

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF – REGULATED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN BELAJAR SISWA KELAS X SMK SINAR HUSNI
MEDAN TAHUN AJARAN 2025–2026**

SKRIPSI

*Diajukan Guna Melengkapi Tugas – tugas dan Memenuhi Syarat – syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh :

INGGIT DWI NINGSIH
NPM 2202080027



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

MEDAN

2026



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa di bawah ini:

Nama : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026

Sudah layak disidangkan.

Medan, 03 Maret 2026

Disetujui Oleh:
Pembimbing

Sri Ngavomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi

Diketahui Oleh:

Dekan

Dra. Hj. Svamsuturnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Unggul | Cerdas | Te



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. KaptenMukhtarBasri No.3 Telp. (061)6619056 Medan 20238
Website - <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Lengkap : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 - 2026

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Skripsi	Paraf
13/01-2026	Revisi Bab I : Rumusan dan Tujuan Masalah	UF
21/01-2026	Perbaiki RPL	UF
26/01-2026	Perbaiki Analisis Hipotesis	UF
9/02-2026	Perbaiki Narasi Pada Uji Hipotesis	UF
13/02-2026	Perbaiki Pembahasan Hasil Penelitian	UF
20/02-2026	Perbaiki mapi Interval	UF
28/02-2026	Perbaiki dan uji pada sidang skripsi	UF


Medan, 03 Maret 2026

Diketahui Oleh,
Ketua Prodi


M. Fauzi Haybuan, S.Pd., M.Pd

Cerdas | Tei

Dosen Pembimbing


Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. KaptenMukhtarBasri No.3 Telp. (061)6619056 Medan 20238
Website <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self - Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 - 2026

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self - Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 - 2026" Adalah benar bersifat Asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Medan, 09 Maret 2026

Hormat saya
Yang Membuat Pernyataan,

Unggul | Cerdas | Te



Inggit Dwi Ningsih

NPM. 2202080027

ABSTRAK

Inggit Dwi Ningsih, NPM. 2202080027. **Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self – Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026. Skripsi**, Medan : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya tingkat kemandirian belajar siswa kelas X SMK Sinar Husni Medan yang ditunjukkan melalui kurangnya inisiatif dalam belajar, ketergantungan terhadap guru ataupun teman, serta kurangnya kemampuan mengelola waktu dan tanggung jawab akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan *Quasi Experimental Design* serta desain *Pretest – Posttest Control Group*. Subjek penelitian berjumlah 14 siswa yang terdiri dari 7 siswa kelompok eksperimen dan 7 siswa kelompok kontrol. Pemilihan sampel dilakukan melalui teknik *purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket kemandirian belajar dengan skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menguji perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan pada masing – masing kelompok, serta uji *Kolmogorov – Smirnov Two Independent Samples* untuk menguji perbedaan antar kelompok. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi pada kelompok eksperimen sebesar 0.018 (< 0.05) dengan rata – rata skor posttest mencapai 94,57 (kategori sangat tinggi). Sementara itu, kelompok kontrol menunjukkan peningkatan yang tidak seefektif kelompok eksperimen dengan rata – rata skor 72,14 (kategori sedang). Hasil uji perbedaan antar kelompok menunjukkan nilai signifikansi 0,012 ($< 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan keefektifan yang signifikan antara kedua kelompok. Berdasarkan hasil tersebut, dapat dilihat bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa dibandingkan dengan layanan bimbingan kelompok konvensional.

Kata Kunci : Bimbingan Kelompok, *Self Regulated Learning*, Kemandirian Belajar

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Self – Regulated Learning* untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026**".

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, serta memberikan manfaat praktis bagi guru BK, khususnya dalam upaya meningkatkan kemandirian belajar siswa.

Pada kesempatan ini, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, hidayah dan kekuatan yang telah diberikan. Atas izin – Nya, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa keberhasilannya tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan setinggi – tingginya kepada :

1. Bapak **Prof. Dr. Agussani, M.AP**, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Ibu **Dra. Hj Syamsuyurnita, M.Pd**, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

3. Ibu **Dr. Dewi Kesuma Nasution, S.S., M.Hum**, Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak **Dr. Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum**, Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak **M.Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd**, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara atas bimbingan, dukungan, kesempatan, dan kepercayaan yang telah diberikan kepada saya selama menempuh perkuliahan sampai dengan penyusunan skripsi ini. Semoga segala kontribusi dan dedikasi yang telah diberikan mendapatkan balasan yang setimpal dan membawa manfaat bagi kemajuan Program Studi ke depannya.
6. Ibu **Dr. Sri Ngayomi Yudha Wastuti S.Psi., M.Psi. Psikolog**, selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara sekaligus Dosen Pembimbing skripsi saya yang dengan penuh kesabaran, ketulusan dan perhatian telah membimbing, mengarahkan, serta memberikan dukungan kepada saya hingga akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan. Setiap nasihat, dorongan, dan waktu yang telah diberikan menjadi bekal berharga bagi saya, tidak hanya dalam penyusunan skripsi ini, tetapi juga dalam proses pembelajaran dan pengembangan diri ke depannya.
7. **Bapak dan Ibu Dosen dan seluruh staf biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan** yang telah memberikan saran, bimbingan, bantuan, dan ilmu pengetahuan selama saya mengikuti perkuliahan.
8. Bapak dan Ibu Guru SMK Sinar Husni Medan, terkhusus Bapak **Lambok Nainggolan, S.Pd**, selaku Kepala Sekolah dan Bapak **Ridho Vianda, S.Pd., Gr** selaku Guru BK di SMK Sinar Husni Medan yang telah membantu saya dalam melaksanakan penelitian di sekolah.

9. **Pintu surgaku**, separuh nyawaku. Doa yang tak pernah terputus, kasih sayang yang tulus, serta dukungan moral dan material yang senantiasa diberikan menjadi kekuatan terbesar bagi saya dalam menempuh perjalanan perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini. Setiap pengorbanan, kesabaran, dan kepercayaan yang diberikan menjadi penyemangat saat langkah terasa berat. Karya ini adalah bagian kecil dari bukti cinta dan rasa terima kasih saya kepada mama yang selalu menjadi rumah untuk pulang dan tempat menguatkan diri.
10. **Cinta pertama dan panutanku**. Kerja keras, keteguhan, dan nasihat yang ayah berikan menjadi sumber motivasi bagi saya selama menempuh pendidikan. Dukungan moral dan material serta doa yang selalu menyertai langkah saya menjadi dasar utama dalam keberhasilan ini. Gelar ini bukan hanya milik saya, tetapi juga hasil dari perjuangan dan cinta ayah yang selalu menjadi kekuatan terbesar dalam hidup saya. Semoga pencapaian ini bisa menjadi kebanggaan kecil untuk ayah.
11. Teruntuk saudara kandung saya, abangda **Eko Syahbani Pratama, A.Md.Kom**. Terima kasih atas segala doa, usaha dan support yang telah diberikan kepada saya dalam proses pembuatan skripsi ini.
12. Untuk sahabat saya, terkhusus **Ulfi, Nabila, Yuan, Roni dan Ronggo**. Terima kasih saya sampaikan kepada sahabat – sahabat sejak masa SMP yang hingga kini masih setia menemani perjalanan saya. Dukungan, perhatian, dan kehadiran kalian, baik secara langsung maupun dari kejauhan selalu memberi kekuatan dan semangat baru bagi saya. Terima kasih telah tumbuh bersama, bertahan, dan selalu menjadi rumah kedua dalam bentuk yang berbeda.
13. Teruntuk teman seperjuangan saya yaitu **Vemila, Aprilia, Laila, Wardana, Nadia**, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan senantiasa saling menguatkan di setiap proses yang kita lalui. Terkhusus **Vemila, Aprilia dan Laila**, teman selama pelaksanaan PPK ORMAWA HMJ BK, terima kasih telah menjadi tempat berbagi, pendengar keluh

kesah disaat lelah, dan sosok yang selalu ada menemani saya hingga akhir perjalanan perkuliahan ini.

14. Teruntuk sahabat ku **Vemila**, terimakasih telah menjadi sahabat yang selalu hadir dan menemani perjalanan penulis sejak awal perkuliahan hingga sampai pada tahap penyelesaian skripsi ini. Banyak momen yang telah kita lalui bersama hingga melewati berbagai proses yang tidak selalu mudah. Terimakasih karena telah menjadi bagian dari cerita selama perkuliahan hingga akhirnya kita bisa sampai di titik ini, berjuang untuk menyelesaikan pendidikan dan meraih gelar sarjana. Semoga persahabatan ini selalu terjaga dengan baik dan semoga langkah kita ke depan dipenuhi dengan keberhasilan dan kebahagiaan.
15. Untuk teman – teman **HMJ BK FKIP UMSU**, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan semangat kekeluargaan yang saling menguatkan selama proses berorganisasi. Serta untuk teman – teman **Stambuk 2022**, terimakasih.
16. *Last but not Least, I wanna thank to my self*. Terima kasih kepada satu sosok gadis bungsu yang selama ini diam – diam berjuang tanpa henti, seorang perempuan sederhana dengan hati kecil tetapi dengan impian besar. Terimakasih sudah kuat dan mampu bertahan di setiap proses, meski langkah sering tertatih dan lelah tak selalu terlihat. Aku berdoa semoga langkah kecilmu selalu diperkuat, dikelilingi orang – orang baik dan hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab. Aamiin.
Never Give Up.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Penulis

Inggit Dwi Ningsih
NPM. 2202080027

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	6
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kerangka Teoritis	9
2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok	9
2.1.1.1 Pengertian Bimbingan Kelompok.....	9
2.1.1.2 Tujuan dan Fungsi Bimbingan Kelompok.....	11
2.1.1.3 Tahap –tahap Bimbingan Kelompok	12
2.1.1.4 Asas – asas Bimbingan Kelompok	15
2.1.1.5 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self – Regulated Learning	16
2.1.2 Teknik Self Regulated Learning (SRL)	17
2.1.2.1 Pengertian Teknik Regulated Learning (SRL)	17
2.1.2.2 Aspek – aspek Teknik Self Regulated Learning (SRL).....	19
2.1.2.3 Langkah – Langkah Teknik Self – Regulated Learning (SRL) ..	20
2.1.2.4 Kelebihan Teknik Self – Regulated Learning (SRL).....	21
2.1.2.5 Kelemahan Teknik Self – Regulated Learning (SRL).....	21
2.1.3 Kemandirian Belajar.....	22
2.1.3.1 Pengertian Kemandirian Belajar	22

2.1.3.2 Indikator Kemandirian Belajar	23
2.1.3.3 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Belajar	25
2.2 Penelitian yang Relevan	26
2.3 Kerangka Konseptual.....	29
2.4 Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Pendekatan Penelitian.....	32
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	33
3.2.1 Lokasi Penelitian	33
3.2.2 Waktu Penelitian	33
3.3 Populasi dan Sampel.....	34
3.3.1 Populasi	34
3.3.2 Sampel.....	35
3.4 Variabel dan Definisi Operasional.....	35
3.4.1 Variabel Penelitian	35
3.4.2 Definisi Operasional.....	36
3.4.2.1 Variabel (X) : Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self – Regulated Learning	36
3.4.2.2 Variabel (Y) : Kemandirian Belajar.....	37
3.4.3 Metode Penelitian.....	38
3.4.4 Desain Penelitian.....	38
3.5 Instrumen Penelitian	39
3.5.1 Observasi	40
3.5.2 Angket.....	40
3.5.3 Uji Validitas.....	42
3.5.4 Uji Reliabilitas	45
3.6 Teknik Analisis Data	46
3.6.1 Deskripsi Data	46
3.6.2 Uji Hipotesis.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	49
4.2 Kecenderungan Variabel Penelitian	50

4.2.1 Analisis Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Eksperimen	50
4.2.2 Analisis Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Kontrol..	52
4.2.3 Analisis Perbandingan Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	54
4.3 Pengujian Hipotesis	55
4.3.1 Pengujian Hipotesis Pertama	56
4.3.2 Pengujian Hipotesis Kedua	58
4.3.3 Pengujian Hipotesis Ketiga.....	59
4.4 Pembahasan dan Diskusi Hasil Penelitian.....	61
4.4.1 Adanya Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Eksperimen	61
4.4.2 Adanya Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Kontrol.....	62
4.4.3 Adanya Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
5.1 Kesimpulan.....	65
5.2 Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN-LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rencana Jadwal Penelitian.....	33
Tabel 3. 2 Populasi Penelitian.....	34
Tabel 3. 3 Sampel Penelitian.....	35
Tabel 3. 4 Desain Penelitian.....	38
Tabel 3. 5 Skala Likert	41
Tabel 3. 6 Kisi – kisi Angket Kemandirian Belajar	41
Tabel 3. 7 Uji Validitas	43
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas	45
Tabel 3. 9 Kategori Kemandirian Belajar	47
Tabel 4. 1 Skor Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen	50
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Pada Kelompok Eksperimen (Pretest dan Posttest)	51
Tabel 4. 3 Skor Pretest dan Posttest Pada Kelompok Kontrol.....	52
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Pada Kelompok Kontrol (Pre – test dan Post – test).....	53
Tabel 4. 5 Skor Pretest Kemandirian Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	54
Tabel 4. 6 Skor Posttest Kemandirian Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	54
Tabel 4. 7 Hasil Analisis Wilcoxon Signed Rank Test Output Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa antara Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen	56
Tabel 4. 8 Arah Perbedaan Pretest dan Posttest Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Eksperimen	57
Tabel 4. 9 Hasil Analisis Wilcoxon Signed Ranks Test Output Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa antara Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol	58
Tabel 4. 10 Arah Perbedaan Pretest dan Posttest tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Kontrol.....	59
Tabel 4. 11 Hasil Analisis Kolmogorov – Smirnov Two Independent Samples terhadap Kemandirian Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	30
Gambar 3. 1 Rumus Product Moment.....	42
Gambar 3. 2 Rumus Alpha Cronbach	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan	73
Lampiran 2 Instrumen Penelitian	89
Lampiran 3 Data Tabulasi Uji Validitas Instrumen	93
Lampiran 4 Tabulasi Hasil Pretest dan Posttest	94
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian	96
Lampiran 6 K-1	97
Lampiran 7 K-2	98
Lampiran 8 K-3	99
Lampiran 9 Berita Acara Bimbingan Proposal	100
Lampiran 10 Berita Acara Seminar Proposal.....	101
Lampiran 11 Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal	102
Lampiran 12 Surat Keterangan Seminar Proposal	103
Lampiran 13 Surat Permohonan Riset	104
Lampiran 14 Surat Penerimaan Pelaksanaan Riset.....	105
Lampiran 15 Surat Pernyataan Keaslian Skripsi.....	106
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup.....	107
Lampiran 17 Turnitin	108

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi saat ini, Pendidikan formal termasuk salah satu lembaga dimana seorang siswa dapat menimba ilmu untuk mengembangkan minat, bakat dan keahliannya. Pendidikan merupakan suatu upaya yang dilakukan secara sadar untuk mengembangkan potensi peserta didik sebagai sumber daya manusia, melalui dukungan dan fasilitasi dalam proses belajar mereka. Tertera di dalam Undang – Undang Nomor 20 Tahun 2003, Pendidikan merupakan suatu upaya yang dilakukan secara sadar dan terencana guna menciptakan lingkungan serta proses pembelajaran yang mendorong peserta didik untuk aktif mengembangkan potensinya. Menurut Syamsu Yusuf dan A Junta Juntika Nurihsan, Pendidikan adalah suatu program yang memiliki peran penting dalam membantu mengembangkan individu mencapai tujuan serta cita – cita pribadinya. Pendidikan dapat dilakukan melalui Lembaga formal melalui sekolah, dan Lembaga informal melalui keluarga dan lingkungan.

Pendidikan pada dasarnya bertujuan untuk membantu peserta didik mengoptimalkan potensinya sehingga dapat tumbuh menjadi pribadi yang mandiri, memiliki rasa tanggung jawab, serta siap menghadapi berbagai tantangan hidup. Pendidikan juga dapat menjadi pengaruh lingkungan atas individu untuk menghasilkan perubahan yang tepat di dalam kebiasaan tingkah lakunya (Deliati, Asbi, and Elfrianto 2023). Salah satu kemampuan utama yang perlu ditanamkan adalah kemandirian dalam belajar. Kemandirian belajar

merupakan bagian penting dari kepribadian yang berperan dalam menentukan keberhasilan hidup seseorang. Bagi peserta didik, sikap mandiri perlu terus dilatih dalam menghadapi beragam situasi di lingkungannya, sehingga pada akhirnya mereka mampu mengambil keputusan serta bertindak secara mandiri. Hal ini dapat mendukung keberhasilan akademik dan perkembangan siswa.

Di tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), tuntutan untuk belajar secara mandiri semakin besar. Mohammad (2015) menegaskan bahwa siswa yang menunjukkan kemandirian dalam belajar mencerminkan adanya tanggung jawab pribadi, baik dalam upaya mencapai tujuan pembelajaran maupun dalam menyelesaikan setiap tugas yang diberikan. Kemandirian belajar sangat diperlukan karena sejalan dengan tuntutan kurikulum agar siswa dapat meningkatkan prestasi siswa dan mampu berperan aktif dalam pembelajaran.

Proses pembelajaran merupakan sebuah kesatuan antara aktivitas belajar yang dilakukan siswa dengan kegiatan mengajar yang diberikan guru. Dengan proses ini berlangsung penyampaian pengetahuan dari guru kepada siswa, dan idealnya siswa mampu memahami serta menerima setiap pengetahuan yang diberikan. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan hal yang berbeda. Berdasarkan fenomena yang terjadi di lapangan khususnya kelas X di SMK Sinar Husni Medan menunjukkan bahwa banyak siswa yang cenderung bergantung kepada guru, serta kurang inisiatif untuk mencari sumber belajar lain. Hal ini mendorong sebagian siswa SMK kelas X masih menunjukkan tingkat kemandirian belajar yang rendah, terlihat dari kurang efektifnya pengelolaan strategi belajar serta minimnya dorongan motivasi dari dalam diri. Berdasarkan

data yang diberikan oleh guru BK, sekitar 62% siswa masih belum mampu belajar secara mandiri tanpa bimbingan guru, 28% siswa menunjukkan tingkat kemandirian sedang dengan masih memerlukan arahan dalam menyelesaikan tugas, dan hanya 10% siswa yang sudah memiliki kemandirian belajar yang tinggi. Keadaan ini menjadi faktor penghambat dalam pencapaian tujuan pembelajaran, baik dari sisi prestasi akademik maupun pembentukan karakter.

Banyak hal yang bisa dilakukan menumbuhkan kembali kesadaran siswa akan pentingnya kemandirian belajar, salah satunya melalui optimalisasi peran guru pembimbing (Konselor) dalam memberikan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah, khususnya bagi siswa yang masih menunjukkan rendahnya kemampuan dalam belajar secara mandiri. Bimbingan dan Konseling merupakan suatu proses dimana siswa mendapatkan bantuan dan arahan dari seorang Konselor atau Guru BK untuk mengatasi berbagai masalah yang mereka hadapi (Rahmah, Hasibuan, and Sari 2024). Bimbingan dan Konseling mempunyai beberapa layanan yang dapat di implementasikan dalam sekolah. Salah satunya adalah layanan Bimbingan Kelompok. Layanan bimbingan kelompok dapat menjadi salah satu alternatif solusi.

Menurut Prayitno (2012), menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan bentuk dinamika kelompok, dimana konselor dapat membantu peserta didik agar dapat mengembangkan pemahaman diri, sikap positif serta keterampilan hidup. Dalam upaya meningkatkan kemandirian belajar, layanan bimbingan kelompok dapat berfungsi sebagai sarana bagi siswa untuk bertukar pengalaman, memperoleh

strategi belajar lebih efektif, serta mendapatkan motivasi melalui dukungan dari teman sebaya.

Namun, keberhasilan layanan tersebut memerlukan penerapan teknik yang tepat agar siswa mampu mengelola proses belajarnya secara mandiri. Dari hasil penelitian, salah satu teknik yang relevan adalah dengan menggunakan teknik *Self-Regulated Learning (SRL)* dalam penyelesaian masalah kemandirian belajar siswa. Teknik *Self-Regulated Learning (SRL)* dipahami sebagai konsep yang menekankan tentang bagaimana seseorang mampu mengendalikan dan mengelola dirinya dalam aktivitas belajar. Teknik *Self-Regulated Learning (SRL)* memiliki peran penting dalam proses pembelajaran karena mendorong siswa untuk mencapai kemandirian belajar, misalnya dengan mengatur jadwal, menentukan tujuan yang ingin dicapai, serta berinisiatif mencari informasi yang diperlukan secara mandiri.

Siswa yang memiliki kemampuan *Self-Regulated Learning* dapat mengelola waktu belajarnya secara mandiri menggali pengetahuan dan materi pelajaran melalui berbagai sumber, termasuk dengan memanfaatkan teknologi. Jika informasi yang dicari belum diperoleh, mereka dapat menjadikan guru di sekolah maupun guru les sebagai sumber rujukan (Schunk and Zimmerman 2012).

Hal ini menjadi acuan bagi guru BK atau konselor sekolah dalam mempersiapkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self-Regulated Learning (SRL)* yang sesuai dengan kebutuhan siswa untuk mendapatkan perubahan yang dikehendaki. Melihat kondisi rendahnya

kemandirian belajar siswa yang telah diuraikan, peneliti terdorong untuk meneliti lebih lanjut mengenai upaya kemandirian belajar siswa. Untuk itu, peneliti mengambil judul **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Self – Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan, yaitu :

1. Sebagian besar siswa kelas X SMK Sinar Husni Medan masih menunjukkan tingkat kemandirian belajar yang rendah..
2. Kurangnya minat dan inisiatif siswa dalam belajar.
3. Dorongan motivasi dari dalam diri siswa masih rendah.
4. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan guru BK belum terlaksana secara efektif dan belum berjalan secara optimal. Akibatnya, layanan tersebut tidak mampu mengatasi permasalahan kemandirian belajar pada siswa dengan baik.

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan terfokus, maka dalam penelitian ini, peneliti membatasi permasalahan pada Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik *Self - Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada identifikasi yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah Terdapat Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok yang Menggunakan Teknik *Self-Regulated Learning* pada Kelompok Eksperimen?
2. Apakah Terdapat Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok Yang Dilaksanakan Tanpa Menggunakan Teknik *Self-Regulated Learning* Pada Kelompok Kontrol?
3. Apakah Terdapat Perbedaan Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* dibandingkan Layanan Bimbingan Kelompok tanpa Teknik dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk Mengetahui Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok yang Menggunakan Teknik *Self-Regulated Learning* pada Kelompok Eksperimen.
2. Untuk Mengetahui Peningkatan melalui Layanan Bimbingan Kelompok yang Menggunakan Teknik *Self-Regulated Learning* pada Kelompok Kontrol.
3. Untuk Mengetahui Perbedaan antara Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* dan Keefektifan

Layanan Bimbingan Kelompok tanpa Teknik dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis maupun praktis :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian ilmu bimbingan dan konseling, khususnya terkait efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat memberikan masukan dalam penyusunan program bimbingan dan konseling yang lebih efektif, sehingga mendukung tercapainya tujuan Pendidikan secara menyeluruh.

b. Bagi Guru BK

Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengembangkan layanan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan Teknik *Self – Regulated Learning* sebagai strategi praktis untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

c. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa memahami pentingnya kemandirian belajar serta melatih keterampilan dalam merencanakan, mengelola, dan mengevaluasi kegiatan belajarnya secara lebih terstruktur.

d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan perbandingan, referensi, serta inspirasi untuk melakukan penelitian lanjutan dengan variable, metode, atau subjek yang berbeda.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Teoritis

2.1.1 Layanan Bimbingan Kelompok

2.1.1.1 Pengertian Bimbingan Kelompok

Secara Etimologis, istilah bimbingan berasal dari kata “bimbing” yang mengandung makna tuntutan, arahan, atau bantuan dalam membawa seseorang menuju kondisi yang lebih baik. Dalam ranah Pendidikan dan Konseling, bimbingan di maknai sebagai suatu proses bantuan yang diberikan secara berkesinambungan dan teratur, sehingga individu dapat memahami, menerima serta mengembangkan dirinya secara maksimal. Bimbingan dan Konseling mengartikan bahwa suatu proses bantuan yang tidak hanya berfungsi sebagai upaya pencegahan, tetapi juga sebagai sarana pengembangan yang bertujuan mendukung individu dalam mengoptimalkan potensi yang dimilikinya. Dalam Bimbingan dan Konseling, ada beberapa layanan salah satunya yaitu layanan Bimbingan Kelompok.

Bimbingan kelompok turut membantu individu dalam mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi, sehingga mereka dapat memahami berbagai situasi serta kondisi lingkungan dengan lebih baik. Terdapat beragam pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling kelompok. Pada dasarnya, bimbingan kelompok merupakan bentuk layanan bantuan individu melalui aktivitas bersama dengan memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sarana utamanya. Pergerakan dan pencapaian tujuan kelompok sangat dipengaruhi oleh dinamika tersebut.

Ketika dinamika kelompok berkembang secara efektif, suasana kelompok akan terasa hidup dan produktif, yang tercermin dari keberhasilan kelompok dalam meraih tujuan yang telah ditetapkan (Mutiara and Asbi 2024).

Bimbingan kelompok merupakan bentuk layanan bantuan kepada individu yang dilakukan dalam suasana kelompok. Layanan ini dapat berupa penyajian informasi maupun kegiatan kelompok yang berfokus pada pembahasan permasalahan di bidang Pendidikan, pekerjaan, pribadi, maupun sosial (Hartanti 2022). Bimbingan kelompok umumnya dilaksanakan di dalam kelas sekitar dua puluh hingga tiga puluh orang. Tujuan utama kegiatan ini adalah untuk membantu peserta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai diri sendiri dan orang lain. Proses bimbingan kelompok biasanya dipandu oleh seorang konselor atau guru BK. Adapun pelaksanaannya dapat dilakukan dalam tiga kategori kelompok, yaitu kelompok kecil (2 – 6 orang), kelompok menengah (7 – 12 orang), kelompok besar (13 – 20 orang) atau kelas (20 – 40 orang) (Pranoto, Atieka, and Aspurua 2022).

Melalui bimbingan kelompok, peserta didik memiliki kesempatan untuk saling berinteraksi dan berdiskusi mengenai topik tertentu serta mencari solusi bersama. Pelaksanaan bimbingan kelompok juga mendorong terjadinya interaksi yang berkesinambungan, sehingga siswa lebih terbuka dalam mengemukakan pendapat maupun mengajukan pertanyaan selama proses berlangsung.. Peran guru BK sangatlah krusial, karena melalui arahan yang diberikan, peserta didik dapat memahami, mengerti serta menemukan solusi

atas permasalahan yang dialami. Dengan demikian, peserta didik mampu merencanakan, sehingga lebih siap dalam memenuhi kebutuhan masa depannya (Maisarah, Lesmana, and Aguslina 2025).

2.1.1.2 Tujuan dan Fungsi Bimbingan Kelompok

Tujuan bimbingan kelompok secara umum adalah untuk membantu peserta didik dalam meningkatkan keterampilan bersosialisasi, khususnya dalam aspek komunikasi, agar mereka mampu berinteraksi secara efektif, menghargai pendapat orang lain, serta mengungkapkan pikiran dan perasaannya dengan cara yang tepat dalam berbagai situasi sosial.

Secara khusus, layanan ini bertujuan untuk mendorong serta mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan perilaku peserta didik agar lebih adaptif, terutama dalam meningkatkan kemampuan berkomunikasi, baik secara verbal maupun nonverbal (Tohirin 2006).

Adapun fungsi bimbingan kelompok menurut Sudrajat (2008), yaitu:

1. Fungsi Pemahaman

Yaitu membantu konseli untuk memahami dirinya sendiri, termasuk potensi yang dimilikinya, serta memahami lingkungannya yang mencakup Pendidikan, pekerjaan, dan agama. Dengan pemahaman tersebut, konseli diharapkan dapat mengembangkan potensinya secara maksimal serta mampu beradaptasi dengan lingkungan secara positif dan membangun.

2. Fungsi Pencegahan

Fungsi ini berkaitan dengan peran konselor dalam mengantisipasi berbagai kemungkinan munculnya masalah serta berupaya melakukan pencegahan agar konseli tidak mengalami permasalahan tersebut.

3. Fungsi Pengentasan

Fungsi ini bertujuan untuk membantu peserta didik mengatasi berbagai permasalahan yang mereka hadapi.

4. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi ini berperan dalam membantu peserta didik untuk mempertahankan serta mengembangkan potensi dan aspek – aspek positif yang telah dimilikinya.

5. Fungsi Advokasi

Fungsi yang bertujuan membantu peserta didik dalam mendapatkan perlindungan serta pembelaan terhadap hak dan kepentingannya.

2.1.1.3 Tahap –tahap Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1995), tahap dalam melaksanakan bimbingan kelompok ada 4, yaitu :

1. Tahap Pembentukan

Tahap ini merupakan tahap dimana anggota kelompok saling berkenalan dan mulai membangun hubungan. Tahap pembentukan sangat penting sebagai landasan terbentuknya dinamika kelompok. Adapun tahap pembentukan bimbingan kelompok terdiri dari :

- a. Memberikan salam pembuka serta menerima anggota kelompok dengan terbuka.
- b. Mengapresiasi anggota kelompok dengan mengucapkan terimakasih.
- c. Berdoa.
- d. Menanyakan kabar serta menanyakan pernah atau tidaknya mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
- e. Menjelaskan pengertian bimbingan kelompok.
- f. Menjelaskan tujuan bimbingan kelompok.
- g. Menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok.
- h. Menjelaskan asas bimbingan kelompok.
- i. Perkenalan dan dilanjutkan dengan permainan (*ice breaking*).

2. Tahap Peralihan

Pada tahap ini berfungsi sebagai “jembatan” atau penghubung antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan dalam proses bimbingan kelompok. Pada tahap ini, pemimpin kelompok membantu anggota menyesuaikan diri, membangun rasa percaya diri, serta mempersiapkan suasana yang nyaman agar anggota kelompok siap memasuki kegiatan inti secara terbuka dan efektif. Adapun tahap peralihan bimbingan kelompok terdiri dari :

- a. Menjelaskan kembali tentang bimbingan kelompok kepada para anggota kelompok.
- b. Menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya.

- c. Memberi contoh topik yang akan dibahas (topik tugas, dan topik bebas).

3. Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan inti kegiatan bimbingan kelompok, dimana seluruh anggota kelompok secara aktif terlibat dalam proses diskusi, berbagi pengalaman, serta saling memberikan tanggapan untuk mencapai tujuan bimbingan yang telah ditetapkan. Pada tahap ini, pemimpin kelompok berperan dalam mengarahkan jalannya interaksi agar tetap fokus, dan kondusif sehingga setiap anggota dapat mengembangkan pemahaman, sikap, dan keterampilan yang lebih baik sesuai dengan topik yang dibahas. Selain itu, pemimpin kelompok juga perlu memberi motivasi kepada anggota kelompok. Adapun tahap kegiatan bimbingan kelompok terdiri dari:

- a. Mengemukakan topik (topik tugas atau topik bebas).
- b. Tanya jawab tentang topik yang telah dikemukakan.
- c. Pembahasan topik secara tuntas.

4. Tahap Pengakhiran

Tahap ini merupakan tahapan penutup dari seluruh proses kegiatan kelompok, dimana pemimpin dan anggota kelompok bersama – sama melakukan refleksi terhadap hasil yang telah dicapai selama kegiatan berlangsung. Pada tahap ini, anggota kelompok mengungkapkan kesan, pesan, serta manfaat yang diperoleh selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok tersebut. Sementara pemimpin kelompok menyimpulkan hasil

diskusi, memberikan penguatan, menekankan penerapan hasil bimbingan ke dalam kehidupan sehari – hari, serta mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota. Adapun tahap pengakhiran bimbingan kelompok terdiri dari :

- a. Menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan diakhiri.
- b. Anggota kelompok mengemukakan kesan & pesan serta perasaan pada saat mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.
- c. Melakukan evaluasi, refleksi dan membicarakan rencana tindak lanjut.
- d. Ucapan terimakasih.
- e. Penutupan/ Berdoa.

2.1.1.4 Asas – asas Bimbingan Kelompok

Asas – asas dalam bimbingan kelompok diantaranya sebagai berikut:

1. Asas Kerahasiaan

Setiap kelompok wajib menjaga dan merahasiakan segala informasi yang dibahas selama kegiatan berlangsung, terutama informasi yang bersifat pribadi dan tidak pantas disebarluaskan kepada pihak luar.

2. Asas Keterbukaan

Prinsip dalam kegiatan bimbingan konseling yang menekankan pentingnya kejujuran, keaslian, dan ketersediaan individu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, serta pengalaman dirinya secara jujur dan apa adanya. Melalui keterbukaan, konselor maupun anggota kelompok dapat saling memahami dengan lebih baik, sehingga proses bimbingan berjalan efektif

dan tujuan layanan dapat tercapai.

3. Asas Kesukarelaan

Dalam asas ini, menekankan bahwa keikutsertaan individu dalam layanan dilakukan atas dasar kemauan dan kesadaran diri sendiri, tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Dengan asas ini, anggota diharapkan mengikuti bimbingan secara tulus dan terbuka.

4. Asas Kenormatifan

Asas ini menekankan bahwa seluruh kegiatan dan interaksi dalam proses bimbingan harus dilaksanakan sesuai dengan norma – norma yang berlaku, baik norma agama, hukum, sosial, maupun budaya. Asas ini bertujuan agar pelaksanaan layanan tetap berada dalam koridor etika dan nilai yang benar, sehingga tercipta suasana yang tertib, aman, dan bermartabat.

2.1.1.5 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self – Regulated Learning

Layanan Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara kelompok. Bimbingan kelompok memiliki peran yang sangat penting dalam memperkuat rasa percaya diri dan keyakinan peserta didik pada kemampuan mereka. Dalam bimbingan dan konseling, Teknik dianggap sebagai metode atau prosedur yang tersusun secara sistematis untuk melaksanakan suatu layanan bimbingan. Setiap teknik memiliki tahapan – tahapan pelaksanaan yang disesuaikan dengan jenis teknik yang diterapkan (Iswatun Hasanah *et al.* 2017).

Salah satu teknik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok adalah teknik *Self – Regulated Learning (SRL)*. Dengan menggunakan teknik ini dapat membantu peserta didik untuk fokus mengatur dan mengendalikan diri sendiri dalam proses belajarnya (Surawan, Nurhayata, and Sutaya 2018). *Self – Regulated Learning (SRL)* mencakup tiga aspek utama, yaitu perencanaan (Planning), pelaksanaan (Monitoring), dan evaluasi (Reflection). Bimbingan kelompok dengan teknik *Self Regulated Learning (SRL)* merupakan salah satu metode yang diterapkan oleh konselor atau guru BK untuk membimbing peserta didik menetapkan tujuan belajar yang jelas, mengatur waktu secara efektif, memotivasi diri, serta mengevaluasi hasil belajar yang telah dicapai. Layanan ini tidak hanya membantu siswa dalam meningkatkan prestasi belajar, tetapi juga menumbuhkan sikap positif terhadap proses belajar yang berkelanjutan (Pranoto, Wibowo, and Atieka 2023). Teknik *Self–Regulated Learning (SRL)* dapat dikatakan interaktif karena menekankan adanya komunikasi dua arah, diskusi, kerja sama dan refleksi yang dilakukan bersama. Melalui interaksi ini, siswa tidak hanya mampu mengelola proses belajarnya secara mandiri, tetapi juga memperoleh pembelajaran dari pengalaman serta strategi belajar yang dimiliki oleh teman sebaya.

2.1.2 Teknik Self Regulated Learning (SRL)

2.1.2.1 Pengertian Teknik Regulated Learning (SRL)

Self – Regulated Learning (SRL) berasal dari Bahasa Inggris, *Self* berarti diri, sedangkan *Regulated* berasal dari kata dasar *regulate* yang berarti mengatur atau mengendalikan, dan *Learning* berarti belajar atau pembelajaran.

Jadi, jika digabungkan, *Self – Regulated Learning (SRL)* dapat diartikan sebagai pembelajaran yang diatur oleh dirinya sendiri, yaitu proses belajar dimana peserta didik secara sadar mengatur pikiran, perasaan, dan tindakannya untuk mencapai tujuan belajar tertentu.

Self–Regulated Learning (SRL) merupakan suatu proses yang dinamis, dan membangun, dimana individu menentukan tujuan belajarnya sendiri, kemudian secara sadar memantau, mengelola, dan mengendalikan aspek kognitif, motivasional, serta perilakunya. Proses ini dipengaruhi oleh tujuan yang ingin dicapai dan kondisi lingkungan belajar, sehingga dapat meningkatkan kemandirian peserta didik dalam belajar (Pintrich 2000). *Self – Regulated Learning (SRL)* sering diartikan sebagai suatu konsep belajar yang dilakukan secara mandiri, selain itu teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* juga menekankan pentingnya kesadaran diri dalam proses belajar. Peserta didik diajak untuk memahami kekuatan dan kelemahan dirinya, sehingga mampu menyesuaikan strategi belajar sesuai kebutuhan (Yulanda 2017).

Siswa yang memiliki kapasitas untuk belajar mandiri tidak diarahkan oleh orang lain saat belajar, tetapi secara mandiri menilai kondisi tugas akademik, menetapkan tujuan untuk menguasai tugas dan menggunakan strategi untuk menyelesaikan tugas. Siswa yang belajar mandiri tidak secara pasif menerima lingkungan apa adanya tetapi mencoba untuk mengendalikan dan mengubah lingkungan, pemikiran, dan perilaku mereka dengan membuat rencana tindakan. Ini berarti bahwa tujuan pembelajaran menjadi fokus utama, sehingga kondisi lingkungan sekitar perlu dikendalikan dan diubah sedemikian

rupa untuk mengakomodasi pencapaian tujuan tersebut (Putri and Hasibuan 2024).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* merupakan suatu pendekatan belajar yang menekankan pada kemandirian dan pengendalian diri peserta didik dalam proses belajar. Melalui teknik ini, peserta didik dilatih untuk merencanakan, memantau, mengatur, dan mengevaluasi kegiatan belajarnya secara sadar dan sistematis.

2.1.2.2 Aspek – aspek Teknik Self Regulated Learning (SRL)

Menurut Zimmerman (Santrock 2007) terdapat beberapa aspek teknik *Self Regulated Learning*, yaitu :

1. Kognisi

Kognisi merupakan kemampuan individu dalam merencanakan, mengelola, mengevaluasi diri selama proses pembelajaran. Strategi pengendalian atau regulasi kognisi mencakup berbagai aktivitas kognitif dan metakognitif yang dilakukan individu untuk menyesuaikan serta mengubah proses berpikirnya.

2. Motivasi

merupakan dorongan dari dalam diri individu yang berfungsi sebagai kebutuhan dasar untuk menumbuhkan kemauan dalam melakukan aktivitas belajar. Strategi regulasi motivasi melibatkan berbagai upaya yang dilakukan siswa secara sadar untuk memulai, mengelola, serta meningkatkan kemauan dalam belajar, termasuk dalam mempersiapkan

tugas – tugas selanjutnya.

3. Perilaku

Aspek perilaku merupakan upaya individu dalam merencanakan proses belajar serta memanfaatkan lingkungan sekitar agar tercipta suasana yang mendukung untuk kegiatan belajar. Strategi regulasi perilaku mencakup kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku yang tampak, seperti mengatur waktu belajar, menyesuaikan suasana belajar, menyusun jadwal, serta membuat perencanaan sebelum kegiatan belajar dilakukan.

2.1.2.3 Langkah – Langkah Teknik Self – Regulated Learning (SRL)

Menurut Philip (2006), langkah – langkah Pembelajaran *Self – Regulated Learning (SRL)* adalah :

1. Analyze (Menganalisa), yaitu peserta didik menganalisa materi dan tujuan pembelajaran.
2. Plan (Perencanaan), yaitu peserta didik menyusun dan merancang semua kegiatan pembelajaran.
3. Implement (Implementasi), yaitu peserta didik menentukan serta melaksanakan rencana yang telah disusun dalam kegiatan belajar
4. Comprehend (Pengamatan dan Pemahaman), yaitu peserta didik menilai sejauh mana dirinya memahami konsep – konsep yang telah dipelajari.
5. Problem Solving (Pemecahan Masalah), pada tahapan ini, peserta didik mempunyai kesempatan untuk mengatasi kesulitan dan memperjelas konsep yang masih belum dipahami dalam pembelajaran.
6. Evaluate (Evaluasi), tahapan ini menekankan pentingnya peserta didik

melakukan penilaian diri untuk mengetahui kelebihan dan kekurangannya dalam belajar.

7. Modify (Modifikasi), kegiatan ini merupakan proses dimana peserta didik mengolaborasi hasil evaluasi diri dengan menyusun kesimpulan terhadap pengalaman belajarnya. Dalam proses tersebut, guru berperan sebagai fasilitator dan mediator yang membantu jalannya pembelajaran. Melalui model ini, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan dari guru, tetapi juga belajar melalui interaksi dengan teman sebaya, sehingga mendorong berkembangnya kemandirian belajar.

2.1.2.4 Kelebihan Teknik Self – Regulated Learning (SRL)

Teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* mempunyai kelebihan (Zimmerman 1989), yaitu :

1. Kemampuan untuk memahami dan mempertegas tujuan belajar peserta didik.
2. Keterampilan dalam menyesuaikan bahan ajar sesuai dengan bakat dan minat peserta didik.
3. Kemampuan untuk menciptakan suasana belajar yang menarik, menggugah semangat, dan memberikan tantangan positif.
4. Kemampuan menghindari tekanan yang tidak menentu, seperti suasana menakutkan, mengecewakan, dan membingungkan.

2.1.2.5 Kelemahan Teknik Self – Regulated Learning (SRL)

Adapun kelemahan teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* (Zimmerman 1989), yaitu :

1. Interaksi antar peserta didik cenderung rendah.
2. Kesulitan peserta didik dalam menyelesaikan tugas secara mandiri, disebabkan oleh kurangnya kemampuan perencanaan dan pengaturan diri dalam belajar.
3. Penguasaan kemampuan pengaturan belajar sulit untuk dicapai.

2.1.3 Kemandirian Belajar

2.1.3.1 Pengertian Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar sangat penting dan perlu dikembangkan dalam dunia Pendidikan di sekolah untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, tanggung jawab, dan inisiatif siswa dalam mengatur serta mengarahkan proses belajarnya sendiri. Kemandirian belajar dapat diartikan sebagai proses belajar yang dilakukan oleh individu dengan sedikit, bahkan tanpa bantuan dari orang lain. Siswa memiliki tanggung jawab dalam menentukan keputusan yang berkaitan dengan proses belajarnya serta mampu melaksanakan keputusan tersebut secara mandiri (Hamalik 2010).

Siswa yang mandiri dalam belajar tidak sekedar menanti arahan guru, melainkan turut berinisiatif dan berperan aktif dalam menentukan strategi terbaik untuk mencapai tujuan pembelajarannya. Menurut Suhendri (2012), mengemukakan bahwa kemandirian adalah sikap mental positif seseorang yang membuatnya mampu merencanakan dan melaksanakan kegiatan untuk mencapai tujuan, dengan menempatkan serta menyesuaikan dirinya agar dapat menilai dan memahami diri sendiri maupun lingkungannya (Ilmaknun and Ulfah 2023).

2.1.3.2 Indikator Kemandirian Belajar

Menurut Sumarno, indikator dalam kemandirian belajar yaitu inisiatif belajar, mendiagnosis kebutuhan belajar, menetapkan target dan tujuan pembelajaran, memantau serta mengatur proses belajar, menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan dengan pengendalian diri, memanfaatkan serta mencari sumber belajar yang relevan, memilih dan menerapkan strategi belajar yang tepat, mengevaluasi proses maupun hasil belajar, serta memiliki konsep diri (*self – efficacy*) yang positif.

Ada 6 indikator kemandirian belajar (Alafair Purtian Ramadani, Mohamad Syarif Sumantri, and Linda Zakiah 2023), yaitu :

1. Ketidaktergantungan dengan orang lain

Ketidaktergantungan merupakan kondisi dimana seseorang mampu berdiri sendiri, membuat keputusan, serta menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya tanpa harus bergantung pada orang lain. Sikap ini menunjukkan adanya kematangan emosional dan rasa tanggung jawab pribadi. Individu yang memiliki ketidaktergantungan cenderung mampu mengelola waktu, menentukan tujuan, serta menemukan solusi atas permasalahan sendiri.

2. Memiliki kepercayaan diri

Memiliki kepercayaan diri berarti seseorang yakin terhadap kemampuan, potensi, dan nilai dirinya sendiri tanpa merasa rendah diri ataupun berlebihan. Orang yang memiliki kepercayaan diri biasanya berani mengemukakan pendapat, mencoba hal baru, dan tidak mudah terpengaruh oleh pandangan negatif orang lain.

Seseorang yang berperilaku disiplin biasanya memiliki pengendalian diri yang baik. Siswa yang disiplin akan mengerjakan tugas tepat waktu, mengikuti aturan sekolah, serta berusaha belajar secara teratur tanpa harus selalu diingatkan oleh guru.

3. Berperilaku disiplin

Berperilaku disiplin terhadap kemandirian belajar merupakan sikap siswa dalam mengatur dan bertanggung jawab atas proses belajarnya secara sadar dan konsisten tanpa bergantung pada pengawasan orang lain. Disiplin dalam belajar tercermin dari kemampuan mengelola waktu, mematuhi jadwal belajar, menyelesaikan tugas tepat waktu, serta tetap berkomitmen pada tujuan belajar yang telah ditetapkan.

4. Memiliki rasa tanggung jawab

Rasa tanggung jawab muncul dari kesadaran diri dan komitmen terhadap tugas maupun peran yang dijalankan, baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Dengan demikian, memiliki rasa tanggung jawab mencerminkan kedewasaan, kejujuran, dan integritas diri.

5. Berperilaku berdasarkan inisiatif diri

Berperilaku berdasarkan inisiatif sendiri berarti seseorang bertindak atau melakukan sesuatu atas dorongan dan kesadaran pribadi, bukan karena perintah, paksaan, atau tekanan dari orang lain. Individu yang memiliki inisiatif tidak menunggu arahan untuk bertindak, melainkan proaktif dalam melihat kebutuhan, peluang, maupun masalah yang perlu diselesaikan.

6. Melakukan kontrol diri

Individu yang memiliki kemampuan kontrol diri tidak akan bertindak secara impulsif atau di dorong oleh emosi, melainkan mampu menahan diri, berpikir secara rasional, serta mempertimbangkan konsekuensi dari setiap keputusan yang diambil. Siswa dengan kontrol diri yang baik cenderung tetap fokus dalam belajar meskipun terdapat berbagai gangguan, tidak mudah marah atau menyerah saat menghadapi kesulitan, dan mampu menjaga sikap serta tutur kata terhadap guru maupun teman sebaya.

2.1.3.3 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Belajar

Menurut Basri (2000), Kemandirian belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor , yaitu :

- a. Faktor internal, merupakan faktor yang berasal dari dalam dirinya sendiri, termasuk kondisi keturunan dan kondisi fisik yang dimiliki sejak lahir. Semua potensi bawaan tersebut menjadi dasar penting bagi proses pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Beragam sifat dan karakteristik yang diwarisi oleh ayah dan ibu turut membentuk kepribadian serta kemampuan individu dalam menjalani kehidupan.
- b. Faktor eksternal, yaitu faktor yang terpengaruh dari luar diri seseorang, yang sering disebut sebagai faktor lingkungan. Lingkungan tempat seseorang tumbuh dan berinteraksi memiliki peran besar dalam membentuk kepribadian, baik ke arah positif maupun negatif.

2.2 Penelitian yang Relevan

Kajian penelitian yang relevan disusun dengan tujuan untuk menelaah dan meninjau berbagai hasil penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan topik yang sedang dikaji. Dari beberapa contoh judul penelitian terdahulu memang memiliki keterkaitan dari segi masalah yaitu tentang meningkatkan kemandirian belajar siswa, serta penggunaan teknik *Self Regulated Learning (SRL)*, akan tetapi objek dan sarannya yang berbeda.

1. Penelitian oleh (Khoirudin 2022), judul penelitian ini adalah “Teknik *Self – Regulated Learning* untuk meningkatkan kemampuan *Self – Regulated Learning* dan Kemandirian belajar siswa dalam situasi Belajar Online 2019. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *Self – Regulated Learning* dan meningkatkan kemandirian belajar peserta didik SMP Sunan Ampel Porong dalam situasi pembelajaran daring dimasa covid – 19, melalui penerapan Teknik *Self Regulated Learning*. Penelitian ini dilaksanakan melalui pendekatan kuantitatif dengan rancangan kuarsi eksperimen. Populasi yang digunakan 69 sampel dengan teknik *non – random* metode *purposive sampling*. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, angket, dan pengamatan dokumen. Hasil penelitian ini adalah (1) Tingkat keefektifan teknik *Self – Regulated Learning* untuk meningkatkan kemampuan *Self – Regulated Learning* dan kemandirian belajar peserta didik berada pada kategori tinggi, (2) Tingkat kemampuan *Self – Regulated Learning* peserta didik meningkat secara signifikan setelah dibimbing melalui teknik *Self – Regulated Learning* berada pada kategori

tinggi, (3) Tingkat kemandirian belajar peserta didik meningkat secara signifikan setelah dibimbing melalui *teknik Self – Regulated Learning* berada pada kategori tinggi. Dalam penelitian ini, peneliti berpesan para pendidik diharapkan mampu memfasilitasi kebutuhan belajar siswa secara fisik dan psikologis untuk menunjang performa akademiknya di sekolah, sehingga kemampuan *Self – Regulated Learning* yang dialami oleh siswa dapat dikelola dengan baik.

2. Penelitian oleh (Siswa 2025), judul penelitian ini adalah “Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self – Regulated Learning* untuk Meningkatkan Kesiapan Belajar Siswa kelas X SMA BUDI AGUNG MEDAN. Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode PTK (Penelitian Tindakan Kelas) yaitu perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi terdiri dari 2 kali pertemuan melalui pendekatan kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah kelas X yang berjumlah 258 siswa SMA Swasta Budi Agung Medan, dan objek berjumlah 8 siswa yang berada pada kelas X Jendral Sudirman. Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa kesiapan belajar pertemuan pertama sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated learning* terdapat siswa masi kurang pada kesiapan belajarnya, seperti bercerita saat guru menerangkan bahkan masi ada siswa yang mengerjakan tugas rumah (pr) di sekolah. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* kepada siswa setelah pertemuan pertama dan kedua kesiapan belajar siswa sangat meningkat dengan terbuktinya dari hasil observasi dan wawancara berbeda hasil sebelum dan

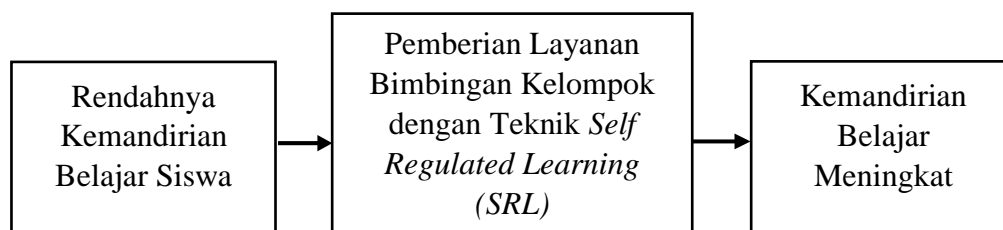
sesudah sehingga terlihat peningkatan dalam kesiapan belajar siswa. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* dapat meningkatkan kesiapan belajar siswa.

3. Penelitian oleh (Vivinenda and Setiawati 2024), dengan judul penelitian “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self – Regulated Learning* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa SMPN 1 Sooko Mojokerto. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan regulasi emosi pada siswa SMPN 1 Sooko Mojokerto setelah diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Regulated Learning*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan design penelitian *pre – experimental one group pretest posttest*. Teknik pengambilan sampel dari penelitian ini menggunakan teknik *random sampling*, dengan subjek penelitian berjumlah 8 orang peserta didik kelas VIII J yang memiliki regulasi emosi kategori tinggi, sedang, rendah. Pengumpulan data menggunakan angket kuesioner dengan item pernyataan 33 yang terlebih dahulu telah diuji validitas dan reliabilitas. Analisis data yang digunakan yaitu statistik non parametrik yaitu uji *wilcoxon* melalui SPSS. Dari hasil uji statistik non parametrik menggunakan SPSS versi 24 dengan uji *wilcoxon* diperoleh nilai *asympt sign (2 – tailed)* lebih kecil yaitu $(0.012 < 0.05)$ yang artinya bahwa H_0 ditolak H_a diterima, oleh karena itu bisa disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* mampu meningkatkan regulasi emosi peserta didik SMPN 1 Sooko Mojokerto.

2.3 Kerangka Konseptual

Pada penelitian ini berfokus pada permasalahan rendahnya kemandirian belajar yang dialami oleh siswa kelas X SMK Sinar Husni Medan. Kondisi ini terlihat dari masih banyaknya siswa yang bergantung pada bantuan guru dalam menyelesaikan tugas, kurang memiliki inisiatif untuk mencari sumber belajar lain, serta rendahnya kemampuan dalam mengatur waktu dan tanggung jawab terhadap proses belajar mereka sendiri. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok, dimana anggota kelompok saling berinteraksi, berbagi pengalaman, serta membantu satu sama lain dalam memahami dan mengembangkan diri. Melalui dinamika kelompok yang positif, siswa dapat termotivasi untuk memperbaiki cara belajar, mengembangkan tanggung jawab pribadi, serta menumbuhkan kesadaran terhadap pentingnya mengatur proses belajar sendiri.

Teknik *Self Regulated Learning (SRL)* digunakan dalam layanan ini karena menekankan pada kemampuan siswa untuk mengatur dan mengendalikan pikiran, motivasi, serta perilaku mereka dalam mencapai tujuan belajar. Dengan demikian, siswa tidak hanya belajar secara pasif, tetapi dapat berperan aktif serta mandiri dalam mengelola proses belajarnya. Gambar dibawah ini merupakan kerangka konseptual penelitian yang berfokus pada peningkatan kemandirian belajar.



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

Keterangan :

X : Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self – Regulated Learning*

Y : Kemandirian Belajar Siswa

2.4 Hipotesis

Hipotesis ini yaitu Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan. Validitas pernyataan tersebut akan dibuktikan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di sekolah tempat penelitian berlangsung.

H₁ : Terdapat peningkatan tingkat kemandirian belajar siswa melalui layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *Self – Regulated Learning* pada kelompok eksperimen.

H₂ : Terdapat peningkatan tingkat kemandirian belajar siswa melalui layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan tanpa menggunakan teknik *Self – Regulated Learning* pada kelompok kontrol.

H₃ : Terdapat perbedaan keefektifan antara layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Self – Regulated Learning* pada kelompok

eksperimen dan layanan bimbingan kelompok tanpa menggunakan teknik *Self – Regulated Learning* pada kelompok kontrol dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Kuantitatif. Dalam buku (Karimuddin *et al.* 2022), Penelitian Kuantitatif merupakan penelitian yang sistematis terhadap fenomena dengan mengumpulkan data yang dapat diukur dengan melakukan teknik statistik, matematika atau komputasi. Dengan menggunakan penelitian kuantitatif, peneliti dapat membangun serta menguji teori dan model matematis guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang suatu fenomena. Selain itu, metode ini memungkinkan peneliti untuk mengukur serta menganalisis keterkaitan antar variabel yang berperan dalam mempengaruhi fenomena tersebut.

Jenis dari penelitian ini menggunakan *Quasi Exsperimetal Design*. Penelitian ini dirancang menggunakan design *Pretest – Posttest Control Group Design* melalui satu jenis pelaksanaan.

Penelitian ini dilaksanakan melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Design kuasi eksperimen digunakan apabila penunjukan partisipan dalam penelitian eksperimen tidak dilakukan secara acak. Metode ini memungkinkan pengukuran hubungan sebab – akibat tetap dilakukan meskipun penelitian dilaksanakan dalam kondisi yang tidak sepenuhnya terkendali (Isnawan 2020). Sebelum perlakuan, kedua kelompok ini diberikan *pretest* dan angket untuk mengukur tingkat kemandirian belajar masing – masing kelompok. Kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan

melalui bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning*. Sedangkan kelompok kontrol menggunakan layanan bimbingan kelompok tanpa teknik. Setelah diberikan perlakuan, lalu dilakukan *posttest* dengan soal yang sama serta diberikan angket.

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMK Sinar Husni Medan Jl. Veteran Gg. Utama Psr V Kec. Labuhan Deli, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara, 20116.

3.2.2 Waktu Penelitian

Adapun waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan penelitian ini selama rentang waktu dari bulan September 2025 – Februari 2026. Rincian waktu penelitian dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. 1 Rencana Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Bulan							
		Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
1.	Pengajuan Judul								
2.	Persetujuan Judul								
3.	Penulisan Proposal								
4.	Bimbingan Proposal								
5.	Seminar Proposal								
6.	Perbaikan Proposal								
6.	Pelaksanaan Penelitian								
7.	Bimbingan Skripsi								

8.	Sidang Meja Hijau									
----	-------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi menurut Sugiyono (2019), Merujuk pada keseluruhan subjek yang menjadi sasaran peneliti. Secara lebih luas, populasi dapat dipahami sebagai wilayah generalisasi yang mencakup objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan peneliti. Karakteristik tersebut menjadi dasar dalam pelaksanaan penelitian dan pengambilan kesimpulan (Sugiyono 2019).

Populasi juga bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, akan tetapi meliputi semua karakteristik, sifat – sifat yang dimiliki oleh objek atau subjek tersebut (Elfrianto, Pd, and Lesmana 2022). Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas X DKV dan X TITL SMK Sinar Husni Medan yang berjumlah 60 siswa.

Tabel 3. 2 Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1	X DKV	27
2	X TITL	33
Jumlah Keseluruhan		60

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi dalam suatu penelitian. Sampel yang dipilih harus memiliki karakteristik yang sesuai dengan populasi agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara tepat dan akurat. Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik yang memilih sampel berdasarkan kriteria atau pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* karena subjek dalam penelitian ini terbatas, yaitu hanya pada subjek yang mengalami kurangnya kemandirian belajar.

Adapun karakteristik siswa kelas X SMK Sinar Husni Medan yang dijadikan sampel penelitian adalah :

1. Siswa yang kurang memiliki motivasi belajar.
2. Siswa yang tidak mempunyai inisiatif dalam belajar.
3. Siswa yang menunjukkan perilaku sering meniru atau mengikuti cara belajar temannya, bukan atas kesadaran sendiri.

Tabel 3. 3 Sampel Penelitian

No	Kelas	Sampel	
		Eksperimen	Kontrol
1.	X TITL	7	7
Jumlah		14	

3.4 Variabel dan Definisi Operasional

3.4.1 Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan aspek yang ditetapkan oleh peneliti

sebagai fokus penelitian dalam suatu studi, yang tujuan pengkajiannya adalah untuk memperoleh data atau informasi tertentu sehingga dapat ditarik sebuah kesimpulan. Kesimpulan tersebut diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai fenomena yang diteliti (Purwono *et al.* 2019).

Pada penelitian ini, variabel penelitiannya, yaitu :

1. Variabel X : Layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Self-Regulated Learning (SRL)*.
2. Variabel Y : Kemandirian belajar siswa

3.4.2 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjabaran batasan yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian. Tujuan dari definisi operasional adalah untuk memudahkan proses pengumpulan data serta menjaga konsistensinya. Selain itu, definisi ini juga berperan untuk menghindari perbedaan penafsiran dan mempertegas ruang lingkup variabel yang menjadi objek penelitian.

3.4.2.1 Variabel (X) : Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning*

Bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan dalam suatu kelompok dimana pemimpin kelompok atau konselor berperan memberikan pengarahan, bimbingan, serta memfasilitasi proses diskusi agar para anggota dapat saling bertukar pengalaman, bekerja sama dalam memecahkan masalah, dan mengembangkan potensi diri melalui pemanfaatan dinamika kelompok. Melalui bimbingan kelompok, siswa didorong untuk aktif berpartisipasi dan belajar dari interaksi sosial yang terjadi di dalam kelompok (Prayitno 2017).

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* merupakan metode yang diterapkan oleh konselor untuk membantu siswa meningkatkan kemampuan dalam mengatur serta mengontrol proses belajar mereka sendiri. Teknik *Self–Regulated Learning* berfokus pada pengembangan keterampilan siswa dalam menetapkan tujuan belajar, merancang strategi yang tepat, memantau perkembangan belajar, dan melakukan evaluasi atau refleksi terhadap hasil yang diperoleh. Melalui penerapan teknik *Self – Regulated Learning*, siswa dilatih untuk lebih bertanggung jawab terhadap proses belajarnya, serta mampu mengelola motivasi, emosi, dan waktu secara efektif. Suasana bimbingan kelompok yang terbuka dan kolaboratif membantu siswa mengembangkan kemampuan berpikir kritis, refleksi, dan mandiri, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kemandirian belajar, kepercayaan diri, dan motivasi dalam mencapai prestasi akademik yang optimal.

3.4.2.2 Variabel (Y) : Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar mencerminkan kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya. Kemandirian ini muncul dari motivasi internal yang kuat, yang mendorong siswa untuk aktif dan kreatif dalam mencapai pembelajaran (Sudjana 2010). Dengan demikian kemandirian belajar dapat diartikan sebagai kemampuan siswa untuk mengelola, mengarahkan, dan mengontrol proses belajarnya secara sadar, aktif, dan bertanggung jawab. Siswa yang memiliki kemandirian belajar cenderung lebih percaya diri, berinisiatif, serta memiliki motivasi yang tinggi.

3.4.3 Metode Penelitian

Menurut Gunawan (2016), penelitian kuantitatif merujuk pada metode penelitian yang dilaksanakan secara terencana dengan tahapan yang sistematis dan terstruktur. Landasan berpikir pendekatan kuantitatif adalah filsafat positivisme. Metode ini diterapkan untuk mengkaji populasi atau sampel tertentu melalui pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, yang selanjutnya dianalisis secara kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk mendeskripsikan serta menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Gunawan 2016).

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif eksperimen. Melalui penelitian eksperimen, peneliti secara terencana menghadirkan suatu perlakuan, lalu meneliti akibat yang ditimbulkan. Pendekatan ini digunakan untuk mengetahui hubungan sebab – akibat antara dua variabel dan mengukur besarnya pengaruh dari perlakuan yang diberikan.

3.4.4 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan *Quasi Eksperimental Design* dengan rancangan *Pretest – Posttest Control Group Design* yang menerapkan satu jenis perlakuan.

Tabel 3. 4 Desain Penelitian

Grup	Pretest	Variabel Bebas (X)	Posttest
KE	Y1	X1	Y2
KK	Y1	X2	Y2

Keterangan :

KE : Kelompok Eksperimen

KK : Kelompok Kontrol

X1 : Perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning*

X2 : Perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok

Y1 : *Pretest* dan Angket

Y2 : *Posttest* dan Angket

Penelitian ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Quasi Eksperimen merupakan jenis eksperimen yang melibatkan pemberian perlakuan dan pengukuran dampaknya, membentuk kelompok pembanding untuk menyimpulkan perubahan yang disebabkan oleh perlakuan (Abraham and Supriyati 2022).

Pada tahap awal, kedua kelompok diberikan *pre – test* dan angket untuk mengukur tingkat kemandirian belajar masing – masing. Selanjutnya kelompok eksperimen memperoleh perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning*, sedangkan kelompok Kontrol mengikuti layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan secara biasa. Setelah perlakuan diberikan, kedua kelompok kembali menjalani *post – test* menggunakan instrument yang sama serta pengisian angket.

3.5 Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2019), Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan, menelaah, dan mengkaji permasalahan yang

menjadi fokus penelitian. Data yang diperoleh dapat berperan dalam menjawab rumusan masalah serta menguji hipotesis penelitian (Sugiyono 2019).

3.5.1 Observasi

Observasi merupakan metode untuk mengumpulkan informasi melalui pengamatan langsung terhadap fenomena atau tindakan di lapangan (Romdona, Junista, and Gunawan 2025). Metode ini diterapkan untuk mengumpulkan informasi mengenai siswa yang mengalami rendahnya kemandirian belajar siswa di kelas X DKV dan X TITL SMK Sinar Husni Medan.

3.5.2 Angket

Pada penelitian ini, peneliti juga menggunakan angket, dimana angket merupakan metode untuk mengumpulkan informasi yang melibatkan serangkaian pertanyaan tertulis kepada para responden untuk mereka isi. Dalam penelitian ini menggunakan skala likert, yang mencakup persetujuan seseorang terhadap suatu pernyataan. Terdapat empat kategori pernyataan yang disusun dalam instrumen penelitian ini, yaitu :

1. Sangat Setuju (SS) : Skor 5
2. Setuju (S) : Skor 4
3. Netral : Skor 3
4. Tidak Setuju (TS) : Skor 2
5. Sangat Tidak Setuju (STS) : Skor 1

Tabel 3. 5 Skala Likert

No.	Pernyataan	<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>
1.	Sangat Setuju	5	1
2.	Setuju	4	2
3.	Netral	3	3
4.	Tidak Setuju	2	4
5.	Sangat Tidak Setuju	1	5

Tabel 3. 6 Kisi – kisi Angket Kemandirian Belajar

Aspek – aspek Kemandirian Belajar	Indikator Kemandirian Belajar	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable (+)</i>	<i>Unfavorable (-)</i>	
Kognitif	1. Melakukan Kontrol Diri	5,17,19,29	6,8,10	7
Motivasi	1. Ketidaktergantungan dengan orang lain 2. Memiliki Kepercayaan Diri	1,3,7,23	18,20,24,26	8
Perilaku	1. Memiliki Rasa	9,11,13,15,21,25,27	2,4,12,14,16,22,28,30	15

	Tanggung Jawab			
	2.Berperilaku Berdasarkan Inisiatif Diri			
	3.Berperilaku Disiplin			

3.5.3 Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk menilai sejauh mana suatu instrumen mampu menjalankan fungsinya dengan tepat, yakni apakah alat ukur yang disusun benar – benar dapat mengukur aspek yang seharusnya diukur. Uji ini digunakan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner (Darma 2021). Instrumen penelitian dianggap valid apabila dapat mengukur data dari variabel yang diteliti secara tepat. Untuk menguji validitas tersebut digunakan rumus korelasi product moment, sebagaimana ditunjukkan pada rumus berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Gambar 3. 1 Rumus Product Moment

Keterangan :

- r_{xy} : koefisien korelasi antara X dan Y N dan banyaknya subjek
 $\sum X$: jumlah skor tiap butir

- $\sum Y$: jumlah skor total
- $\sum XY$: jumlah perkalian X dan Y
- $\sum X^2$: jumlah kuadrat nilai X
- $\sum Y^2$: jumlah kuadrat nilai Y

Pada keterangan tersebut, dapat dijelaskan bahwa apabila nilai r hitung $>$ dari r tabel pada taraf signifikansi 5%, maka butir pernyataan dinyatakan valid. Sebaliknya, jika nilai r hitung \leq r tabel maka butir pernyataan dianggap tidak valid atau gugur. Uji instrumen dalam penelitian ini dilakukan pada siswa kelas X dengan tujuan untuk mengetahui tingkat validitas skala kemandirian belajar siswa.

Tabel 3. 7 Uji Validitas

No.	Rhitung	Rtabel 5% (N = 60)	Keterangan
1	0,25508	0,2542	Valid
2	0,38399	0,2542	Valid
3	0,34501	0,2542	Valid
4	0,32894	0,2542	Valid
5	0,059551	0,2542	Tidak Valid
6	0,127385	0,2542	Tidak Valid
7	0,441503	0,2542	Valid
8	0,361528	0,2542	Valid
9	0,390002	0,2542	Valid
10	0,055945	0,2542	Tidak Valid
11	0,394019	0,2542	Valid

12	0,38561	0,2542	Valid
13	0,203626	0,2542	Tidak Valid
14	0,329138	0,2542	Valid
15	0,285468	0,2542	Valid
16	0,37729	0,2542	Valid
17	0,492667	0,2542	Valid
18	0,203143	0,2542	Tidak Valid
19	0,299069	0,2542	Valid
20	0,300941	0,2542	Valid
21	0,462016	0,2542	Valid
22	0,056799	0,2542	Tidak Valid
23	0,43573	0,2542	Valid
24	0,427981	0,2542	Valid
25	0,256513	0,2542	Valid
26	0,345507	0,2542	Valid
27	0,302115	0,2542	Valid
28	0,04771	0,2542	Tidak Valid
29	0,145208	0,2542	Tidak Valid
30	0,394549	0,2542	Valid

Sumber SPSS Versi 27

Berdasarkan hasil uji validitas instrumen, dari 30 butir soal yang dianalisis terdapat 22 butir soal yang memenuhi kriteria valid dan 8 butir soal yang tidak

valid. Dengan demikian, butir soal yang tidak valid tidak digunakan dalam pengumpulan data dan dikeluarkan dari instrumen penelitian.

3.5.4 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan proses untuk menilai sejauh mana suatu instrumen penelitian dapat memberikan hasil yang konsisten ketika digunakan berulang kali untuk mengukur hal yang sama. Jika hasil yang diperoleh tetap stabil, maka instrumen tersebut dinyatakan reliabel atau dapat dipercaya (Praselia 2022). Untuk mengukur tingkat keandalan tersebut, peneliti menggunakan teknik alpha Cronbach dengan bantuan program SPSS, yang menghasilkan nilai koefisien alpha sebagai indikator reliabilitas instrumen.

$$r_{11} = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Gambar 3. 2 Rumus Alpha Cronbach

Keterangan :

- R : Reliabilitas instrumen
 K : Banyaknya pertanyaan dalam butir
 δb^2 : Varian butir
 δt^2 : Varian total

Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.710	22

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas pada tabel diatas, dapat dijelaskan bahwa uji reliabilitas instrument dengan menggunakan 22 item angket yang telah dinyatakan valid menunjukkan nilai menggunakan *Cronbach's Alpha* yaitu dinyatakan reliabel karena nilai koefisien $\geq 0,70$

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mengolah, menafsirkan, dan menelaah data yang dikumpulkan melalui instrumen penelitian untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, analisis data bertujuan untuk mengetahui sejauh mana efektivitas bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa dengan menggunakan teknik *Self Regulated Learning (SRL)*, yaitu kemampuan siswa dalam mengatur, mengarahkan, serta bertanggung jawab terhadap proses belajarnya secara mandiri tanpa bergantung dengan orang lain.

3.6.1 Deskripsi Data

Untuk menghitung rentang data atau interval, rumus yang dapat digunakan sebagai berikut:

$$\text{Interval } k = \frac{\text{Skor maksimum} - \text{Skor minimum}}{\text{Jumlah Kategori}}$$

$$\text{Interval } k = \frac{110 - 22}{5} = \frac{88}{5}$$

$$\text{Interval } k = 17,6 = 18$$

Selanjutnya, peneliti menentukan kategorisasi untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa, yaitu :

Tabel 3. 9 Kategori Kemandirian Belajar

Interval	Presentase	Kategori
≥ 92	84 % - 100 %	Sangat Tinggi
74 – 91	68 % - 83 %	Tinggi
56 – 73	52% - 67 %	Sedang
38 – 55	36 % - 51 %	Rendah
≤ 37	≤ 35 %	Sangat Rendah

3.6.2 Uji Hipotesis

Untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah diberikan treatment, digunakan statistik uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan uji *Kolmogrov Smirnov Two Independent Samples*. Adapun langkah – langkah uji hipotesis *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan uji *Kolmogrov Smirnov Two Independent Samples* dengan bantuan SPSS untuk menentukan H_1 , H_2 , H_3 yang kriteria keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut :

- a. H_1 untuk melihat peningkatan kemandirian belajar siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Self – Regulated Learning* pada kelompok eksperimen.
- b. H_2 untuk melihat peningkatan kemandirian belajar pada kelompok kontrol setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan metode yang umum digunakan atau tanpa teknik *Self – Regulated Learning* dalam meningkatkan kemandirin belajar siswa.
- c. H_3 untuk melihat perbedaan peningkatan kemandirian belajar antara kelompok eksperimen yang diberikan layanan dengan teknik *Self –*

Regulated Learning dan kelompok kontrol yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok juga tetapi tanpa menggunakan teknik.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Sinar Husni Medan yang berlokasi di Jl. Veteran Gg. Utama Psr V Kec. Labuhan Deli, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara, 20116, dengan subjek penelitian yaitu para siswa di sekolah tersebut. Sebelum penyebaran angket dilakukan, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi ke sekolah untuk mengetahui kondisi awal siswa, khususnya terkait kemandirian belajar. Observasi ini bertujuan untuk memperoleh gambaran nyata mengenai perilaku belajar siswa, seperti kedisiplinan dalam mengerjakan tugas, inisiatif belajar, tanggung jawab terhadap pembelajaran, serta kemampuan mengatur waktu belajar.

Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas X DKV dan kelas X TITL yang berjumlah 60 siswa. Dari jumlah tersebut, dipilih 14 siswa sebagai sampel penelitian, yang terdiri dari 7 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 7 siswa sebagai kelompok kontrol.

Sebelum diberikan perlakuan, kedua kelompok terlebih dahulu diberikan angket kemandirian belajar. Selanjutnya kedua kelompok diberikan *pretest* kembali yang telah melewati uji validitas. Setelah itu, kelompok eksperimen diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning*, sedangkan kelompok kontrol diberikan layanan bimbingan kelompok dengan metode umum digunakan disekolah atau tanpa teknik. Setelah kedua kelompok diberikan perlakuan yang berbeda, dilakukan pengukuran

menggunakan posttest yang telah melewati uji validitas dan reliabilitas. Tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat kemandirian belajar siswa pada masing – masing kelompok. Analisis data terhadap hasil *pretest* dan *posttest* dilakukan setelah seluruh data terkumpul. Selanjutnya, hasil analisis serta perhitungan akhir dari tes *pretest* dan *posttest* yang telah diberikan kepada siswa akan disajikan.

4.2 Kecenderungan Variabel Penelitian

4.2.1 Analisis Hasil Data *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Eksperimen

Sejalan dengan tujuan pelaksanaan *pretest* dan *posttest*, yakni untuk mengetahui gambaran tingkat kemandirian belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre – test*) dan setelah perlakuan dilaksanakan (*post – test*), maka berikut dipaparkan hasil analisis mengenai kondisi kemandirian belajar siswa pada kelompok eksperimen.

Tabel 4. 1 Skor *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Eksperimen

No	Inisial Siswa	Pre – test		Post – test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	AM	55	Rendah	88	Tinggi
2	EH	50	Rendah	77	Tinggi
3	NRZ	49	Rendah	74	Tinggi
4	NN	71	Sedang	80	Tinggi
5	MIF	81	Tinggi	94	Sangat Tinggi
6	AL	30	Sangat Rendah	90	Sangat Tinggi
7	DN	53	Rendah	80	Tinggi
Rata – rata		55,57	Rendah	83,28	Tinggi

Berdasarkan hasil *pretest* yang dilakukan pada 7 siswa pada kelompok eksperimen, ditemukan bahwa 4 siswa menunjukkan tingkat kemandirian

belajar yang rendah, 1 siswa berada di kategori sangat rendah, 1 siswa dikategori sedang, dan 1 siswa dikategori tinggi. Sedangkan hasil *posttest* pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan, yaitu 5 siswa tergolong kategori tinggi, dan 2 siswa tergolong kategori sangat tinggi.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Pada Kelompok Eksperimen (*Pretest* dan *Posttest*)

Kategori	Interval	Pre – test		Post – test	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	≥ 92	-	0%	2	28,57%
Tinggi	74 – 91	1	14,29%	5	71,43%
Sedang	56 – 73	1	14,29%	-	0%
Rendah	38 – 55	4	57,14%	-	0%
Sangat Rendah	≤ 37	1	14,29%	-	0%
Jumlah		7	100%	7	100%

Berdasarkan tabel diatas, hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa pada kategori rendah, yaitu sebanyak 4 siswa (57,14%). Selain itu, terdapat 1 siswa (14,29%) pada kategori sangat rendah, 1 siswa (14,29%) pada kategori sedang, dan 1 siswa (14,29%) pada kategori tinggi. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat tinggi. Setelah diberikan perlakuan, hasil *posttest* menunjukkan peningkatan yang signifikan. Sebanyak 5 siswa (71,43%) berada pada kategori tinggi dan 2 siswa (28,57%) berada pada kategori sangat tinggi. Tidak terdapat lagi siswa dalam kategori sedang, rendah, maupun sangat rendah. Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan kemandirian belajar siswa secara signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan.

4.2.2 Analisis Hasil Data *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Kontrol

Sejalan dengan tujuan pelaksanaan *pretest* dan *posttest*, yakni untuk mengetahui gambaran tingkat kemandirian belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (*pre – test*) dan setelah perlakuan dilaksanakan (*post – test*), maka berikut dipaparkan hasil analisis mengenai kondisi kemandirian belajar siswa pada kelompok kontrol.

Tabel 4. 3 Skor *Pretest* dan *Posttest* Pada Kelompok Kontrol

No	Inisial Siswa	Pre – test		Post – test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	WAP	32	Sangat Rendah	55	Rendah
2	KAM	35	Sangat Rendah	50	Rendah
3	ZA	36	Rendah	49	Rendah
4	ZAA	37	Rendah	70	Sedang
5	SR	45	Rendah	65	Sedang
6	FA	38	Rendah	47	Rendah
7	RF	35	Sangat Rendah	40	Rendah
Rata – rata		36,85	Sangat Rendah	53,71	Rendah

Berdasarkan hasil *pretest* yang dilakukan pada 7 siswa pada kelompok kontrol, ditemukan bahwa 3 siswa menunjukkan tingkat kemandirian belajar yang sangat rendah, dan 4 siswa dikategori rendah. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sedang maupun sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan, tingkat kemandirian belajar siswa secara umum masih berada pada kategori rendah maupun sangat rendah. Sedangkan hasil *posttest* pada kelompok kontrol yaitu, 2 siswa tergolong kategori sedang, 5 siswa tergolong kategori rendah. Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori sangat rendah, tinggi maupun sangat tinggi. Hal ini dapat dinyatakan

bahwa setelah diberikan perlakuan terjadi peningkatan tingkat kemandirian belajar siswa, yang awalnya mendominasi pada kategori sangat rendah dan rendah menjadi kategori rendah dan sedang.

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Variabel Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Pada Kelompok Kontrol (*Pre – test* dan *Post – test*)

Kategori	Interval	Pre – test		Post – test	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	≥ 92	-	0%	-	0%
Tinggi	74 – 91	-	0%	-	0%
Sedang	56 – 73	-	0%	2	28,57%
Rendah	38 – 55	4	57,14%	5	71,43%
Sangat Rendah	≤ 37	3	42,86%	-	0%
Jumlah		7	100%	7	100%

Berdasarkan tabel diatas, hasil *pretest* pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori sangat rendah yaitu 3 siswa (42,86%), sedangkan 4 siswa (57,14%) berada pada kategori rendah. Tidak terdapat siswa pada kategori sedang, tinggi maupun sangat tinggi. Pada hasil *posttest*, sebanyak 2 siswa (28,57%) berada pada sedang, 5 siswa (71,43%) berada pada kategori rendah. Oleh karena itu dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan kemandirian belajar siswa pada kelompok kontrol yang ditunjukkan oleh peningkatan dari kategori sangat rendah menjadi rendah dan sedang setelah diberikan layanan bimbingan kelompok.

4.2.3 Analisis Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Tabel 4. 5 Skor Pretest Kemandirian Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Inisial Siswa	Skor	Kategori	Inisial Siswa	Skor	Kategori
AM	55	Rendah	WAP	32	Sangat Rendah
EH	50	Rendah	KAM	35	Sangat Rendah
NRZ	49	Rendah	ZA	36	Rendah
NN	71	Sedang	ZAA	37	Rendah
MIF	81	Tinggi	SR	45	Rendah
AL	30	Sangat Rendah	FA	38	Rendah
DN	53	Rendah	RF	35	Sangat Rendah
Rata – rata	55,57	Rendah	Rata – rata	36,85	Sangat Rendah

Tabel 4. 6 Skor Posttest Kemandirian Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
Inisial Siswa	Skor	Kategori	Inisial Siswa	Skor	Kategori
AM	88	Tinggi	WAP	55	Rendah
EH	77	Tinggi	KAM	50	Rendah
NRZ	74	Tinggi	ZA	49	Rendah

NN	80	Tinggi	ZAA	70	Sedang
MIF	94	Sangat Tinggi	SR	65	Sedang
AL	90	Sangat Tinggi	FA	47	Rendah
DN	80	Tinggi	RF	40	Rendah
Rata – rata	83,28	Tinggi	Rata – rata	53,71	Rendah

4.3 Pengujian Hipotesis

Untuk menguji hipotesis, penelitian ini menggunakan uji non parametik dengan rumus *Wilcoxon Signed Rank Test* yang diolah melalui bantuan SPSS 27. Uji yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk menganalisis data yang bersifat berpasangan, yaitu membandingkan dua hasil pengukuran yang berasal dari subjek yang sama, seperti *pretest* dan *posttest*. Melalui uji ini dapat diketahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara dua kondisi pengamatan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Sementara itu, untuk data yang dianalisis bersifat independen, maka pengujian dapat dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov – Smirnov Two Independent Samples Test*.

Berdasarkan perhitungan dalam *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh beberapa nilai penting, yaitu *mean rank* dan *sum of rank* yang terbagi ke dalam kategori *negative rank*, *positive rank*, dan *ties*. Nilai – nilai tersebut menunjukkan arah perubahan skor, baik yang mengalami penurunan, peningkatan, maupun yang tidak mengalami perubahan antara dua pengukuran.

Adapun kriteria pengambilan keputusan pengujian hipotesis adalah sebagai berikut :

1. Hipotesis Nol (H_0) diterima dan Hipotesis Alternatif (H_1) ditolak apabila nilai signifikan (Sig. 2 – tailed) $>$ alpha ($\alpha = 0,05$).
2. Hipotesis Nol (H_0) ditolak dan Hipotesis Alternatif (H_1) diterima apabila nilai signifikan (Sig. 2 – tailed) $<$ alpha ($\alpha = 0,05$).

4.3.1 Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat peningkatan kemandirian belajar siswa pada kelompok eksperimen yang menerima perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning*. Analisis hipotesis dilakukan dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* yang diolah melalui bantuan SPSS 27. Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, *output* dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4. 7 Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Rank Test Output* Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa antara *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Eksperimen

Test Statistics ^a	
	posttest - pretest
Z	-2.371 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 4.7 diatas, diperoleh nilai Z sebesar -2.371 dengan nilai Asymp. Sig.2. (2 – tailed) sebesar 0.018. Nilai signifikan tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ($0.018 < 0.05$). Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Artinya terdapat peningkatan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* kemandirian belajar siswa pada

kelompok eksperimen. Berdasarkan hasil tersebut, dinyatakan bahwa penerapan teknik *Self – Regulated learning* pada layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemandirian belajar siswa.

Untuk mengetahui arah perbedaan tersebut, yakni apakah skor *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan nilai lebih tinggi, dapat dilihat melalui tabel berikut :

Tabel 4. 8 Arah Perbedaan *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Eksperimen

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	7 ^b	4.00	28.00
	Ties	0 ^c		
	Total	7		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Berdasarkan hasil analisis data, seluruh responden yang berjumlah 7 siswa menunjukkan adanya kenaikan skor kemandirian belajar setelah diberikan perlakuan. Hal ini terlihat dari kategori *positive ranks* yang berjumlah 7, dengan nilai *mean rank* sebesar 4.00 serta *sum of ranks* sebesar 28.00. tidak ditemukannya *negative ranks* maupun *ties* mengindikasikan bahwa tidak ada siswa yang mengalami penurunan ataupun memiliki skor yang tetap antara *pretest* dan *posttest*. Data tersebut memperlihatkan bahwa perubahan terjadi

sepenuhnya mengarah pada peningkatan kemandirian belajar siswa setelah penerapan teknik *Self – Regulated Learning*.

4.3.2 Pengujian Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat peningkatan kemandirian belajar pada kelompok kontrol. Meskipun kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan berupa teknik *Self – Regulated Learning*, namun menerima perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Analisis hipotesis dilakukan dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* yang diolah melalui bantuan SPSS 27. Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, *output* dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4. 9 Hasil Analisis Wilcoxon Signed Ranks Test Output Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa antara Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol

Test Statistics ^a	
	posttest - pretest
Z	-2.366 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 4.9 diatas, diperoleh nilai Z sebesar -2.366 dengan nilai Asymp.Sig. (2 – tailed) sebesar 0.018. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ($0.018 < 0.05$) sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Artinya terdapat peningkatan yang signifikan antara skor *pretest* dan skor *posttest* kemandirian belajar siswa pada kelompok kontrol. Dari hasil tersebut, dapat dinyatakan bahwa pada kelompok

kontrol juga terjadi perubahan kemandirian belajar setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok.

Untuk mengetahui arah perbedaan tersebut, yakni apakah skor *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan nilai lebih tinggi, dapat dilihat melalui tabel berikut :

Tabel 4. 10 Arah Perbedaan *Pretest* dan *Posttest* tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Kontrol

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test - Pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	7 ^b	4.00	28.00
	Ties	0 ^c		
	Total	7		

- a. Post test < Pre test
- b. Post test > Pre test
- c. Post test = Pre test

Berdasarkan hasil analisis data, seluruh responden yang berjumlah 7 siswa menunjukkan adanya peningkatan skor pada hasil *posttest* dibandingkan *pretest*. Hal ini terlihat dari jumlah *positive ranks* sebanyak 7, dengan nilai *mean rank* sebesar 4.00 dan *sum of ranks* sebesar 28.00. Tidak ditemukannya *negative ranks* maupun *ties*. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada siswa yang mengalami penurunan skor atau tidak mengalami perubahan skor.

4.3.3 Pengujian Hipotesis Ketiga

Pada hipotesis ketiga, menyatakan bahwa terdapat perbedaan dalam peningkatan kemandirian belajar siswa antara kelompok eksperimen yang menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated*

Learning dan kelompok kontrol yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok juga tetapi tanpa menggunakan teknik tersebut. Analisis hipotesis dilakukan dengan menggunakan program SPSS 27 dengan teknik *Kolmogorov Smirnov Two Independent Sampels* Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, *output* dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4. 11 Hasil Analisis *Kolmogorov – Smirnov Two Independent Samples* terhadap Kemandirian Belajar pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Test Statistics ^a		Posttest
Most Extreme Differences	Absolute	1.000
	Positive	.000
	Negative	-1.000
Kolmogorov-Smirnov Z		1.871
Asymp. Sig. (2-tailed)		.002

a. Grouping Variable: Kelompok

Berdasarkan hasil analisis *Kolmogorov – Smirnov Two Independent Samples* yang ada pada tabel 4.11, diperoleh nilai Z sebesar 1.871 dengan nilai signifikansi (Asymp.Sign. 2 -tailed) sebesar 0.02. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ($0.02 < 0.05$) sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan distribusi yang signifikan pada tingkat kemandirian belajar siswa antara kelompok eksperimen yang menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* dibandingkan kelompok kontrol yang tidak memperoleh perlakuan dari teknik tersebut sehingga dapat dinyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa.

4.4 Pembahasan dan Diskusi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat kemandirian belajar siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan. Kelompok eksperimen yang memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning (SRL)* mengalami peningkatan skor kemandirian belajar yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan serupa.

4.4.1 Adanya Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Eksperimen

Berdasarkan hasil analisis data *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen, diperoleh adanya perbedaan tingkat kemandirian belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Pada saat *pretest*, tingkat kemandirian belajar siswa masih berada pada kategori rendah hingga sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi diberikan, siswa belum sepenuhnya mampu mengatur, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning*, hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan skor kemandirian belajar pada sebagian besar siswa. Perbedaan skor antara *pretest* dan *posttest* mengindikasikan bahwa perlakuan yang diberikan berpengaruh terhadap perubahan perilaku belajar siswa.

Peningkatan tersebut terlihat dari perubahan sikap siswa yang menjadi lebih mampu menetapkan tujuan belajar, mengatur waktu, memiliki strategi

belajar yang sesuai, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajarnya. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi diri siswa berkembang setelah mengikuti kegiatan bimbingan tersebut.

4.4.2 Adanya Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Kontrol

Pada kelompok kontrol, siswa mengikuti layanan bimbingan kelompok tanpa disertai penerapan teknik *Self – Regulated Learning (SRL)*. Pelaksanaan layanan berlangsung secara umum seperti biasa, sehingga siswa tidak mendapatkan latihan khusus yang secara terarah melatih kemampuan mengatur dan mengendalikan proses belajarnya sendiri. Akibatnya, partisipasi siswa dalam kegiatan masih tergolong kurang aktif dan belum menunjukkan keterlibatan yang optimal. Tingkat kemandirian belajar siswa pada awalnya berada pada kategori sangat rendah menjadi sedang memang mengalami perubahan setelah layanan diberikan. Namun perubahan tersebut tidak menunjukkan peningkatan yang berarti jika dibandingkan dengan kelompok eksperimen.

Selama proses berlangsung, dinamika pada kelompok kontrol kurang berkembang secara maksimal. Siswa cenderung pasif, hanya menerima materi tanpa banyak melakukan refleksi atau diskusi mendalam mengenai kebiasaan belajar mandiri. Meskipun demikian, layanan bimbingan kelompok tetap memberikan kontribusi positif, meskipun dalam skala yang terbatas. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok tetap bermanfaat,

efektivitasnya akan lebih optimal apabila dikombinasikan dengan teknik yang lebih terstruktur dan mendorong keterlibatan aktif siswa dalam proses belajar.

4.4.3 Adanya Perbedaan Tingkat Kemandirian Belajar Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, terdapat perbedaan tingkat kemandirian belajar siswa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan yang berbeda. Pada kondisi awal (*pretest*), kedua kelompok menunjukkan tingkat kemandirian belajar yang relatif setara, sehingga dapat dikatakan bahwa kemampuan awal siswa dalam mengelola proses belajar masih berada pada kategori yang hampir sama.

Setelah diberikan perlakuan, hasil *posttest* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor kemandirian belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Siswa pada kelompok eksperimen tampak lebih mampu mengatur waktu belajar, menetapkan tujuan, memilih strategi belajar yang sesuai, serta melakukan evaluasi terhadap hasil belajarnya. Perubahan ini menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan mampu mendorong siswa untuk lebih bertanggung jawab dan mandiri dalam proses pembelajaran.

Sebaliknya pada kelompok kontrol, peningkatan skor yang terjadi cenderung tidak signifikan dan tidak merata pada seluruh siswa. Meskipun terdapat beberapa siswa yang mengalami kenaikan skor, secara umum perubahan tersebut tidak menunjukkan perkembangan yang berarti. Hal ini mengindikasikan bahwa tanpa adanya penerapan teknik, khususnya teknik *Self*

– *Regulated Learning* peningkatan kemandirian belajar siswa tidak berjalan dengan optimal.

Berdasarkan penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok akan memberikan hasil yang lebih optimal apabila dipadukan dengan teknik yang secara aktif melatih regulasi diri siswa, seperti teknik *Self – Regulated Learning*. Penerapan teknik ini terbukti mampu mendorong siswa untuk lebih terlibat dalam proses belajar, mulai dari menetapkan tujuan, mengatur waktu, hingga melakukan evaluasi terhadap hasil belajarnya. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling (BK) atau konselor diharapkan dapat mengimplementasikan pendekatan yang lebih terstruktur, kreatif, dan partisipatif dalam pelaksanaan layanan. Hal ini bertujuan untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab, meningkatkan motivasi belajar, serta membentuk kebiasaan mandiri pada siswa. Dengan demikian, siswa tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga mampu mengelola dan mengembangkan potensi belajarnya secara optimal dan berkelanjutan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan analisis data yang telah dilaksanakan, maka dapat dirumuskan beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat peningkatan tingkat kemandirian belajar pada kelompok eksperimen setelah menerima layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik *Self – Regulated Learning*. Peningkatan ini dibuktikan melalui hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.018, dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0.05. Selain itu, nilai *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa seluruh siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan kemandirian belajar dengan rata-rata skor meningkat dari 55,57 kategori rendah menjadi 83,28 kategori tinggi. Teknik *Self – Regulated Learning* terbukti mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam merencanakan, mengatur, memonitor, serta mengevaluasi kegiatan belajar secara mandiri.
2. Kelompok kontrol yang hanya menerima layanan bimbingan kelompok tanpa penerapan teknik *Self – Regulated Learning* juga menunjukkan peningkatan kemandirian belajar. Peningkatan tersebut tercermin dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.018 yang lebih kecil dari 0.05. Namun, peningkatan kemandirian belajar pada kelompok kontrol tidak seefektif kelompok eksperimen. Hal ini terlihat dari hasil *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan bahwa rata – rata

skor kemandirian belajar siswa pada kelompok kontrol hanya meningkat dari 36,85 kategori sangat rendah menjadi 53,71 kategori rendah. Dengan demikian, meskipun layanan bimbingan kelompok tanpa teknik *Self – Regulated Learning* memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemandirian belajar, peningkatan tersebut masih belum mencapai tingkat yang optimal seperti pada kelompok eksperimen.

3. Terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat kemandirian belajar antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil uji *Kolmogorov – Smirnov Two Independent Samples* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.02 yang lebih kecil dari 0.05. Hal ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan kelompok yang menerapkan teknik *Self – Regulated Learning* lebih efektif dibandingkan dengan layanan bimbingan kelompok yang tidak menggunakan teknik tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik yang menekankan pada keterlibatan aktif siswa dalam mengelola proses belajarnya memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kemandirian belajar siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* efektif meningkatkan kemandirian belajar siswa.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self – Regulated Learning* efektif dalam meningkatkan

kemandirian belajar siswa, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menyediakan waktu, fasilitas, serta kebijakan yang mendukung program pengembangan kemandirian belajar siswa. Dukungan tersebut penting agar layanan dapat berjalan secara optimal dan berkesinambungan.

2. Bagi Guru BK/ Konselor

Disarankan agar layanan bimbingan kelompok dengan *teknik Self – Regulated Learning* dapat dijadikan sebagai salah satu program layanan yang dilaksanakan secara berkelanjutan. Teknik ini terbukti mampu meningkatkan kemandirian belajar siswa secara signifikan, terutama dalam aspek perencanaan belajar, mengatur waktu, pengendalian diri, serta evaluasi hasil belajar.

3. Bagi Siswa

Diharapkan supaya siswa dapat mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan kesadaran dan keterbukaan diri yang tinggi dan dapat terus menerapkan strategi *Self – Regulated Learning* dalam kehidupan sehari – hari, seperti menetapkan tujuan belajar, membuat jadwal belajar, memantau perkembangan diri, serta melakukan refleksi terhadap hasil belajar yang diperoleh sehingga kemandirian belajar dapat dipertahankan dan terus ditingkatkan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk penelitian lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar, jenjang pendidikan yang berbeda atau dengan pengembangan teknik lain yang dapat dikombinasikan dengan *Self – Regulated Learning* guna meningkatkan kemandirian belajar siswa secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, Irfan, and Yetti Supriyati. 2022. "Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur." *Jurnal Ilmiah Mandala Education* 8(3).
- Alafair Purtian Ramadani, Mohamad Syarif Sumantri, and Linda Zakiah. 2023. "Hubungan Antara Rasa Percaya Diri Terhadap Sikap Kemandirian Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar." *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang* 9(2): 4478–85.
- Basri, Hasan. 2000. *Remaja Berkualitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Darma, Budi. 2021. *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*. Guepedia.
- Deliati, Asbi, and Elfrianto Elfrianto. 2023. "Hubungan Kecerdasan Spiritual Dalam Perilaku Verbal Abuse Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling." *Hijri* 12(1): 79–91.
- Elfrianto, H, S Pd, and Gusman Lesmana. 2022. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. umsu press.
- Gunawan, Imam. 2016. "Metode Penelitian Kuantitatif." *Retrieved June 7: 2017*.
- Hamalik, Oemar. 2010. "Belajar Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya." *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Hartanti, Jahju. 2022. "Bimbingan Kelompok."
- Ilmagnun, Lulu, and Maria Ulfah. 2023. "Pengaruh Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar." *Jurnal Sains dan Teknologi* 5(1): 416–23.
- Isnawan, Muhammad Galang. 2020. "Kuasi Eksperimen." *Nashir Al-Kutub Indonesia*.
- Iswatun Hasanah, Ishlakhatus Sa'idah, Diana Vidya Fakhriyan, and Anna Aisa. 2017. *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok Bimbingan Kelompok Teori Dan Praktik*.
- Karimuddin, Abdullah, Misbahul Jannah, Suryadin Hasda, Zahara Fadila, Taqwin, Masita, Ketut Ngurah Ardiawan, and Meilida Eka Sari. 2022. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Khoirudin, Muhamad. 2022. "Teknik Self-Regulated Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Self-Regulated Learning Dan Kemandirian Belajar Siswa Dalam Situasi Belajar Online Covid 19." *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya* 8(3): 987.
- Maisarah, Cut, Gusman Lesmana, and Aguslina Aguslina. 2025. "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Dalam Mengatasi Sikap Gugup Dalam Belajar Pada Siswa." *ALACRITY: Journal of Education*: 954–64.
- Mutiara, Mutiara, and Asbi Asbi. 2024. "Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Self Control Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa." *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(3): 1464–72.
- Philip, B.2006. Self regulated approach to strategic learning (SRSL): a socio cognitive perspektive. *Journal of Language Teaching, Linguistics and*

Literature.

- Pintrich, Paul R. 2000. "Issues in Self-Regulation Theory and Research." *The Journal of Mind and Behavior*: 213–19.
- Pranoto, Hadi, Nurul Atieka, and Felicia Inggit Aspurua. 2022. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Motivasi Belajar." *Counseling Milenial (CM)* 4(1): 48–59.
- Pranoto, Hadi, Agus Wibowo, and Nurul Atieka. 2023. "Self Regulated Learning Dan Percaya Diri Siswa Ditingkatkan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok." *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)* 7(3): 143–48.
- Prasetya, Indra. 2022. *Metodologi Penelitian Pendekatan Teori Dan Praktik*. umsu press.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Ghali Indonesia
- Prayitno, Afdal. 2017. "Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok: Yang Berhasil Dasar Dan Profil."
- Purwono, Fuad Hasyim, Annida Unatiq Ulya, Nurwulan Purnasari, and Ronnawan Juniatmoko. 2019. *Metodologi Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif Dan Mix Method)*. Guepedia.
- Putri, Girna Deliska, and M Fauzi Hasibuan. 2024. "Effectiveness Of Group Guidance Services Using Self-Regulated Learning Techniques To Reduce Academic Burnout In Class X Students Of Ypk Medan Vocational School." *Bright Vision Journal of Language and Education* 3(2): 262–74.
- Rahmah, Miftah Afifah, Uli Makmun Hasibuan, and Alvionita Nurmala Sari. 2024. "Pengaruh Bimbingan Konseling Terhadap Prestasi Akademik Siswa The Effect of Guidance Counseling on Student Academic Achievement." 4(2): 1306–11.
- Romdona, Siti, Silvia Senja Junista, and Ahmad Gunawan. 2025. "Teknik Pengumpulan Data: Observasi, Wawancara Dan Kuesioner." *JISOSEPOL: Jurnal Ilmu Sosial Ekonomi dan Politik* 3(1): 39–47.
- Santrock, John W. 2007. "Child Development." (*No Title*).
- Schunk, Dale H, and Barry J Zimmerman. 2012. "Self-regulation and Learning." *Handbook of Psychology, Second Edition* 7.
- Siswa, Kesiapan Belajar. 2025. "Regulation Learning Untuk Meningkatkan." 8(1): 8–15.
- Sudjana, Nana. 2010. "Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar."
- Sudrajat. 2008. *fungsi-prinsip-dan-asas-bimbingan-dan-konseling*.
- Sugiyono, P D. 2019. "Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D Dan Penelitian Pendidikan)." *Metode Penelitian Pendidikan* 67: 18.
- Suhendri, H. 2012. *Pengaruh Kecerdasan Matematika - Logis, Rasa Percaya Diri, dan Kemandirian Belajar terhadap Hasil Belajar*. Makalah dipresentasikan dalam Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika FMIPA UNY, Yogyakarta, 10 November 2012.
- Surawan, Ketut, Gede Nurhayata, and Wayan Sutaya. 2018. "Penerapan Model Self

- Regulated Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Pekerjaan Dasar Elektromekanik Pada Siswa Kelas X TIPTL 3 SMK NEGERI 3 SINGARAJA.” *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro Undiksha* 7(3): 112–22.
- Syamsu Yusuf LN. 2009. Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Bandung: Rizqi Press.
- Tohirin. 2006. “Tohirin. 2007. Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah.” *Buku Pendidikan: 5–65*.
- Vivinenda, Nabila, and Denok Setiawati. 2024. “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Regulated Learning Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa SMPN 1 Sooko Mojokerto.” *Jurnal BK UNESA* 14(3).
- Yulanda, Novidya. 2017. “Pentingnya Self Regulated Learning Bagi Peserta Didik Dalam Penggunaan Gadget.” *Research and Development Journal of Education* 3(2): 164–71
- Zimmerman, Barry J. 1989. “A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning.” *Journal of educational psychology* 81(3): 329.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan

YAYASAN PENDIDIKAN SINAR HUSNI

SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) SINAR HUSNI MEDAN

Jl. Veteran Gg. Utama Psr V Kec. Labuhan Deli, Kab. Deli Serdang, Prov.
Sumatera utara, 20116

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)

BIMBINGAN KELOMPOK

SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025 / 2026

Kelompok Eksperimen

Satuan Pendidikan : SMK Sinar Husni Medan	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/Semester : X/ Genap	SKKPD : Kematangan Emosional
Alokasi Waktu : 45 Menit (JP)/1 Pertemuan	Metode/Teknik : Diskusi, Teknik <i>Self Regulated Learning</i>
Topik Materi : Kemandirian Belajar	Media/Alat : Laptop, LKPD
Bidang Layanan : Belajar	

Tujuan Layanan	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1. Peserta didik memahami pengertian kemandirian belajar	4. Peserta didik mengungkapkan pengalaman belajar mereka	6. Peserta didik dapat menyusun rencana belajar mandiri sederhana
	2. Peserta didik mampu mengidentifikasi sikap dan perilaku yang mencerminkan kemandirian belajar	5. Peserta didik mendiskusikan hambatan dalam menerapkan kemandirian belajar	7. Peserta didik menentukan strategi belajar yang sesuai dengan kemampuan dan gaya belajar masing – masing
	3. Peserta didik mengenali kebiasaan belajar mandiri melalui refleksi sederhana		8. Peserta didik mempraktikkan sikap kemandirian belajar

Langkah Kegiatan	
1. Pembentukan	<ul style="list-style-type: none"> a. Mengucapkan salam dan berdoa b. Mengapresiasikan kehadiran dan mengakrabkan anggota kelompok c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi & asas – asas bimbingan kelompok d. Guru menjelaskan langkah – langkah kegiatan bimbingan kelompok
2. Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru memantau kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan b. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memotivasi agar anak lebih semangat c. Peserta didik membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok d. Peserta didik berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu
3. Kegiatan inti (menggunakan teknik: <i>self regulated learning</i>)	<ul style="list-style-type: none"> a. <i>Experience</i> <ul style="list-style-type: none"> 1) Guru mengajak siswa berbagi pengalaman belajar mereka 2) Masing – masing peserta didik diberi kesempatan berpendapat 3) Guru menyimpulkan pendapat peserta didik b. <i>Identify</i> <ul style="list-style-type: none"> 1) Guru menjelaskan pengertian kemandirian belajar, strategi belajar secara singkat 2) Peserta didik mengamati dan mengenali pola belajar yang kurang efektif maupun yang sudah berjalan baik 3) Guru memfasilitasi suasana aman dan terbuka agar peserta didik berani mengungkapkan kondisi belajarnya c. <i>Analyze</i> <ul style="list-style-type: none"> 1) Guru membimbing diskusi terkait analisis penyebab dan dampak secara objektif 2) Guru membagikan lembar kerja analisis diri (<i>self – analysis worksheet</i>) yang berisi aspek tujuan belajar, strategi belajar dan hambatan belajar 3) Peserta didik mencatat masalah utama yang paling memengaruhi hasil belajar mereka d. <i>Generalisation</i> <ul style="list-style-type: none"> 1) Guru memberikan penguatan mengenai konsep <i>self regulated learning</i> : perencanaan, pemantauan, dan evaluasi diri dalam belajar

	<p>2) Guru mengajak peserta didik untuk refleksi perasaan</p> <p>3) Peserta didik menyusun rencana tindakan pribadi (<i>self-action plan</i>) untuk meningkatkan kemandirian belajar</p>
4. Pengakhiran	<p>a. Peserta didik menyimpulkan kegiatan</p> <p>b. Guru menyampaikan pengumuman tentang tugas dan kegiatan minggu depan</p> <p>c. Guru menutup kegiatan dengan mengajak peserta didik bersyukur dan mengucapkan salam</p>
Penilaian	
1. Penilaian Proses	Kesesuaian program : Antusiasme peserta didik, Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan
2. Penilaian Hasil	Understanding, Comfortable, Action
3. Tindak Lanjut	Monitoring perubahan

Medan, 21 Februari 2026

Mengetahui,
Guru Bimbingan Konseling



Muhammad Ridho Vianda, S. Pd., Gr

Peneliti,


Inggit Dwi Ningsih
NPM 2202080027

Menyetujui,
Kepala Sekolah
SMK Sinar Husni

Lambok Naiinggolan, S. Pd

MATERI LAYANAN

A. Pengertian Kemandirian Belajar

Kemandirian adalah sikap mental positif seseorang yang membuatnya mampu merencanakan dan melaksanakan kegiatan untuk mencapai tujuan, dengan menempatkan serta menyesuaikan dirinya agar dapat menilai dan memahami diri sendiri maupun lingkungannya

Kemandirian belajar sangat penting dan perlu dikembangkan dalam dunia Pendidikan di sekolah untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis, tanggung jawab, dan inisiatif siswa dalam mengatur serta mengarahkan proses belajarnya sendiri. Kemandirian belajar dapat diartikan sebagai proses belajar yang dilakukan oleh individu dengan sedikit, bahkan tanpa bantuan dari orang lain. Siswa memiliki tanggung jawab dalam menentukan keputusan yang berkaitan dengan proses belajarnya serta mampu melaksanakan keputusan tersebut secara mandiri (Hamalik 2010).

B. Indikator Kemandirian Belajar

Ada 6 indikator kemandirian belajar (Alafair Purlian Ramadani, Mohamad Syarif Sumantri, and Linda Zakiah 2023), yaitu :

1. Ketidaktergantungan dengan orang lain
2. Memiliki kepercayaan diri
3. Berperilaku Disiplin
4. Memiliki rasa tanggung jawab
5. Berperilaku berdasarkan inisiatif diri
6. Melakukan kontrol diri

C. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kemandirian Belajar

a. Faktor Internal

Faktor internal, merupakan faktor yang berasal dari dalam dirinya sendiri, termasuk kondisi keturunan dan kondisi fisik yang dimiliki sejak lahir. Semua potensi bawaan tersebut menjadi dasar penting bagi proses pertumbuhan dan perkembangan seseorang. Beragam sifat dan karakteristik yang diwarisi oleh ayah dan ibu turut membentuk kepribadian serta kemampuan individu dalam menjalani kehidupan.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal, yaitu faktor yang terpengaruh dari luar diri seseorang, yang sering disebut sebagai faktor lingkungan. Lingkungan tempat seseorang tumbuh dan berinteraksi memiliki peran besar dalam membentuk kepribadian, baik ke arah positif maupun negatif.

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Topik: Kemandirian Belajar

A. Identitas

Nama :

Kelas :

Tanggal :

B. Petunjuk

Isilah lembar kerja ini dengan jujur sesuai dengan keadaan dirimu.

C. Kegiatan

1. Kebiasaan Belajarku

Beri tanda centang (✓) pada pernyataan yang sesuai.

Pernyataan	Ya	Tidak
Saya belajar tanpa disuruh	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saya mengerjakan tugas tepat waktu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saya berusaha fokus saat belajar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Saya bertanya jika tidak paham	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Refleksi Singkat

Jawablah dengan singkat.

1. Hal yang membuat saya semangat belajar:

.....

2. Hal yang sering mengganggu saya saat belajar:

.....

3. Rencana Perbaikan

Tuliskan satu hal yang akan kamu lakukan agar lebih mandiri dalam belajar.

.....

D. Kesimpulan

Menurut saya, belajar mandiri itu penting karena:

.....

INSTRUMEN EVALUASI PROSES BIMBINGAN KELOMPOK

Topik Layanan : Kemandirian Belajar

NO	Aspek Yang Dinilai	YA	TIDAK	ALASAN
1	Peserta didik berani mengemukakan pendapat atau pengalaman belajar			
2	Dalam mengikuti layanan apakah peserta didik aktif mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir			
3	Peserta didik dapat menghargai pendapat anggota kelompok lain			
4	Peserta didik menunjukkan kesadaran akan tanggung jawab belajar			
5	Apakah peserta didik mampu mengemukakan solusi terhadap hambatan belajar			

6	Apakah peserta didik disiplin dan mematuhi aturan kelompok			
7	Peserta didik mampu mengidentifikasi kebiasaan belajar diri sendiri			
8	Apakah peserta mampu mengemukakan solusi terhadap hambatan belajar			
9	Apakah kegiatan bimbingan kelompok berjalan sesuai tujuan yang diharapkan			
10	Apakah peserta didik menunjukkan komitmen terhadap hasil layanan bimbingan kelompok			

INSTRUMEN EVALUASI HASIL BIMBINGAN KELOMPOK

A. Understanding (Pemahaman)

1. Apa yang dimaksud dengan kemandirian belajar menurut pemahamanmu?
.....
2. Mengapa kemampuan mengatur diri dalam belajar (*self regulated learning*) penting bagi keberhasilan belajar?
.....
3. Apa dampak yang mungkin terjadi jika seseorang tidak memiliki kemandirian dalam belajar?
.....

B. Comfortable (Sikap & Perasaan)

Petunjuk:

Berilah tanda ✓ pada kolom yang sesuai dengan pendapatmu.

S :Setuju

TS : Tidak Setuju

No.	Pernyataan	S	TS
1.	Saya memahami pentingnya belajar secara mandiri.		
2.	Saya merasa percaya diri mengatur jadwal belajar sendiri.		
3.	Saya mampu menetapkan tujuan belajar pribadi.		
4.	Saya merasa layanan bimbingan kelompok membantu saya lebih mandiri dalam belajar.		
5.	Saya termotivasi untuk bertanggung jawab terhadap proses belajar saya.		

C. Action (Tindakan)

Buatlah jadwal kegiatan belajar di rumah dengan menerapkan **teknik Self Regulated Learning (SRL)**, yang meliputi perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*acting*), pemantauan diri (*self-monitoring*), dan evaluasi diri (*self-reflection*). Isilah tabel berikut sesuai dengan kondisi dan kemampuanmu.

Jadwal Pembiasaan Kemandirian Belajar (*Self Regulated Learning*)

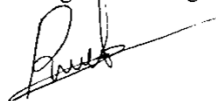
No	Hari/ Tanggal/ Jam	Kegiatan	Tujuan Kegiatan	Media/Alat
1	Senin, 05.30–05.45	Menyusun jadwal dan target belajar harian (<i>planning</i>)	Melatih perencanaan dan kesadaran mengatur waktu belajar	Buku agenda
2				
3				
4				

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenis Layanan	Layanan Bimbingan Kelompok
Bidang Layanan	Belajar
Topik/ Tema Layanan	Kemandirian Belajar
Kelas/ Semester	X / Genap
Alokasi Waktu	1 x 45 menit/ 1 Pertemuan
Tujuan	Peserta didik dapat berdiskusi dan menjelaskan pengertian kemandirian belajar serta membantu peserta didik mengembangkan sikap dan kemampuan kemandirian belajar sehingga mampu mengatur, mengarahkan dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya
Uraian Pelaksanaan	
Uraian Kegiatan yang telah dilaksanakan	Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh konselor melalui salam, doa, serta penyampaian tujuan layanan, Selanjutnya, konselor membuat ice breaking sederhana dan dilanjutkan pengenalan materi kemandirian belajar dengan teknik <i>Self – Regulated Learning</i> . Peserta didik diajak berdiskusi dan membuat rencana belajar. Peserta didik mengisi <i>Self – Analysis Worksheet</i> serta LKPD yang berisi refleksi diri dan rencana tindakan.
Hasil yang diperoleh (Eksperientasi)	Peserta didik menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya mengatur diri dalam proses belajar. Peserta didik mampu menjelaskan jadwal belajar mereka dengan baik
Kesimpulan yang didapat (analisis)	Kegiatan ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap perkembangan kemandirian belajar peserta didik. Peserta didik mampu menetapkan tujuan belajar yang jelas serta menyusun rencana belajar yang lebih terstruktur.
Tindak Lanjut Kegiatan (Generalisasi)	Guru BK memantau pelaksanaan tindakan rencana yang telah disusun oleh peserta didik. Selanjutnya peserta didik catatan refleksi belajar secara mandiri agar peserta didik terbiasa mengidentifikasi keberhasilan dan hambatan belajar,

Mengetahui,

Guru Bimbingan/Konseling



Muhammad Ridho Vianda, S. Pd., Gr

YAYASAN PENDIDIKAN SINAR HUSNI
SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) SINAR HUSNI MEDAN
 Jl. Veteran Gg. Utama Psr V Kec. Labuhan Deli, Kab. Deli Serdang, Prov.
 Sumatera utara, 20116.

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025 / 2026

Kelompok Kontrol

Satuan Pendidikan : SMK Sinar Husni Medan	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/Semester : X/ Genap	SKKPD : Kematangan Emosional
Alokasi Waktu : 45 Menit (JP)/1 Pertemuan	Metode/Teknik : Diskusi, Tanya jawab
Topik Materi : Mengelola Waktu Belajar	Media/Alat : Laptop, LKPD
Bidang Layanan : Belajar	

Tujuan Layanan	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1. Peserta didik memahami pengertian pengelolaan waktu belajar 2. Peserta didik mampu menyadari pentingnya mengatur waktu belajar secara mandiri untuk meningkatkan hasil belajar	4. Peserta didik mampu menyesuaikan strategi pengelolaan waktu sesuai kebutuhan diri 5. Peserta didik mendiskusikan hambatan dalam mengatur waktu belajar serta cara mengatasinya.	6. Peserta didik mengembangkan kemampuan merencanakan akan waktu belajar secara realistis 7. Peserta didik menerapkan strategi pengelolaan waktu belajar dalam kegiatan belajar

	3. Peserta didik mengenali kebiasaan penggunaan waktu belajar		sehari-hari. 8. Peserta didik menunjukkan peningkatan kemandirian dan tanggung jawab dalam mengelola waktu belajar.
Langkah Kegiatan			
1. Pembentukan	<ul style="list-style-type: none"> a. Mengucapkan salam dan berdoa b. Mengapresiasikan kehadiran dan mengakrabkan anggota kelompok c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi & asas – asas bimbingan kelompok d. Guru menjelaskan langkah – langkah kegiatan bimbingan kelompok 		
2. Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru memantau kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan b. Guru mengadakan <i>ice breaking</i> untuk memotivasi agar anak lebih semangat c. Peserta didik membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok d. Peserta didik berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu 		
3. Kegiatan inti (menggunakan teknik: Tanya jawab	<ul style="list-style-type: none"> a. <i>Experience</i> <ul style="list-style-type: none"> 1) Guru mengarahkan peserta didik untuk mengamati dan merefleksikan pengalaman belajarnya sendiri. 2) Peserta didik menceritakan situasi yang sering menyebabkan waktu belajar terabaikan. 3) Guru menyimpulkan pendapat peserta didik 		

	<p>b. Identify</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru BK mengajak peserta didik melakukan refleksi awal tentang penggunaan waktu belajar sehari-hari 2) Peserta didik mengidentifikasi kegiatan yang menyebabkan waktu belajar tidak optimal. 3) Guru mengajukan pertanyaan reflektif guna membantu peserta didik menyadari hambatan dalam pengelolaan waktu <p>c. Analyze</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru memandu peserta didik mengkaji faktor penyebab keberhasilan dan hambatan dalam mengelola waktu belajar. 2) Peserta didik mengkaji perbedaan antara perencanaan belajar dan pelaksanaan sebenarnya dengan menjawab pertanyaan reflektif, serta menyampaikan hasil analisisnya secara lisan. 3) Peserta didik mengidentifikasi perbedaan antara rencana dan pelaksanaan belajar serta faktor penyebabnya melalui tanya jawab. <p>d. Generalisation</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Guru BK mengarahkan peserta didik untuk melakukan refleksi diri guna menarik kesimpulan dari pengalaman dan hasil analisis yang telah dilakukan. 2) Peserta didik mengemukakan prinsip atau strategi belajar mandiri yang efektif berdasarkan hasil tanya jawab dan pengalaman belajar yang telah dibahas. 3) Guru mengajak peserta didik untuk refleksi perasaan
4. Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> a. Peserta didik menyimpulkan kegiatan b. Guru merencanakan kegiatan tindak lanjut c. Guru menutup kegiatan dengan mengajak peserta didik bersyukur dan mengucapkan salam
Penilaian	
1. Penilaian Proses	Kesesuaian program : Antusiasme peserta didik, Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan
2. Penilaian Hasil	Understanding, Comfortable, Action

3. Tindak Lanjut	Monitoring perubahan
------------------	----------------------

Medan, 21 Februari 2026

Mengetahui,
Guru Bimbingan Konseling



Muhammad Ridho Vianda, S. Pd., Gr

Peneliti,



Inggit Dwi Ningsih
NPM 2202080027



Menyetujui,
Kepala Sekolah
SMK Sinar Husni

Lambok Naiinggolan, S. Pd

MATERI LAYANAN

A. Pengertian Waktu Belajar

Waktu belajar adalah kesempatan yang digunakan secara terencana untuk melakukan kegiatan belajar secara efektif dan efisien. Pengelolaan waktu belajar yang baik membantu peserta didik mengatur aktivitas belajar sesuai dengan kebutuhan, kemampuan, dan tujuan yang ingin dicapai. Dengan memanfaatkan waktu belajar secara optimal, peserta didik dapat belajar lebih fokus, terarah, serta mampu menyelesaikan tugas belajar tepat waktu tanpa merasa terbebani.

B. Pentingnya Mengelola Waktu Belajar

Mengelola waktu belajar dengan baik sangat penting bagi peserta didik agar proses belajar berjalan secara teratur dan terarah. Dengan pengelolaan waktu yang tepat, peserta didik dapat menentukan kapan harus belajar, beristirahat, dan melakukan aktivitas lainnya secara seimbang.

Pengelolaan waktu belajar juga membantu peserta didik mengurangi kebiasaan menunda-nunda tugas, meningkatkan fokus saat belajar, serta melatih sikap disiplin dan tanggung jawab. Selain itu, kemampuan mengelola waktu belajar dapat mendukung tercapainya hasil belajar yang optimal dan menumbuhkan kemandirian belajar dalam kehidupan sehari-hari. Adapun manfaatnya yaitu :

1. Membantu belajar lebih teratur
2. Mengurangi penundaan belajar
3. Meningkatkan prestasi
4. Melatih kemandirian

C. Ciri Pengelolaan Waktu Waktu

1. Memiliki jadwal belajar
2. Konsisten menjalankan jadwal
3. Mampu menentukan prioritas
4. Disiplin dan bertanggung jawab

D. Hambatan dalam Mengelola Waktu Belajar

Dalam praktiknya, pengelolaan waktu belajar sering menghadapi berbagai hambatan, yaitu sebagai berikut :

1. Kurang disiplin
2. Menunda pekerjaan
3. Penggunaan gadget berlebihan
4. Tidak memiliki jadwal belajar

E. Strategi Mengelola Waktu Belajar

Untuk mengatasi hambatan tersebut, peserta didik perlu menerapkan strategi pengelolaan waktu belajar, antara lain :

1. Menyusun jadwal harian
2. Menentukan target belajar
3. Mengatur waktu istirahat
4. Evaluasi kegiatan belajar

LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK (LKPD)

Nama: _____ **Kelas:** _____

Petunjuk

Jawablah pertanyaan berikut sesuai dengan pengalaman belajarmu.

Kegiatan

1. Apakah kamu memiliki jadwal belajar?
 Ya Tidak
2. Kapan biasanya kamu belajar setiap hari?

3. Apa kendala yang sering kamu alami saat mengatur waktu belajar?

4. Menurutmu, apa yang perlu diperbaiki agar waktu belajarmu lebih teratur?

Rencana Sederhana

Tuliskan satu rencana yang akan kamu lakukan mulai besok untuk mengelola waktu belajar dengan lebih baik:

.....

INSTRUMEN EVALUASI PROSES BIMBINGAN KELOMPOK

NO	Aspek Yang Dinilai	YA	TIDAK	ALASAN
1	Peserta didik berani mengemukakan pendapat atau pengalaman belajar			
2	Dalam mengikuti layanan apakah peserta didik aktif mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir			
3	Peserta didik dapat menghargai pendapat anggota kelompok lain			
4	Peserta didik menunjukkan kesadaran akan tanggung jawab belajar			
5	Apakah peserta didik mampu mengemukakan solusi terhadap hambatan belajar			
6	Apakah peserta didik disiplin dan mematuhi aturan kelompok			
7	Peserta didik terlibat dalam diskusi/tanya jawab			
8	Apakah peserta mampu mengemukakan solusi terhadap hambatan belajar			
9	Apakah kegiatan bimbingan kelompok berjalan sesuai tujuan yang diharapkan			
10	Apakah peserta didik menunjukkan komitmen terhadap hasil layanan bimbingan kelompok			

INSTRUMEN EVALUASI HASIL BIMBINGAN KELOMPOK

A. Understanding (Pemahaman)

Petunjuk:

Jawablah pertanyaan berikut sesuai dengan pemahamanmu.

1. Apa yang dimaksud dengan mengelola waktu belajar?
.....
2. Mengapa pengelolaan waktu belajar penting untuk keberhasilan belajar?
.....
3. Sebutkan dua contoh perilaku yang menunjukkan pengelolaan waktu belajar yang baik!
.....

B. Comfortable (Sikap dan Perasaan)

Petunjuk:

Berilah tanda (✓) pada kolom yang sesuai dengan pendapatmu.

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

No.	Pernyataan	S	TS
1.	Saya memahami pentingnya belajar secara mandiri.		
1.	Saya merasa percaya diri mengatur jadwal belajar sendiri.		
2.	Saya mampu menetapkan tujuan belajar pribadi.		
3.	Saya merasa layanan bimbingan kelompok membantu saya lebih mandiri dalam belajar.		
4.	Saya termotivasi untuk bertanggung jawab terhadap proses belajar saya.		

C. Action (Tindakan)

Buatlah jadwal kegiatan belajar di rumah untuk mengelola waktu belajar dengan baik bukannya soal belajar, tapi kegiatan – kegiatan sederhana sehari – hari yang melatih kedisiplinan, percaya diri, dan kemandirian. Jadwal dapat dibuat dengan mengisi tabel berikut :

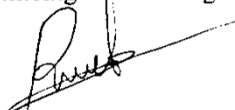
No	Hari/ Tanggal/ Jam	Kegiatan	Tujuan Kegiatan	Media/Alat
1	Senin, 05.30–05.45	Upload karya ke media sosial	Meningkatkan kepercayaan diri	Instagram/Tiktok
2				
3				
4				

LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenis Layanan	Layanan Bimbingan Kelompok
Bidang Layanan	Belajar
Topik/ Tema Layanan	Mengelola Waktu Belajar
Kelas/ Semester	X / Genap
Alokasi Waktu	1 x 45 menit/ 1 Pertemuan
Tujuan	Peserta didik dapat menganalisis serta dapat meningkatkan pemahaman dalam mengelola waktu belajar yang baik
Uraian Pelaksanaan	
Uraian Kegiatan yang telah dilaksanakan	Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh konselor melalui salam, doa, serta penyampaian tujuan layanan, Selanjutnya, konselor membuat ice breaking sederhana dan dilanjutkan pengenalan materi mengelola waktu belajar Peserta didik diajak berdiskusi dan melakukan tanya jawab. Peserta didik mengisi LKPD yang berisi refleksi diri dan rencana tindakan.
Hasil yang diperoleh (Eksperientasi)	Peserta didik mampu menjelaskan kembali pengertian manajemen waktu, manfaat mengatur waktu belajar, serta langkah-langkah menyusun jadwal belajar yang efektif. Mereka memahami pentingnya mengalokasikan waktu
Kesimpulan yang didapat (analisis)	Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman dan keterampilan peserta didik dalam mengatur waktu secara efektif.
Tindak Lanjut Kegiatan (Generalisasi)	Guru BK memantau pelaksanaan tindakan rencana yang telah disusun oleh peserta didik. Selanjutnya peserta didik catatan refleksi belajar secara mandiri

Mengetahui,

Guru Bimbingan/Konseling



Muhammad Ridho Vianda, S. Pd., Gr

Lampiran 2 Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENELITIAN

Dokumen ini berisi sejumlah pernyataan yang dirancang untuk mengukur tingkat kemandirian belajar yang anda miliki saat ini. Anda diminta untuk memberikan tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan. Tidak ada jawaban yang benar atau salah; yang penting adalah kesesuaian dengan kondisi diri Anda. Oleh karena itu, harap menjawab secara mandiri. Jawaban yang anda berikan bersifat pribadi dan rahasia serta tidak akan memengaruhi nilai akademik anda. Kami menghargai partisipasi dan kerja sama anda dalam mengisi instrumen ini. Terima kasih.

Petunjuk Pengisian

1. Isilah data diri pada kolom yang telah tersedia.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan saksama, lalu pilih jawaban yang paling sesuai dengan kondisi Anda dengan memberikan tanda checklist (✓) pada kolom yang tersedia.
3. Setiap pernyataan memiliki empat pilihan jawaban:

SS : Sangat Setuju dengan kondisi Anda

S : Setuju dengan kondisi Anda

N : Netral dengan kondisi Anda

TS : Tidak Setuju dengan kondisi Anda

STS : Sangat Tidak Setuju dengan kondisi Anda

SELAMAT MENGERJAKAN

A. Identitas Siswa

Nama :
 Kelas :
 No. Absen :

Jurusan :

Sekolah :

B. Pernyataan

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya percaya pada kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan masalah belajar					
2.	Saya sering menunda belajar karena lebih memilih bermain dan bersantai					
3.	Saya mencari solusi sendiri ketika menghadapi kesulitan belajar					
4.	Saya lebih suka menyalin jawaban teman dari pada berusaha mengerjakan sendiri					
5.	Saya yakin bisa mencapai hasil belajar yang baik jika saya berusaha					
6.	Saya mudah terdistraksi oleh ponsel atau media sosial saat belajar					
7.	Saya berusaha menyelesaikan tugas sekolah tanpa bergantung pada teman					
8.	Saya sering lalai dalam mengerjakan tugas yang diberikan guru					
9.	Saya mengerjakan tugas tanpa menunda waktu					
10.	Saya tidak mencoba hal baru dalam proses belajar					
11.	Saya memiliki jadwal belajar yang saya ikuti dengan konsisten					
12.	Saya sering melewatkan waktu belajar yang telah saya rencanakan					

13.	Saya selalu berusaha menyelesaikan tugas sesuai waktu yang ditentukan					
14.	Saya hanya belajar jika ada tugas dari guru					
15.	Saya bertanggung jawab terhadap semua keputusan yang saya ambil dalam belajar					
16.	Saya tidak peduli terhadap hasil ujian saya.					
17.	Saya berusaha membuat catatan atau rangkuman sendiri untuk memahami materi					
18.	Saya tidak percaya diri dengan hasil belajar saya					
19.	Saya berusaha memperbaiki nilai yang kurang baik dengan belajar lebih giat					
20.	Saya lebih memilih diam karena takut salah					
21.	Saya mencari informasi tambahan dari internet atau buku lain setelah pelajaran berakhir					
22.	Saya tidak pernah berinisiatif untuk bertanya ketika tidak paham					
23.	Saya memiliki keinginan sendiri untuk meningkatkan kemampuan belajar saya					
24.	Saya tidak tertarik dalam semua mata pelajaran					
25.	Saya selalu menyiapkan perlengkapan belajar sebelum pelajaran dimulai					
26.	Saya belajar hanya ketika merasa terpaksa					

27.	Saya berusaha berpikir positif terhadap kesalahan yang saya buat dalam belajar					
28.	Saya merasa tugas sekolah bukan kewajiban saya					
29.	Saya tidak menyalahkan orang lain jika hasil belajar saya kurang baik					
30.	Saya tidak peduli apakah tugas saya dikerjakan dengan benar atau tidak					

Lampiran 4 Tabulasi Hasil Pretest dan Posttest

Data Pretest Kelompok Eksperimen Data Posttest Kelompok Eksperimen

No	Nama	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	Total
1	AM	5	4	4	2	2	1	1	1	5	3	2	3	4	2	5	2	2	1	1	3	1	1	55
2	EH	1	5	3	2	2	2	2	3	3	1	3	1	2	4	2	1	3	1	1	4	2	2	50
3	NRZ	3	4	1	4	1	3	2	1	1	1	2	2	3	1	3	3	1	1	1	4	5	2	49
4	NN	4	5	5	1	1	2	3	3	3	5	1	4	2	4	1	5	5	5	4	4	3	1	71
5	MIF	5	5	4	3	5	2	5	1	1	4	5	5	5	3	3	2	3	3	5	4	5	3	81
6	AL	1	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	1	1	1	1	30
7	DN	5	5	4	3	3	3	2	1	1	1	4	3	1	1	2	3	3	3	1	1	1	2	53

No	Nama	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	Total
1	AM	5	5	5	4	3	3	3	4	5	5	5	4	4	3	5	4	4	5	3	5	3	1	88
2	EH	5	5	3	2	2	3	3	3	3	3	4	1	2	3	4	5	3	5	5	4	4	5	77
3	NRZ	5	4	1	4	2	3	3	5	5	5	5	3	5	4	3	4	1	2	1	4	3	2	74
4	NN	4	5	5	3	1	2	3	3	3	5	5	4	5	4	1	5	5	5	4	4	3	1	80
5	MIF	5	5	4	3	5	2	5	5	5	4	5	5	5	3	3	5	3	5	5	4	5	3	94
6	AL	3	3	3	3	4	5	5	2	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	5	3	3	90
7	DN	5	5	4	3	3	5	2	5	5	5	4	4	5	4	2	3	5	3	1	4	1	2	80

Data Pretest Kelompok Kontrol

No	Nama	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	Total
1	WAP	3	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	1	1	32
2	KAM	1	2	1	1	2	2	2	3	1	1	3	1	2	1	2	1	3	1	1	1	2	1	35
3	ZA	3	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2	2	1	1	3	1	1	1	1	2	2	2	36
4	ZAA	2	3	2	1	1	2	1	2	3	1	1	4	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	37
5	SR	5	5	1	3	5	1	2	1	1	1	1	2	1	3	1	2	1	2	2	1	1	3	45
6	FA	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	4	1	2	1	3	1	3	3	1	2	2	1	38
7	RF	5	1	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	1	2	35

Data Posttest Kelompok Kontrol

No	Nama	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	Total
1	WAP	5	3	1	2	2	1	2	1	1	5	2	2	3	2	4	2	4	1	4	3	4	1	55
2	KAM	1	2	1	1	2	2	2	3	4	2	3	4	3	2	2	5	3	2	2	1	2	1	50
3	ZA	3	2	4	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	3	3	1	4	5	1	2	2	2	49
4	ZAA	2	3	2	4	3	4	5	2	3	5	5	4	2	3	5	5	2	1	5	2	2	1	70
5	SR	5	5	1	3	5	3	3	1	4	1	3	2	4	3	3	2	4	2	2	1	5	3	65
6	FA	2	3	2	1	2	1	1	2	1	1	4	1	2	1	3	1	3	3	4	5	3	1	47
7	RF	5	1	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	3	1	2	40

Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian

Dokumentasi



Link Vidio : <https://drive.google.com/drive/folders/10ACTr7VhEJuo4bYe-8X03b6HacvDUzYD>

Lampiran 6 K-1



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form : K-1



Kepada Yth: Bapak/Ibu Ketua & Sekretaris
Program Studi Bimbingan dan Konseling
FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK = 3,87

Persetujuan Ket/Sekret. Prog. Studi	Judul Yang Diajukan	Disahkan Oleh Dekan Fakultas
	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik <i>Self Management</i> Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas XI SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026	
	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Berbicara Di Depan Umum Dengan Teknik <i>Self – Talk Therapy</i> Siswa Kelas XI SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026	
	Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self – Regulated Learning</i> Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak/Ibu saya ucapkan terimakasih.

Medan, 15 September 2025
Hormat Pemohon,



Inggit Dwi Ningsih

Keterangan:

Dibuat rangkap 3 :- Untuk Dekan/Fakultas
- Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 7 K-2



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

Form: K-2

Kepada Yth: Bapak/Ibu Ketua & Sekretaris
 Program Studi Bimbingan dan Konseling
 FKIP UMSU

Assalamu'alaikum Wr, Wb

Dengan hormat yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Inggit Dwi Ningsih
 NPM : 2202080027
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan Permohonan Persetujuan Proyek Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

**Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self – Regulated Learning*
 Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan
 Tahun Ajaran 2025 – 2026**

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak/Ibu :

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog. *Nf 15/9/25*

Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat Pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas Perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 15 September 2025
 Hormat Pemohon,

Inggit Dwi Ningsih

Dibuat rangkap 3 :- Untuk Dekan/Fakultas
 - Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 8 K-3



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
Jln. Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 2799/11.3-AU/UMSU-02/F/2025
Lamp : ---
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal
Dan Dosen Pembimbing**

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : **Inggit Dwi Ningsih**
N P M : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Penelitian : **Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025-2026**

Pembimbing : **Sri Ngayomi Yudha Wastuti, M.Psi.,Psikolog.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 01 Desember 2026

Medan, 11 Jumadil Akhir 1447 H
01 Desember 2025 M



Dibuat rangkap 5 (lima) :

1. Fakultas (Dekan)
 2. Ketua Program Studi
 3. Dosen Pembimbing
 4. Mahasiswa Yang Bersangkutan
- WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



Lampiran 9 Berita Acara Bimbingan Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id



BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Nama : Inggit Dwi Ningsih
 NPM : 2202080027
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Penelitian : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self – Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025-2026

Tanggal	Deskripsi/Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
15 Sept 2025	Penyusunan Bab I, II dan III	MF
18 Sept 2025	Perbaikan Bab I : Latar Belakang	MF
29 Sept 2025	Perbaikan Bab II : Kerangka konseptual	MF
05 Okt 2025	Perbaikan Bab III Tabel Kisi-kisi angket	MF
22 Okt 2025	Perambahan RPL dan angket	MF
03 NOV 2025	Perbaikan RPL	MF
11 NOV 2025	Ditujukan untuk seminar proposal	MF

Medan, 11 November 2025

Diketahui oleh:
Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Dosen Pembimbing

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi

Lampiran 10 Berita Acara Seminar Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22,23,30
 Website: <http://www.fkip.umhsu.ac.id> Email: fkp@umhsu.ac.id


BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI

Pada hari ini Kamis, Tanggal 27 November 2025 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini:

Nama : Inggit Dwi Ningsih
 NPM : 2202080027
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026

No.	Masukan dan Saran
Judul	
BAB I	
BAB II	Penambahan teori teknik <i>Self-Regulated Learning</i>
BAB III	Perbaikan sampel Penelitian
Lainnya	Penambahan sitasi
Kesimpulan	<input type="checkbox"/> Disetujui <input type="checkbox"/> Ditolak <input checked="" type="checkbox"/> Disetujui Dengan Adanya Perbaikan

Dosen Pembahas


 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Dosen Pembimbing



 Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.

Panitia Pelaksana,

Ketua


 M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Sekretaris


 Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.

Lampiran 11 Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22,23,30
Website: <http://www.fkip.umusu.ac.id> Email: fkip@umusu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

LEMBAR PENGESAHAN HASIL SEMINAR PROPOSAL

Proposal yang sudah diseminarkan oleh mahasiswa di bawah ini :

Nama : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self - Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 - 2026

Pada hari Kamis, Tanggal 27 November 2025 sudah layak menjadi proposal skripsi.

Medan, 14 Januari 2026

Disetujui Oleh:

Dosen Pembahas

Dosen Pembimbing


M. Fauzi Hasybuan, S.Pd., M.Pd.


Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.

Diketahui Oleh
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasybuan, S.Pd., M.Pd.

Lampiran 12 Surat Keterangan Seminar Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No.3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22,23,30
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN

NO.....


Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, menerangkan di bawah ini:

Nama : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self - Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026


Benar telah melakukan seminar proposal skripsi pada hari Kamis, Tanggal 27 November 2025.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk memperoleh surat izin riset dari Dekan Fakultas.
Atas kesediaan dan kerja sama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 14 Januari 2026
Ketua Program Studi


M. Fauzi Hasiqun, S.Pd., M.Pd.

Lampiran 13 Surat Permohonan Riset



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Pj/PT/III/2024
 Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
<https://fkip.umsu.ac.id> fkip@umsu.ac.id [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

Bila menghantar surat ini agar disertakan nomor dan tanggalnya

Nomor	: 164/II.3-AU/UMSU-02/F/2026	Medan, 28	Rajab	1447	H
Lamp	: ---	17	Januari	2026	M
Hal	: Mohon Izin Riset				


Kepada : Yth, Bapak/ Ibu Kepala
SMK Sinar Husni Medan
 di
 Tempat

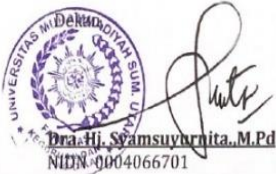
Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari. Sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka dengan ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama	: Inggit Dwi Ningsih
NPM	: 2202080027
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling
Judul	: Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self-Regulated Learning</i> untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025-2026


Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.





Dra. Hj. Samsuyarnita, M.Pd
 NIDN: 0004066701

** Pertinggal**



Lampiran 14 Surat Penerimaan Pelaksanaan Riset



Nomor : 422/ 1373 / SMK-2 TR / SH / 02.26

Lamp : --

Hal : Telah Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Di
Tempat

Dengan hormat

Menunjukan Surat Ibu No. 164/II.3-AU/UMSU-02/F/2026 Tanggal 19 Januari 2026
 Tentang Pengantar Penelitian, dalam mencapai Gelar Sarjana
 (S1) untuk ditugaskan menyusun Skripsi yang berjudul :

"Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Regulated Learning Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025-2026 ".

Atas Nama :

NO	NIM	NAMA	PROGRAM STUDI
I	2202080027	INGGIT DWI NINGSIH	Bimbingan dan Konseling

Telah selesai melaksanakan Penelitian di SMK Sinar Husni 2 TR Labuhan Deli pada tanggal 20 Januari s/d 20 Februari 2026.

Demikian surat ini kami sampaikan , atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Helvetia, 21 Februari 2026

Yayasan Pendidikan Sinar Husni
 SMK
 SINAR HUSNI 2 TR
 LABUHAN DELI
 DELI SERUANG
 PROVINSI SUMATERA UTARA

LAMPUR NAINGGOLAN, S.Pd

Lampiran 15 Surat Pernyataan Keaslian Skripsi



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhlis Basri No.3 Medan 20238 Telp. 061-6622400 Ext. 22,23,30
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self-Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas X SMK Sinar Husni Medan Tahun Ajaran 2025 – 2026

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah diteliti di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, maupun di tempat lain.
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak mana pun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *Plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 di atas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan seminar kembali.

Demikianlah surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 14 Januari 2026
Hormat Saya
Yang Membuat Pernyataan


10000
7400CANX207045456
Inggit Dwi Ningsih

Diketahui
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


M. Fauzi Hasbuan, S.Pd., M.Pd.

Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup**DAFTAR RIWAYAT HIDUP****Data Pribadi**

Nama : Inggit Dwi Ningsih
NPM : 2202080027
Tempat/ Tanggal Lahir : Medan, 02 November 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Belum Menikah
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Anak ke : 2 dari 2 bersaudara
Nama Orang Tua
Ayah : Arif Priwibowo
Ibu : Sugiyatmi

Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 060887 Medan
2. SMP Negeri 30 Medan
3. SMK Negeri 8 Medan
4. S1 Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Lampiran 17 Turnitin

