi:

- 1) Membantu individu untuk dapat mengelola diri, baik pikiran, perasaan, dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal
- 2) Dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas kontrol dari orang lain
- 3) Dengan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada individu, maka akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan lebih tahan lama
- 4) Individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah mereka

Dalam penelitian ini, manfaat dari teknik *self management* adalah dengan menerapkan pengelolaan diri dan tanggung jawab diri yang baik, diharapkan siswa mampu mememanajemen dirinya lebih baik lagi. Sehingga diharapkan dengan diberikannya teknik *self management* ini siswa mampu mengurangi kesulitan dalam belajarnya.

2.2.2.13 *Prosedur Teknik Self Management*

Perbedaan utama antara teknik manajemen diri dan teknik lainnya adalah bahwa klien mengasumsikan tanggung jawab utama untuk mengatur dan melaksanakan program dengan tujuan klien mendapatkan manfaat dari strategi manajemen diri. (Ratna, 2013:60).

Menurut Resminingsih&Astuti (2001:12, dalam Ratna 2013:61) kesuksesan seseorang sangat ditentukan untuk kemampuannya dalam mengelola dirinya secara efektif. Tahap manajemen diri adalah (1) Membuat perencanaan diri, yaitu merencanakan perilaku apa yang akan dirubah menjadi lebih baik, (2) Mengorganisasi diri, yaitu mampu mengorganisasi perubahan tingkah-lakunya menjadi lebih baik, (3) Mengevaluasi diri, yaitu mengatur strategi atau rencana baru untuk mempertahankan perilaku yang sesuai. Sementara menurut Gantina (2011:182), pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah berikut:

- 1) Tahap monitor diri atau observasi diri
Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatat dengan teliti
- 2) Tahap evaluasi
Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektifitas dan efisiensi program
- 3) Tahap penguatan, penghapusan, atau hukuman dirinya sendiri
Pada tahap ini konseli mengatur memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri sendiri

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan tahap *self management* dalam penelitian ini meliputi: tahap perencanaan, tahap pengorganisasian diri dan tahap evaluasi. Ketiga tahap tersebut harus dilalui bagi setiap siswa dengan tujuan siswa

dapat memiliki kemampuan *self management* dalam belajar yang baik guna mengurangi kesulitan belajarnya.

2.2.3 Keefektifan Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kesulitan Belajar

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007: 97), keefektifan berasal dari kata dasar efektif dapat diartikan sebagai akibat, pengaruh, mujarab, dan dapat membuahkan hasil. Sementara menurut Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar (2011: 107), keefektifan dapat diartikan sebagai keadaan berpengaruh, hal berkesan, dan hal yang efektif.

Belajar merupakan suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Untuk mendapatkan sesuatu seseorang harus melakukan usaha agar apa yang di inginkan dapat tercapai. Usaha tersebut dapat berupa kerja mandiri maupun kelompok dalam suatu interaksi (Slameto, 2003: 13).

Belajar merupakan hal terpenting yang harus dilakukan peserta didik untuk menghadapi perubahan lingkungan yang senantiasa berubah setiap waktu. Belajar menjadi sarana dalam proses kehidupan peserta didik untuk berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap.

Tidak dipungkiri bahwa dalam belajar tentu terkadang peserta didik mengalami hambatan didalamnya, seperti kesulitan dalam belajar. Kesulitan belajar atau *learning difficulty* adalah suatu kesulitan yang membuat individu

bersangkutan sulit untuk melakukan kegiatan belajar secara efektif (Jamaris, 2013:3).

Kesulitan belajar tidak berhubungan langsung dengan tingkat intelegensi dari individu yang mengalami kesulitan, namun individu tersebut mengalami kesulitan dalam menguasai keterampilan belajar dan dalam melaksanakan tugas-tugas spesifik yang dibutuhkan dalam belajar (Jamaris, 2013:4)

Adapun faktor yang menyebabkan siswa berkesulitan dalam belajar, yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern yakni hal-hal atau keadaan-keadaan yang muncul dalam diri siswa sendiri. Sementara faktor ekstern merupakan hal-hal atau keadaan yang datang dari luar diri siswa (Syah, 2002: 172).

Sementara akibat jika kesulitan belajar siswa tidak segera ditangani adalah siswa mengalami permasalahan dalam menerima pelajaran. Seperti kurangnya konsentrasi dalam belajar, rendanya motivasi dalam belajar, dan hasil belajar siswa menjadi menurun atau bahkan rendah.

Bagi peserta didik yang mengalami kesulitan belajar tidak hanya dibantu dalam memperoleh keterampilan belajar, tetapi juga dibantu memahami dirinya, serta mengarahkannya agar terdapat perkembangan yang harmonis dan optimal. Peserta didik memerlukan bantuan untuk meningkatkan perasaan kebahagiaan dirinya serta mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap lingkungannya (Hadi Pranoto sebagaimana dikutip dalam Mortensen, D.G &A.M. Schmuller, 1996).

Menurut Burton sebagaimana dikutip dalam Mukmin (2012: 307-308), seorang siswa dapat dipandang atau dapat diduga mengalami kesulitan belajar

kalau yang bersangkutan menunjukkan kegagalan (*failure*) tertentu dalam mencapai tujuan-tujuan belajarnya. Kegagalan belajar didefinisikan salah satunya adalah siswa dikatakan gagal dalam belajarnya apabila dalam batas waktu tertentu yang bersangkutan tidak mencapai ukuran tingkat keberhasilan atau tingkat penguasaan (*level of mastery*) minimal, seperti yang telah ditetapkan oleh orang dewasa atau guru (*criterion referenced*).

Tugas utama peserta didik di sekolah adalah belajar, karena dengan belajar peserta didik akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat mengurangi kesulitan belajar, tentu peserta didik harus memiliki kemampuan *Self management* yang baik, dimana setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik, seperti dalam hal belajar.

Self management dalam belajar merupakan suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana peserta didik mengarahkan perubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar. Dengan kata lain *self management* dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengatur perilakunya sendiri, mengelola potensi diri dan lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar.

Teknik Pengelolaan Diri (*Self Management*) pada dasarnya merupakan prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan perbuatan yang baik dan benar. Sukadji sebagaimana dikutip oleh Gantina (2011:180).

Dembo (2004: 8-10) lebih lanjut menambahkan bahwa keterbatasan manajemen diri dalam belajar terjadi pada saat peserta didik memiliki kesulitan belajar yang serius, kemampuan yang buruk, atau mengalami pendidikan yang kurang memadai karena faktor luar dari diri. Sedangkan faktor yang mempengaruhi ialah (1) bertahan dengan keyakinan yang salah tentang kemampuan, belajar, dan motivasi yang dimiliki, (2) tidak menyadari perilaku belajar yang tidak efektif, (3) gagal mempertahankan kemampuan dalam belajar efektif, dan (4) tidak siap dalam mempelajari perilaku belajar efektif. Hal tersebut selaras dengan fenomena yang peneliti temukan pada siswa kelas VA Sekolah Dasar dan menjadi kesenjangan antara apa yang terjadi dengan apa yang seharusnya terjadi.

Menurut Hurlock (2002:173), daya konsentrasi anak tumbuh pada kelas kelas besar SD, yaitu usia 9-12 tahun. Mereka dapat meluangkan lebih banyak waktu untuk tugas tugas pilihan mereka, dan seringkali mereka dengan senang hati menyelesaikannya. Tahap ini juga termasuk tumbuhnya tindakan mandiri, kerjasama dengan kelompok dan bertindak menurut cara cara yang dapat diterima lingkungan mereka. Namun pada kenyataannya, daya konsentrasi pada tahap ini mengalami gangguan, sehingga berdampak pada kesulitan belajar yang dialami anak atau peserta didik. Anak atau peserta didik kurang dapat memanajemen waktunya dengan baik dan sulit menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab diri.

Selaras dengan fenomena yang peneliti temukan pada siswa kelas VA Sekolah Dasar. Berdasarkan hasil pengisian Daftar Cek Masalah (DCM) pada

siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang berjumlah 38 siswa, peneliti menemukan bahwa dalam bidang belajar, siswa memiliki drajat permasalahan tertinggi atau E pada point pernyataan “Saya kesulitan dalam beberapa mata pelajaran” sebesar 81,3% ; hal ini dilengkapi hasil wawancara dengan wali kelas VA, yaitu Ibu Fifi yang menambahkan bahwa siswa mengalami kesulitan dalam belajar, terkadang ketika beliau menerangkan, anak-anak ketika ditanyakan tentang pemahaman materi, anak-anak menjawab sudah memahami. Namun ketika diberikan soal pengayaan, anak-anak cenderung ingin cepat selesai dalam mengerjakan soal, namun jawaban hampir keseluruhan salah atau kurang tepat sehingga berdampak pada nilai harian dan nilai ulangan yang tidak sesuai dengan harapan guru. Ditambah dengan observasi pengamatan di kelas, dimana dapat diketahui bahwa peserta didik mengobrol saat pelajaran berlangsung, menjaili temannya saat pelajaran berlangsung, dan mencoret-coret saat pelajaran berlangsung. Dengan kata lain, hal tersebut menunjukkan bahwa *self management* peserta didik kurang dan mengakibatkan peserta didik mengalami kesulitan belajar.

Permasalahan *self management* dalam belajar tentu tidak serta merta menjadi tanggung jawab guru bidang studi saja, tetapi menjadi tanggung jawab guru pembimbing sekolah yaitu guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah. Hal tersebut tentu senada dengan salah satu tujuan bimbingan dan konseling dimana konselor membantu individu untuk menjadi pribadi yang dapat mengatur dan mengelola diri dengan baik yang meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah laku untuk mencapai keberhasilan dalam belajar.

Layanan penguasaan konten merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling. Layanan penguasaan konten merupakan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan atau kompetensi yang dimaksud dalam layanan penguasaan konten merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, persepsi, afeksi, sikap dan tindakan yang terkait didalamnya (Prayitno, 2004:2).

Dalam layanan penguasaan konten, peserta didik diarahkan mengikuti kegiatan belajar yang lebih menarik. Penggunaan layanan ini bertujuan untuk dapat mengurangi kesulitan belajar siswa dengan diberikannya pemahaman dan keterampilan-keterampilan baru dalam belajar sehingga peserta didik dapat memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan yang baik dalam belajar.

Dalam hal ini, konten yang akan diangkat meliputi pengenalan dan pengembangan, motivasi, sikap dan kebiasaan yang baik. Sehingga dengan pemberian layanan penguasaan konten sebagai stimulus, peserta didik dipacu untuk memahami, mempelajari, dan mengembangkan dirinya.

Dengan layanan penguasaan konten diharapkan dapat mendorong pengembangan perasaan, pikiran, wawasan, persepsi, kreativitas, keaktifan, dan sikap untuk membantu mengurangi kesulitan siswa dalam belajar. Dengan demikian siswa diharapkan dapat mengurangi kesulitannya dan siswa dapat memiliki sikap yang lebih baik serta keterampilan-keterampilan baru dalam mengembangkan cara dan kebiasaan belajar yang baik.

Layanan penguasaan konten dengan teknik *Self management* dipilih karena tujuan dari layanan dan teknik ini selaras untuk memahami dan mengembangkan sikap dan kebiasaan yang baik bagi siswa untuk mengurangi kesulitan-kesulitan belajar akademik di sekolah dengan memberikan keterampilan-keterampilan baru dalam belajar, memperkuat perilaku yang sudah ada menjadi lebih baik. Dalam pelaksanaannya, peserta didik akan diberikan layanan secara klasikal dengan teknik *Self Management*, meliputi cara menerapkan gaya belajar, cara manajemen waktu belajar, cara mengikuti pelajaran dikelas, dan cara menghadapi tes semesteran.

Dengan demikian dapat diasumsikan bahwa melalui layanan penguasaan konten dengan teknik *Self management* efektif dalam mengurangi kesulitan belajar yang dialami siswa dengan memberikan pemahaman tentang belajar yang baik, bagaimana mengurangi kesulitan belajar dengan membentuk sikap dan kebiasaan belajar yang baik dan pemberian materi-materi penguasaan konten dalam strategi mengurangi kesulitan belajar peserta didik. Sehingga diharapkan mampu memenuhi kebutuhan peserta didik, serta mengatasi kesulitan-kesulitan belajar yang dialami peserta didik.

2.3 Kerangka Berpikir

Adapun kerangka berpikir dalam penyusunan skripsi ini, berikut bagannya:



Gambar 2.2 Kerangka berpikir keefektifan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa.

2.4 Hipotesis

Hipotesis Penelitian ini menggunakan hipotesis asosiatif, dimana hipotesis alternatif (H_a) adalah layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* efektif mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang. Sedangkan hipotesis nol (H_0) adalah layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* tidak efektif untuk mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini, hipotesis alternatif (H_a) yang akan diterima apabila hasil uji t-test menunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ hal ini berarti layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* efektif dalam mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang. Sedangkan jika hipotesis nol (H_0) yang diterima apabila $t_{hitung} < t_{tabel}$ adalah layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* tidak efektif dalam mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang keefektifan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang sebelum diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* adalah termasuk kategori sedang yaitu dengan rata-rata 58,32%.
2. Kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang setelah diberikan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* adalah termasuk kategori rendah yaitu dengan rata-rata 77,37%.
3. Berdasarkan hasil penelitian terdapat penurunan tingkat kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang. Dengan demikian layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* efektif untuk menurunkan kesulitan belajar pada siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang keefektifan layanan penguasaan konten dengan teknik *self management* untuk mengurangi kesulitan belajar siswa kelas VA SD Negeri Bendan Ngisor Semarang, dapat diambil saran bahwa:

1. Guru di sekolah merupakan guru kelas, hendaknya lebih memotivasi siswa dalam meningkatkan semangat dalam belajarnya guna mengurangi kesulitan belajar siswa
2. Layanan penguasaan konten dapat dijadikan alternatif untuk mengurangi kesulitan belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, M. 2003. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: RinekaCipta.
- Ahmadi, A dan Supriyono, W. 2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alwi, Hasan. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2005. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Meity Taqdir Qodratillah, dkk. 2011. *Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar*. Rawamangun: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Corey, Gerald. 2009. *Theory And Practice of Counseling And Psychotherapy*. Belmont: Thomson Brooks-Cole.
- Dalyono, M. 2005. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Proses Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: PT Rineka Cipta Jakarta.
- Erickson, Amy Gaumer. 2014. *The Relationship Among Self-Determination, Self-Concept, and Academic Achievement for Students With Learning Disabillities*. *Jurnal Academic Learning*, 47(5): 462-474.
- Hallen. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Ciputat. PT. Ciputat Press.
- Hurlock, E. B. 2002. *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta : Erlangga.
- Indryaningsih, Ni Luh Putu. 2014. *Penerapan Teori Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII B4 SMP Negeri 4 Singaraja*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1): 3.
- Jamaris, Martini. 2013. *Kesulitan Belajar*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Jawwad, Ahmad Abdul. 2007. *Manajemen Diri*. Bandung: Savei Generation.
- Komalasari, dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.

- Makmun, Abin S. 2007. *Psikologi Kependidikan (Perangkat Sistem Pengajaran Modul)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Marwi, Trio Isnansyah. 2012. Penggunaan Strategi Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Mengurangi Tingkat Kemalasan Belajar Pada Siswa Kelas VIII E MTs AL Rosyid Dander Bojonegoro. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*, 13(1): 1.
- Mugiarso, H. 2009. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang : UPT MKU UNNES
- Mulyadi. 2008. *Diagnosis Kesulitan Belajar*. Yogyakarta: Nuha Litera.
- Prayitno. 2004. *Layanan Penguasaan Konten*. Padang : Universitas Negeri Padang Press
- Purwanti, Isti Yuni. 2009. *Layanan Bimbingan Belajar Dalam Mengurangi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Penelitian Universitas Negeri Yogyakarta*. Tersedia di <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/penelitian/Isti%20Yuni%20Purwanti,%20M.Pd./layanan%20bimbingan%20belajar%20untuk%20SD.pdf> [diakses 20-03-2016].
- Ratna, Lilis. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sitopu, Novita Uli. 2012. *Pengaruh Layanan Penguasaan Konten (Pembelajaran) Dalam Mengurangi Masalah Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kotaraih Kabupaten Serdang Begadai Tahun Ajaran 2011/2012*. Skripsi. Medan: Universitas Negeri Medan.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2013. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suhesti, E. E. 2012. *Bagaimana Konselor Sekolah Bersikap?*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sutoyo, A. 2009. *Pemahaman Individu*. Semarang: CV. Widya Karya.
- Tohirin. 2008. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT Raja grafindo Persada.
- Triyanto, Agus. 2011. *Kesulitan Belajar Pada Peserta Didik*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pengabdian/agus-triyanto-mpd/02-kesulitan-belajar-anak-sekolah-dasar.pdf> (diakses pada 16 maret 2016, pukul 02.33 WIB)

Thompson, Rosemary A. 2003. *Counseling Technique*. Newyork: Routledge Taylor&Francis Group.

