

Konseling Kelompok Berbasis Teknik *Self-Management Tazkiyatun Nafsi* : Suatu Intervensi Psikologi Dalam Peningkatan *Self-Direction In Learning* Siswa

Liliza Agustin¹, Sutardjo A.W², Makmuroh Sri Rahayu³

¹Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

²Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran Bandung

³Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

email: liliza.agustin@uin-suska.ac.id

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi rendahnya *self-direction in learning* pada siswa. Tujuan yang ingin dicapai adalah meningkatkan *self-direction in learning* siswa. Studi yang digunakan berupa penelitian dan pengembangan metode. Hal ini karena intervensi yang menggunakan konseling kelompok teknik *self-management* dengan memadukan *tazkiyatun nafsi* masih belum ada maka peneliti baru akan mencoba membuat rancangan modul. Untuk itu langkah yang akan dilakukan adalah: (1) Membuat rancangan modul (2) Uji coba rancangan modul untuk melihat efektifitas (3) Evaluasi rancangan modul. Hasil penelitian yang didapat adalah (1) Memperoleh modul konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* untuk meningkatkan *self-direction in learning* siswa. (2) Dari hasil uji coba Modul menunjukkan bahwa konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* efektif untuk meningkatkan *self-direction in learning* siswa. Adanya peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* pada ke 5 subjek uji coba. Adanya peningkatan semua aspek *self-direction in learning*, yaitu insiatif sendiri, *self planned*, kebutuhan belajar, *self conducted*, dan evaluasi. (3) Evaluasi modul yang diperoleh dari *feedback* subjek uji coba menunjukkan penilaian positif terhadap pemberian metode, materi dan material.

Kata kunci: *self-direction in learning, konseling kelompok berbasis teknik self-management tazkiyatun nafsi,*

Group Counselling Based on Self-Management Tazkiyatun Nafsi Technique; A Psychological Intervention in Improving Self-Direction in Learning of Student.

Abstract

Background of this research is motivated by *self-direction in learning*. This study is aimed at: (1) creating a design module, (2) trial design to measure effectiveness of the module, and (3) evaluate the module design. The results obtained from this research are: (1) a group counseling module based on *self-management tazkiyatun nafsi* techniques to improve *self-direction in learning* of students, (2) an increase in scores before and after group counseling based on *self-management tazkiyatun nafsi* techniques for all five subject to be tested. The aspects in *self-direction in learning* are: own initiative, *self-planned*, learning needs, *self-conducted*, and evaluation, and (3) Evaluation of the module in area of: implementation of trial and error process, *feedback* from the trial and error subject and the facilitator. The trial and error process of counselling module based on based *self-management tazkiyatun nafsi* technique has been implemented with the use of time on several activities are relatively shorter than previously planned. *Feedback* from trail subject to activities including in the module are: the methods, material, and module materials. The results of evaluation shows that *feedback* the subject to methods, materials and material module based *self-management tazkiyatun nafsi* techniques is positive. *Feedback* from facilitator, overall of the intervention material obtain a positive assessment in terms of both materials and methods, while time allocation for the provision of material on mabid activity is still lacking.

Keywords: *self-direction in learning, self-management tazkiyatun nafsi technique, group counselling,*

Pendahuluan

Mutu pendidikan melibatkan dua sisi yang sangat penting yaitu proses dan hasil.

Mutu dalam proses pendidikan melibatkan berbagai input seperti; bahan ajar (kognitif, afektif, atau psikomotorik), metodologi (ber- variasi sesuai kemampuan guru), sarana

dan prasarana lembaga pendidikan, dukungan administrasi, berbagai sumber daya dan upaya penciptaan suasana yang kondusif dan nyaman untuk belajar. Mutu dalam konteks "hasil pendidikan" mengacu pada prestasi yang dicapai oleh lembaga pendidikan pada setiap kurun waktu tertentu. Tuntutan terhadap lulusan dan layanan lembaga pendidikan menjadi prioritas utama karena semakin ketatnya persaingan dalam lapangan kerja. Mengantisipasi perubahan-perubahan yang begitu cepat serta tantangan yang semakin besar dan kompleks, tiada jalan lain bagi lembaga pendidikan kecuali hanya mengupayakan cara untuk meningkatkan daya saing lulusan serta produk-produk akademik dan layanan lainnya, yang antara lain dicapai melalui peningkatan mutu pendidikan.

Survey yang dilakukan oleh *Global Competitiveness Report* tahun 2009/2010 yang menilai tingkat persaingan global Indonesia dari kualitas pendidikan menempati peringkat ke-54 dari 133 negara, yaitu di bawah Singapura, Malaysia, Cina, Thailand, serta India (Latief, 2009). Upaya peningkatan mutu pendidikan menjadi agenda penting bagi pemerintah (Kemdiknas).

SMPIT Luqmanul Hakim Bandung memiliki visi dan misi menjadi lembaga pendidikan yang memiliki keunggulan dalam melahirkan generasi yang sholeh dan pembelajar untuk memiliki pemahaman syar'i dan kompetensi di bidang sains teknologi. Dalam mewujudkan visi dan misi tersebut, SMPIT Luqmanul Hakim melakukan berbagai cara diantaranya : pelatihan bagi guru, menyediakan program-program untuk memfasilitasi bakat siswa, meningkatkan sarana prasarana sekolah, dan lain-lain. Akan tetapi berbagai upaya yang dilakukan oleh SMPIT Luqmanul Hakim kurang dapat terpenuhi dengan baik, hal ini disebabkan adanya keluhan dari wali kelas dan guru yang mengajar di kelas terutama kelas IX mengenai perilaku belajar siswa dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan observasi dan wawancara, beberapa siswa di SMPIT Luqmanul Hakim terlihat tidak tepat waktu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, beberapa orang diantara siswa mengaku tidak

membuat catatan, beberapa siswa mengerjakan tugas sambil tiduran di meja dan sebagian tampak pasif ketika dalam proses pembelajaran padahal saat itu guru sedang menggunakan strategi mengajar *contextual learning* dan mereka terlihat kurang berpartisipasi dalam kegiatan belajar. Hasil wawancara yang dilakukan pada wali kelas IX SMPIT Luqmanul Hakim, didapatkan data bahwa dalam proses pembelajaran siswa kelas IX, ada 7 orang siswa yang memiliki prestasi belajar yang rendah. Wali kelas selalu mendapatkan keluhan dari semua guru yang mengajar di kelas, mengenai permasalahan siswa tersebut dalam proses pembelajaran.

Guru mengeluhkan beberapa siswa tersebut selalu menunggu untuk diperintah oleh guru dalam belajar terutama dalam mengerjakan tugas, siswa menyontek hasil pekerjaan temannya karena merasa malas dan tidak yakin akan kemampuan diri sendiri, dan siswa belum bisa mengatur dan mengelola diri untuk kegiatan belajar. Siswa juga tidak membaca buku-buku pelajaran dan tidak menyelesaikan latihan (LKS) tepat waktu sesuai yang diperintahkan oleh guru.

Menurut Psikolog Sekolah yang bertugas di SMPIT Luqmanul Hakim, ketujuh orang siswa di kelas IX sering dikeluhkan oleh guru-guru yang mengajar di kelas tersebut. Berdasarkan hasil psikotes yang dilakukan oleh psikolog sekolah mengenai ketujuh orang siswa tersebut menunjukkan kriteria yang sama, diantaranya : memiliki kecerdasan pada taraf rata-rata (100) hingga kategori rata-rata atas, mempunyai usaha dan daya juang yang rendah, kurangnya dorongan untuk berprestasi.

Dapat digambarkan, ketujuh siswa kelas IX SMPIT Luqmanul Hakim kurang memiliki inisiatif dalam belajar, dan belum dapat merancang belajar mereka sendiri. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku siswa tersebut kurang aktif dalam pembelajaran padahal guru telah mencoba melakukan strategi pengajaran yang memungkinkan siswa untuk dapat terlibat dalam setiap pembelajaran. Siswa tersebut tidak memiliki motivasi internal dalam kegiatan pembelajaran di tunjukkan dengan menyelesaikan tugas bila ada tegu-

ran dari guru, sering mencontek jawaban teman dan kurang minat dalam membaca buku pelajaran. Siswa tersebut juga tidak memiliki kemampuan dalam mengatur waktu sehingga sering tidak menyelesaikan tugas/latihan yang diberikan guru. Hal ini menunjukkan siswa-siswa tersebut memiliki *self-direction in learning* (kemandirian dalam belajar) yang rendah.

Menurut Guglielmino & Guglielmino (2006) siswa yang memiliki *self direction in learning* adalah siswa yang dapat mengambil inisiatif (baik dengan atau tanpa bantuan orang lain) dalam mendiagnosis kebutuhan kebutuhan belajar mereka, merumuskan tujuan-tujuan belajar, menentukan sumber-sumber belajar, memilih dan melaksanakan strategi belajar yang sesuai, dan mengevaluasi hasil belajar mereka sendiri. Siswa yang memiliki *self direction in learning* yang tinggi digambarkan sebagai orang yang mampu mengontrol proses belajar, mempergunakan bermacam-macam sumber belajar, mempunyai motivasi internal dan memiliki kemampuan mengatur waktu serta memiliki konsep diri yang positif dibandingkan dengan mereka yang *self direction in learning*-nya rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh para ahli seperti Garrison tahun 1997, Schillereff tahun 2001, dan Scheidet tahun 2003, *self-direction in learning* dapat ditumbuhkan pada semua siswa yang berada pada jenjang sekolah menengah maupun sekolah dasar dalam rangka meningkatkan prestasi dan kemampuan siswa. *Self direction in learning* dapat diartikan sebagai belajar aktif, yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai suatu kompetensi guna mengatasi suatu masalah dan dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki. Rendahnya *self-direction in learning* mengakibatkan prestasi belajar siswa rendah. Penelitian yang dilakukan Lasena (2014) terdapat hubungan *self direct in learning* dengan prestasi belajar pada siswa SMA, dengan koefisien korelasi sebesar 0,79, ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan *self direct in learning* dengan prestasi belajar. Untuk itu siswa yang memiliki *self-direction in learning* rendah perlu

ditingkatkan. Perlu adanya penanganan agar dapat meningkatkan *self-direction in learning* sekaligus meningkatkan prestasi belajar siswa. Penanganan yang paling tepat adalah memberikan bimbingan dan arahan kepada siswa melalui pembiasaan mengenai pengelolaan dirinya dalam belajar, salah satunya memberikan pembelajaran teknik *self-management* yang dilakukan dengan konseling kelompok.

Di dalam beberapa jurnal penelitian, ditemukan beberapa penelitian yang dilakukan dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk meningkatkan *self-direction in learning* (kemandirian dalam belajar) terbukti efektif. Jurnal tersebut menjadikan peneliti tertarik untuk menggunakan konseling kelompok teknik *self-management* sebagai intervensi dalam meningkatkan *self-direction in learning* siswa. Hanya saja dalam penelitian ini, peneliti menambahkan tazkiyatun nafsi, peneliti akan merancang suatu program intervensi yang melibatkan proses belajar dan pembiasaan untuk mengatur diri dalam mengubah perilaku belajar yang tidak diinginkan dengan mengintegrasikan nilai-nilai tazkiyatun nafs kedalam strategi-strategi *self-management*, sehingga intervensi dalam penelitian ini menjadi konseling kelompok dengan teknik *self-management tazkiyatun nafsi*.

Alasan peneliti memadukan teknik Self-Management dengan Tazkiyatun-nafsi adalah berdasarkan dari beberapa jurnal penelitian memberikan saran bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian pengembangan yang disesuaikan dengan kondisi dan karakter sekolah. Di SMPIT Luq-maul Hakim sendiri memiliki program sekali satu semester dalam melaksanakan mabit, yang didalamnya terdapat kegiatan tazkiyatun nafsi. Untuk itu peneliti mencoba memasukkan nilai-nilai tazkiyatun nafsi ke dalam strategi-strategi *self management*.

Gibbons (2002) mengemukakan pembentukan *self-direction in learning* pada siswa ditentukan oleh dua hal. Pertama adalah sumber sosial, yaitu orang dewasa yang berada di lingkungan siswa seperti orangtua, pelatih, anggota keluarga dan guru. Orang dewasa ini

dapat mengkomunikasikan nilai *self-direction in learning* dengan modelling, memberikan arahan dan mengatur perilaku yang akan dimunculkan. Sumber yang kedua mempunyai kesempatan untuk melatih *self-direction in learning*. Siswa yang secara konstan selalu diatur secara langsung oleh keluarga atau orangtua dan guru. Oleh karenanya, hal inilah yang menjadi dasar dilakukannya konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi*, yang mana pada pelaksanaannya nanti membutuhkan arahan, dan pengaturan oleh konselor. Juga berkaitan dengan karakteristik dari usia perkembangan siswa SMP, yang masih membutuhkan arahan dan bimbingan orang dewasa.

Konseling kelompok dipilih sebagai media dengan alasan karena adanya kelompok akan terjadi suatu mikrokosmos social (*social microcosm*) dimana terjadi gabungan antar anggota kelompok, antar anggota dengan terapis, dan antara anggota dengan kelompok secara keseluruhan. Segala proses yang terjadi dalam kelompok dapat membantu membangun pemahaman diri yang baru dengan perspektif yang lebih baik. Ketika peneliti melakukan wawancara dengan beberapa siswa secara bersamaan, siswa terlihat lebih antusias dan tampak terjadi dialog antara mereka, hal ini berbeda ketika peneliti wawancara bila siswa dalam keadaan sendiri. Kemudian, adanya kontribusi teman sebaya yang secara kajian literatur memiliki peranan yang kuat bagi siswa, diharapkan dapat membantu siswa dalam proses konseling. Peran teman sebagai model tingkah laku, reinforcement sosial, agen pembanding dan agen pengkritik serta persuasif diharapkan terinternalisasi pada setiap siswa.

Konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* merupakan pendekatan *cognitif-behavior* yang dirancang untuk membantu siswa mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah yang lebih efektif. Peneliti akan menangani *self-direction in learning* siswa dengan cara mengatur perilaku siswa agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu meningkatkan *self-direction in learning* siswa.

Penelitian menunjukkan bahwa Tazkiyatun Nafs berperan dalam membentuk akhlak siswa dalam belajar. Dan penelitian lainnya menjelaskan bahwa mengintegrasikan nilai-nilai tazkiyatun nafs kedalam kurikulum pendidikan agama Islam dan mengintegrasikan nilai-nilai tazkiyatun nafs kedalam kegiatan yang terprogram dapat memunculkan pendidikan karakter berbasis tazkiyatun nafs. Adapun kegiatan pembiasaan tersebut seperti shalat berjama'ah, shalat dhuha, tadarrus al-Qur'an, shiyam ramadhan, l'tikaf ramadhan, zakat fitrah dan udhiyyah.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti mencoba memasukkan nilai-nilai yang terkandung dalam tazkiyatun nafsi pada strategi *self-management* ke dalam proses konseling kelompok. Tazkiyatun nafsi merupakan konsep pendidikan jiwa yang diambil dari buku ihya 'ulumuddiin Imam Al ghazali (1994). Program tazkiyatun nafsi ini terdiri dari: niat, solat sunat dhuha, solat wajib 5 waktu, solat sunat rawatib dan qiyamul lail serta pemaknaan puasa. Aspek psikologis yang terkandung setiap program tazkiyatun nafsi diantaranya adalah : 1. Niat adalah mereferensikan sesuatu yang ingin dicapai, karena itu setiap muslim harus senantiasa memperbaiki niat dalam ibadahnya, yaitu ikhlas untuk Allah semata. Niat merupakan penggerak individu untuk melakukan sesuatu, di dalam psikologi dikenal dengan istilah "intensi". Dengan mendapatkan materi niat ini diharapkan dapat merubah sikap dan motif siswa untuk menjadi lebih terarah dalam proses belajar. 2. Sholat (fardhu dan sunat) dapat memunculkan sikap disiplin, dan dapat melatih untuk dapat fokus. 3. Pemaknaan puasa melatih disiplin dan melatih diri untuk memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri/*self control*.

Aspek psikologis yang terkandung pada nilai-nilai tazkiyatun nafsi inilah yang diharapkan akan muncul saat pelaksanaan teknik *self-management*. Menurut Cormier & Nurius (2003) bahwa teknik *self-management* terdiri dari 4 strategi.

Strategi pertama adalah, Pemantauan diri (*self-monitoring*) adalah siswa mengamati diri sendiri, mencatat sendiri tingkah laku yang diubah (pikiran, perasaan dan tindakan).

Dalam melaksanakan strategi pemantauan diri (*self-monitoring*) peneliti akan memadukan dengan Niat. Niat siswa perlu untuk diluruskan niatnya terlebih dahulu. Niat di dalam psikologi dikenal dengan istilah "intensi". Dengan mendapatkan materi niat ini diharapkan dapat merubah sikap dan motif siswa untuk menjadi lebih terarah dalam proses belajar.

Strategi yang kedua adalah *Stimulus control* yaitu merancang sebelumnya kegiatan/program untuk menambah atau mengurangi tingkah laku, dalam hal ini siswa memerlukan perencanaan kondisi lingkungan untuk itu peneliti memadukan strategi ini dengan program tazkiyatun nafsi. Siswa dapat merancang kondisi lingkungannya dengan membuat *schedule* sholat (fardhu dan sunnat) dan belajarnya. Sholat (fardhu dan sunat) dapat memunculkan sikap disiplin, dan melatih untuk dapat fokus serta konsisten.

Strategi yang ketiga adalah *Self reward* yaitu mengatur perilaku dengan memberikan hadiah pada diri sendiri, setelah tercapainya tujuan yang diinginkan. Dalam hal ini siswa memerlukan pengendalian diri dan pemaknaan terhadap keberhasilannya ketika ia berhasil dalam merubah perilakunya. Untuk itu peneliti memadukan strategi ini dengan pemaknaan puasa. Siswa diberikan pemahaman kognitif melalui pemaknaan puasa dapat melatih disiplin dan melatih diri untuk memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri.

Strategi yang keempat adalah *Self as model* yaitu siswa menjadikan diri sendiri sebagai model, melihat diri sendiri dalam menampilkan tujuan perilaku yang dirubah. Dengan menjadikan diri sendiri sebagai model. Untuk itu peneliti memadukan strategi ini dengan niat dan pemahaman sholat. Siswa diberikan pemahaman secara kognitif mengenai niat dan pelaksanaan serta pemaknaan sholat.

Untuk mendapatkan pemahaman siswa mengenai program tazkiyatun nafsi maka pelaksanaan Tazkiyatun nafsi dilaksanakan dengan cara mabit (menginap) selama 4 hari 4 malam. Selain memberikan pemahaman juga bertujuan agar nilai-nilai yang dikandung dalam program tazkiyatun nafsi

dapat terinternalisasi pada diri siswa. Dengan dipadukannya nilai-nilai tazkiyatun nafsi ke dalam strategi *self-management* diharapkan siswa dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan belajar yang lebih baik, sehingga dapat meningkatkan *self-direction in learning* (kemandirian dalam belajar).

Didasarkan pada intervensi yang menggunakan konseling kelompok dengan teknik *self-management tazkiyatun nafsi* belum ada diteliti maka peneliti mengusulkan penelitian ini dalam bentuk Rancangan Modul, setelah itu peneliti akan melakukan uji coba Rancangan Modul untuk melihat efektivitasnya.

Metode

Studi ini merupakan pengembangan metode dan penelitian. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-Post Test*, pengaruh treatment dilihat dengan cara membandingkan pola-pola dari Pre dan Post test pada sekelompok subjek.

Adapun langkah-langkah sebagai berikut;

1. Membuat Perancangan modul
2. Uji coba rancangan untuk melihat efektivitasnya (*eksperimen*).
3. Evaluasi Modul

Kegiatan I : Membuat Perancangan Modul Konseling Kelompok Berbasis Teknik *Self-Management Tazkiyatun Nafsi*

Perancangan modul konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* dilakukan atas dasar pengukuran yang telah dilakukan pada kegiatan awal dan ditujukan untuk meningkatkan *self-direction in learning* siswa.

Adapun kegiatan yang akan dilakukan dalam proses perancangan modul konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* antara lain:

1. Penentuan tujuan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi*

2. Penentuan materi konseling kelompok berbasis teknik self-management tazkiyatun nafsi
3. Penentuan metode konseling kelompok teknik berbasis self-management tazkiyatun nafsi
4. Membuat alur program intervensi, disusun untuk menjelaskan proses yang akan dijalani peserta intervensi dalam menjalani program intervensi sesuai tujuan intervensi

Kegiatan II : Uji Coba Modul Untuk Melihat Efektifitas

Untuk melihat apakah rancangan intervensi yang telah dibuat efektif dalam meningkatkan self direction in learning siswa, maka dilakukan uji coba dengan menetapkan desain uji coba Rancangan Modul. Desain yang digunakan adalah One Group Pretest-Post Test. Pengaruh treatment dilihat dengan cara membandingkan pola-pola dari Pre dan Post test pada sekelompok subjek. Pada One Group Pretest-Post Test design, pengukuran diambil dari dependent variable yang dilakukan baik sebelum maupun sesudah perlakuan diberikan pada kelompok yang sama dan hasilnya dibandingkan antara keadaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Kegiatan III : Evaluasi Uji Coba Modul

1. Evaluasi Proses Pelaksanaan Uji Coba Modul
 - a. Evaluasi tujuan intervensi
 - b. Evaluasi materi intervensi
 - c. Evaluasi metode dan material intervensi
 - d. Evaluasi tata bahasa modul
2. Evaluasi Feedback Peserta Terhadap Uji Coba Modul

Hal yang ingin diketahui adalah kepuasan terhadap metode, materi dan material yang digunakan dalam intervensi.

Subjek

Subyek ujicoba penelitian ini sebanyak 5 orang, merupakan siswa yang memiliki self direction in learning rendah, dengan karakteristik:

1. Memiliki kesediaan untuk mengikuti treatment yang diberikan peneliti
2. Di rekomendasikan oleh wali kelas dan Psikolog Sekolah, didasarkan hasil psikotes
3. Memiliki taraf kecerdasan rata-rata (100)-di atas rata-rata
4. Memiliki daya juang rendah
5. Kurang dorongan untuk berprestasi

Pengukuran

Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self direction in learning*. Merupakan adaptasi dari skala yang disusun oleh Guglielmino (1977), yang kemudian dialih bahasa oleh Darmayanti (1993), kemudian dimodifikasi kembali oleh Darmayanti (2001) dengan koefisien uji reliabilitas sebesar 0,9. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yang telah dimodifikasi oleh Darmayanti (2001) kemudian peneliti melakukan modifikasi beberapa item untuk disesuaikan dengan penelitian ini. Untuk itu, peneliti akan melakukan uji validitas dan reliabilitas.

Adapun Indikator untuk menyusun skala ukur antara lain:

1. Inisiatif sendiri, meliputi :
 - Memiliki minat belajar,
 - Mempunyai ide
 - Mampu membuat keputusan sendiri dalam belajar
2. *Self Planned* (perencanaan diri), meliputi:
 - Kemampuan mengatur tujuan belajarnya
 - Mampu mengidentifikasi dan mencari informasi mengenai materi pembelajaran
 - Mampu menetapkan *standart* yang akan dicapai dalam belajar
3. Kebutuhan belajar sendiri, meliputi:
 - Berpikir secara mandiri dalam memahami materi pembelajaran
 - Mampu menentukan strategi belajar
 - Mampu mengikuti semua kegiatan dalam belajar
4. *Self Conducted*, meliputi :
 - Mampu melaksanakan aktivitas belajar sendiri
 - Mampu menghadapi hambatan dalam proses pembelajaran

- Mampu menemukan strategi alternatif dalam belajar
- Mampu menemukan pemecahan masalah bila mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran

5. Evaluasi

- Mampu melakukan penilaian hasil belajar diperoleh dengan target yang ingin dicapai.

Indikator-indikator tersebut dikembangkan menjadi item-item pernyataan yang sesuai dengan proporsi yang telah ditentukan. Data tentang variabel Self Direction in Learning dapat diperoleh dengan menyusun alat ukur skala Self Direction in Learning yang berjumlah 70 item.

Pernyataan dalam skala ini terdiri dari pernyataan yang positif (*favourable*) dan negatif (*unfavourable*). Pernyataan yang *favourable* yaitu pernyataan yang berisi tentang hal-hal yang positif mengenai obyek sikap. Sebaliknya, pernyataan yang *unfavourable* adalah pernyataan yang berisi hal-hal yang negative mengenai obyek sikap, yaitu bersifat tidak mendukung ataupun kontra terhadap obyek sikap yang diungkap.

Hasil

Hasil penelitian ini dibagi kedalam 3 bagian, yaitu: (1) Hasil Rancangan modul konseling kelompok berbasis teknik self-management tazkiyatun nafsi (2) Hasil Uji coba

modul konseling kelompok berbasis teknik self-management tazkiyatun nafsi untuk melihat efektifitas (3) Hasil evaluasi modul.

1. Hasil Rancangan modul konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi*

Modul konseling kelompok berbasis teknik self-management tazkiyatun nafsi diberikan kepada siswa SMPIT Luqmanul Hakim, untuk menguji kelayakan pakai modul konseling kelompok berbasis teknik self-management tazkiyatun nafsi yang telah dirancang. Diberikan kepada 5 orang siswa yang memiliki self-direction in learning. Hasil uji coba akan dijadikan dasar dalam melakukan revisi rancangan modul konseling.

Tujuan Intervensi

Tujuan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* adalah meningkatkan *self-direction in learning* pada siswa SMPIT Luqmanul Hakim.

Materi Intervensi

Materi-materi yang disampaikan pada saat uji coba ditentukan berdasarkan tujuan khusus yang telah ditentukan. Setiap materi diaplikasikan melalui masing-masing kegiatannya. Adapun kegiatan-kegiatan dan materi-materi dalam intervensi konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* yang digunakan ketika uji coba modul dapat dilihat pada penjabaran di bawah ini:

Tabel 1. Materi Intervensi

No	Tujuan Khusus	Kegiatan/Materi
1	Siswa bersedia membuka diri untuk mengikuti konseling	- Pembukaan - Ice Breaking - Kontrak Belajar
2	<ul style="list-style-type: none"> • Siswa memahami pengertian <i>self-direction in learning</i> dalam kaitan dengan proses pembelajaran dan menyadari bahwa ia memiliki <i>self-direction in learning</i> rendah • Siswa memahami aspek-aspek <i>self direction in learning</i> 	Pemberian materi pada pertemuan konseling ke-2
3	Siswa mampu mengidentifikasi perilaku belajarnya yang kurang baik dan mencatatnya di lembar monitoring kemudian memunculkan niat untuk mengubah perilaku belajarnya menjadi lebih baik.	Pemberian materi pada - Mabit ke-1 & pert konseling ke-2
4	Siswa dapat memahami teknik <i>self-management tazkiyatun nafsi</i> , yaitu : <i>self monitoring, stimulus control, self reward dan self as model</i>	Pemberian materi pada - Mabit ke-1 & pert konseling ke-2, - Mabit ke -2 & pert konseling ke-3,
5	Siswa memiliki keterampilan untuk mengubah perilaku belajarnya yang kurang baik dengan menggunakan teknik <i>self-management tazkiyatun nafsi</i>	Pemberian materi pada - Mabit ke-3 & pert konseling ke-4, - Mabit ke -4 & pert konseling ke-4,

Metode dan Material Intervensi

Metode yang digunakan dalam intervensi ini ditentukan untuk membantu kelancaran proses penyampaian materi, sedangkan material dibuat untuk membantu kelancaran

pelaksanaan metode intervensi. Metode dan material yang digunakan dalam uji coba konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* adalah :

Tabel 2. Metode dan Material Intervensi

Metode	Deskripsi	Material Intervensi
Diskusi	Konselor memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, berbagi pengalaman dan membahas suatu topik, sesama peserta maupun dengan konselor.	Lembar monitoring,
Ceramah	Fasilitator memberikan penjelasan materi <i>tazkiyatun nafsi</i> pada kegiatan mabit mengenai : 1. "Mari kita luruskan niat" 2. "Mari Disiplinkan diri dengan sholat" 3. "Kontrol diri dengan puasa" 4. "Tingkatkan usahamu".	Materi yang disampaikan disajikan dalam bentuk power point dan hand out
Latihan	Konselor mengajak peserta untuk melakukan kegiatan tertentu dan memberikan instruksi kepada peserta mengikuti dan melakukan apa yang diinstruksikan.	- Form lembar monitoring - Tabel Muttaba'ah

Waktu pelaksanaan intervensi

Dilaksanakan selama empat (4) hari empat (4) malam.

2. Analisis Untuk melihat Efektifitas Uji Coba Modul

Hasil Uji Statistik

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, nilai Z adalah -2,032. Dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ diperoleh nilai P sebesar 0,042. Kriteria penolakan H_0 adalah apabila $P \leq \alpha$ maka H_0 ditolak. Dari hasil uji statistik dapat disimpulkan jika H_0 ditolak maka H_1 diterima, artinya konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* efektif meningkatkan *self-direction in learning*.

Analisis Berdasarkan Statistik Deskriptif

Data hasil pengukuran *self-direction in learning* akan dianalisa melalui statistik deskriptif. Hasil uji coba ini akan disajikan per subjek uji coba.

Berdasarkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* terjadi perubahan skor pada setiap subjek penelitian uji coba terhadap *self-direction in learning*.

3. Hasil Evaluasi *Feedback*

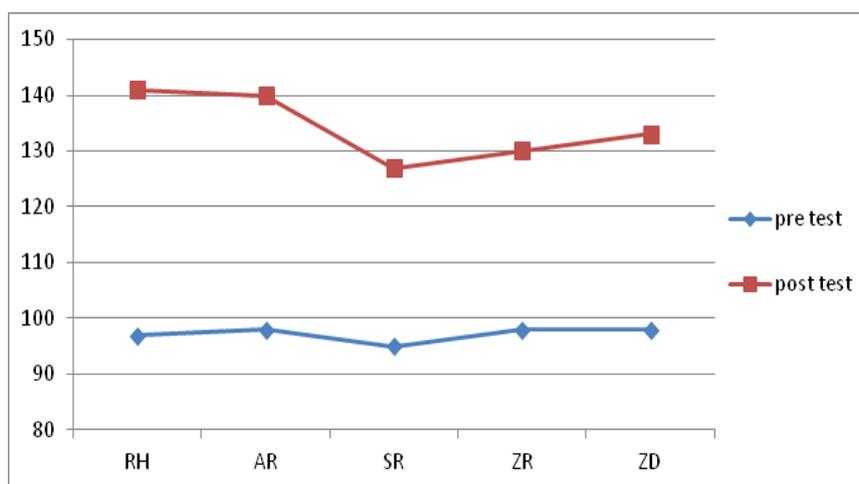
Evaluasi modul yang diperoleh dari

feedback subjek uji coba menunjukkan penilaian positif terhadap pemberian metode, materi dan material modul konseling berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi*. Sedangkan *Feedback fasilitator*, secara keseluruhan materi intervensi ini mendapatkan penilaian positif baik dari segi materi dan metode.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* terjadi perubahan skor pada setiap subjek penelitian uji coba terhadap *self-direction in learning*. Data tersebut diambil melalui alat ukur *self-direction in learning* dan disajikan dalam bentuk grafik untuk melihat perubahan yang terjadi pada treatment yang dilakukan.

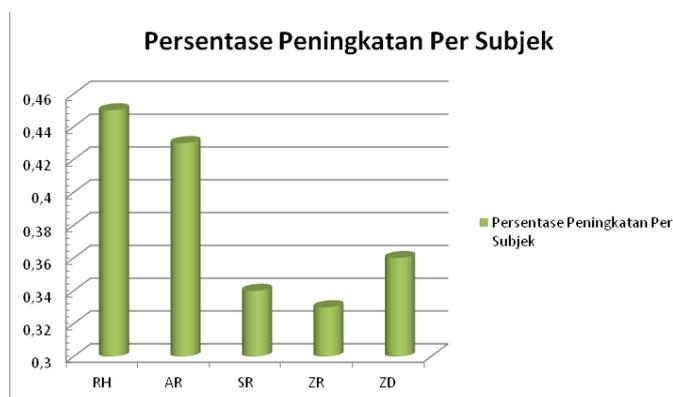
Pada grafik di atas, terlihat bahwa grafik biru menunjukkan skor *self-direction in learning* sebelum diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* dan grafik merah menunjukkan skor sesudah diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi*. Grafik tersebut menggambarkan bahwa terjadi peningkatan skor sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi*.



Grafik 1. Peningkatan Skor Pre-Post Test Subjek Uji Coba

Kenaikan angka skor RH terjadi pada semua aspek (*grafik*), artinya konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* menjadi suatu treatment yang meningkatkan *self-direction in learning* RH. Jika dilihat dari selisih nilai pre-post test yang paling tinggi berada pada aspek *self-conducted*. Secara total terjadi perubahan signifikan dari angka skor 97 menjadi 141, itu artinya *self-direction in learning* meningkat dari kategori rendah menjadi kategori sedang. Kenaikan angka skor AR terjadi pada semua aspek, artinya konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* menjadi suatu treatment yang meningkatkan *self-direction in learning* AR. Jika dilihat dari selisih nilai pre-post test yang paling tinggi berada pada aspek kebutuhan belajar. Secara total terjadi perubahan signifikan dari angka skor 98 menjadi 140, itu artinya *self-direction in learning* meningkat dari kategori rendah menjadi kate-

gori sedang. Kenaikan angka skor SR terjadi pada semua aspek, artinya konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* menjadi suatu treatment yang meningkatkan *self-direction in learning* SR. Jika dilihat dari selisih nilai pre-post test yang paling tinggi berada pada aspek *self-conducted*. Secara total terjadi perubahan signifikan dari angka skor 95 menjadi 127, itu artinya *self-direction in learning* meningkat dari kategori rendah menjadi kategori sedang. Kenaikan angka skor ZR terjadi pada semua aspek, artinya konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* menjadi suatu treatment yang meningkatkan *self-direction in learning* ZR. Jika dilihat dari selisih nilai pre-post test yang paling tinggi berada pada aspek evaluasi. Secara total terjadi perubahan signifikan dari angka skor 98 menjadi 130, itu artinya *self-direction in learning* meningkat dari kategori rendah menjadi kategori sedang.



Grafik 2. Peningkatan Persentase Subjek Uji coba

Peningkatan yang terjadi cukup signifikan, jika dilihat dari masing-masing selisih peningkatannya (dalam %) bisa diasumsikan bahwa dari kelima subjek uji coba *self-direction in learning* meningkat karena pemberian treatment. Pada grafik terlihat subjek RH efektivitas konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* meningkatkan *self-direction in learning*-nya sebesar 45%. Pada subjek ST efektivitas konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* meningkatkan *self-direction in learning*-nya sebesar 43%. Pada subjek SR efektivitas konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun*

nafsi meningkatkan *self-direction in learning*-nya sebesar 34%. Pada subjek ZR konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* meningkatkan *self-direction in learning*-nya sebesar 33%. Pada subjek ZD konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* meningkatkan *self-direction in learning*-nya sebesar 36%.

Dari 5 subjek, derajat efektivitas yang paling tinggi dalam peningkatan *self-direction in learning* adalah subjek RH, hal ini disebabkan beberapa faktor diantaranya adalah keaktifan selama proses konseling, dari data dilembar monitoring terlihat subjek mengerjakan sepenuhnya kegiatan-kegiatan yang

harus dikerjakan oleh subjek, banyak memberikan masukan kepada anggota kelompok yang lain, sehingga bisa mempercepat proses pembelajaran dalam mengelola dirinya dalam belajar. Skor efektifitas yang paling kecil adalah subjek ZR, beberapa hal yang menjadi penyebab diantaranya adalah kurang aktif berpartisipasi dalam kelompok, subjek lebih banyak diam ketika anggota kelompok lain memberikan pendapat meskipun ia tampak berusaha memberikan masukan kepada anggota kelompok lain. Pada subjek AR peningkatan skor terlihat signifikan karena AR termasuk yang aktif, sering memberikan masukan dan AR tampak fokus mendengarkan pemaparan anggota kelompok lain sehingga dapat membantu AR untuk *insight* bahwa ia harus memiliki keinginan yang kuat untuk mengubah perilaku belajarnya yang kurang baik.

Pada subjek SR peningkatan cukup signifikan karena ia banyak mendapat masukan dari anggota kelompok lain dan mendapatkan *insight*, padahal jika dilihat dari hasil pre test SR memiliki skor terendah dibandingkan anggota kelompok lainnya. Hal ini diakui SR bahwa ia merasa mendapat dukungan anggota kelompok yang lain sehingga sangat membantunya dalam melaksanakan strategi yang telah ditetapkannya sendiri. Sedangkan subjek ZD peningkatan skor terlihat signifikan meskipun ia terlihat jarang memberikan masukan namun jika anggota kelompok yang lain berbicara ZD memperhatikan dengan seksama, hal ini berpengaruh terhadap pelaksanaan strategi yang dilakukan oleh ZD dan pelaksanaan kegiatan tazkiyatun nafsi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1). Memperoleh modul konseling kelompok teknik *self-management tazkiyatun nafsi* untuk meningkatkan *self-direction in learning* siswa SMPIT Luqmanul Hakim. 2). Hasil uji coba modul menunjukkan modul konseling kelompok berbasis teknik *self-management tazkiyatun nafsi* terbukti efektif dalam men-

ingkatkan *self-direction in learning* 3). Hasil *feedback* penelitian dan observasi yang dilakukan terhadap rancangan modul mendapatkan penilaian positif, sehingga layak untuk dijadikan sebagai modul dalam meningkatkan *self-direction in learning* siswa.

Daftar Pustaka

- Al Ghazali, Imam. (1999). Ihya' Ulumuddin: Semarang: CV As Syifa.
- American Psychological Association (APA). (1999). Standards for Educational and Psychological Testing. Washington, D.C.: American Educational Research Association
- Azwar, S. (2004). Validitas dan Reliabilitas. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Brockett, R G, Hiemstra, R (1991) Self-direction in Learning: Perspectives in Theory, Research, and Practice. Routledge, London, UK
- Corey, Gerald. 2007. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: Refika Aditama.
- Darmayanti, T. (1993). Readiness for self-directed learning and achievement of the students. Unpublished master's thesis. University of Victoria, BC
- Darmayanti, T. (2001). Self-directed learning readiness scale: Adapatasi instrument penelitian belajar mandiri. Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh, 2 (2), hal. 126-136.
- Ghazali, M. Bahri. (2001). Konsep Ilmu Menurut Al Ghazali suatu tinjauan Psikologi Pedagogik: Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya
- Gibbons, Meurice. (2002). The Self-directed Learning Handbook. Vancouver: Wiley
- Guglielmino, L M (1977) Development of the self-directed learning readiness scale (Doctoral dissertation, University of Georgia). Dissertation Abstracts International 1978 38: 6467A
- Guglielmino. L.M & Guglielmino, P.1. (1991). The learning preference assessment. Don mills, Ontario: Organization Design and Development inc.
- Guglielmino, L.M. & P.J. Guglielmino. (2006).

- Taufiq, Muhammad Izzuddin. (2006). Psikologi Islam: Jakarta: Gema Insani.
- Taimiyah, Ibnu. (2013). Tazkiyatun Nafs: Jakarta: Darus Sunnah.
- Yalom, LD. (1985), The Theory and Practice of Group Psychotherapy Fifth Edition. New York: Basic Book.
- Wahyuningsih, Diana Dewi. (2014). Efektivitas Teknik Self Management Untuk Meningkatkan kemandirian Belajar Siswa SMP. Tesis. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Pascasarjana Universitas Negeri Malang.
- Zahidah, Isna. (2015). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self-Management Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA N 1 Karangreja Kabupaten Purbalingga Tahun. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan: Semarang: UNIVERSITAS PGRI Semarang.