

# Profil Kemandirian Belajar Remaja Dan Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan Konseling

Arnik Agniya Fikriyah<sup>1</sup>, Ipah Saripah<sup>2</sup>

[1] Universitas Pendidikan Indonesia, [2] Universitas Pendidikan Indonesia.

## Abstract

This research is motivated by the phenomenon that adolescents have learning independence problems as indicated by some students not confident in their abilities, still dependent on other people, having difficulty studying independently, following friends' work, some students ask for answers during tests, and lack of initiative to ask when there is learning material that has not been understood. This study aims to determine the description of adolescent learning independence. This research uses a quantitative approach and a descriptive method. The results showed that the profile of adolescent learning independence at MAN 3 Ciamis showed that 51% or as many as 49 people were in the medium category. Furthermore, 49% or as many as 47 people are in the high category. That is, in general, the proportion of students' learning independence in the moderate category is slightly more than in the high category and relatively balanced. Based on this, it is necessary to provide counseling services, namely group guidance as an alternative to increase adolescent learning independence.

**Keywords:** Independent Learning; Students; Group Guidance

## Article Info

Artikel History: Submitted: 2023-01-10 | Published: 2023-03-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v13i1.7020>

Vol 13, No 1 (2023) Page: 225 – 235

(\*) Corresponding Author: Arnik Agniya Fikriyah, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia, Email: [arnikagniya28@yahoo.com](mailto:arnikagniya28@yahoo.com)



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

## INTRODUCTION

Individu dalam kehidupannya memiliki tugas yang harus diselesaikan dalam fase perkembangannya. Salah satu tugas perkembangan pada individu berkaitan dengan kemandiriannya diharapkan mampu mengatur diri dan tidak bergantung kepada orang lain. Apabila individu berhasil melakukan tugas perkembangan tertentu, maka ia akan bahagia dan berhasil untuk tugas perkembangan lainnya. Sebaliknya, apabila individu gagal dalam melaksanakan tugas perkembangannya maka ia akan mengalami kesulitan dan tidak bahagia (Hurlock, 2000).

Kemandirian menjadi kompetensi dan keterampilan yang perlu dikembangkan. Pada masa remaja, perkembangan kemandirian menjadi cepat dikarenakan adanya perubahan fisik dan kognitif, meluasnya hubungan sosial serta adanya hak dan tanggung jawab tambahan pada seseorang. Kemandirian menjadi hal yang penting bagi remaja karena pada dasarnya individu akan menjalankan kehidupan dan menghadapi tantangan. Remaja yang memiliki kemandirian yang tinggi akan mampu menghadapi permasalahan dengan percaya diri dan sikap tanggung jawab.

Individu yang berada pada masa remaja menempuh pendidikan pada tingkat sekolah menengah. Pada prosesnya, individu diharapkan memiliki kemandirian dalam belajar yang ditunjukkan dengan sikap tanggung jawab, memiliki inisiatif, memiliki tekad dan mampu menerima resiko (Sugianto et al., 2020). Berdasarkan pemaparan tersebut, maka kemandirian belajar menjadi dasar dalam pendidikan dan menjadi komponen yang penting dari setiap upaya utama akademik (Schunk & Greene, 2011).

Pada tingkat sekolah menengah, peserta didik cenderung dibimbing oleh guru mengenai materi, waktu dan proses belajar. Sementara di perguruan tinggi, peserta didik dituntut untuk dapat mengelola pembelajarannya secara mandiri atau sendiri (Wehlburg & Bemernutty, 2011). Apabila peserta didik tidak dapat mengarahkan diri, tidak memiliki motivasi dan tidak mempertahankan kognisi dan perilaku dalam mengejar tujuan akademik maka akan sulit dalam keberhasilan akademiknya (Wehlburg & Bemernutty, 2011). Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar yang rendah dikhawatirkan berpengaruh pada pencapaian akademik atau prestasi peserta didik (Febrianti & Rahmah, 2018).

Kemandirian belajar dalam paradigma bimbingan konseling merupakan kemampuan yang harus dimiliki oleh peserta didik agar ia memiliki prestasi yang lebih baik. Pada pendidikan formal yaitu sekolah menengah, peserta didik diharapkan dapat mengembangkan potensi salah satunya yaitu kemandirian (Departemen Pendidikan Nasional, 2008). Untuk mencapai kemandirian, peserta didik membutuhkan layanan bimbingan konseling dari guru bimbingan konseling atau konselor dikarenakan kurangnya pemahaman dan wawasan pengaturan diri mengenai motif untuk belajar, metode belajar, upaya yang harus dilakukan, sumber daya social serta lingkungan Zimmerman (Schunk & Ertmer, 2000). Adanya kemandirian belajar dapat membuat peserta didik memiliki pengetahuan, memiliki inisiatif untuk belajar dimanapun dan kapanpun. Parker (2006a) menyatakan kemandirian penting untuk dikembangkan pada peserta didik karena dapat membantu peserta didik menjadi pribadi yang aktif, mandiri, kreatif, dan memiliki kompetensi.

Menurut Zimmerman & Schunk (2001) terdapat fenomena yang menunjukkan kurangnya kemandirian belajar pada peserta didik misalnya peserta didik menghindari kegiatan atau berhenti, menggunakan strategi belajar yang tidak efektif, menetapkan tujuan yang mudah, dan tidak mencari bantuan ketika diperlukan. Apabila kemandirian belajar peserta didik rendah dan tidak segera diatasi, maka peserta didik akan mengalami hambatan dan tertinggal dalam belajar sampai jenjang pendidikan selanjutnya (Honesty, 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh dari guru bimbingan konseling di MAN 3 Ciamis ditemukan bahwa peserta didik di MAN 3 Ciamis yang berada pada masa remaja memiliki permasalahan kemandirian belajar yang ditunjukkan dengan beberapa peserta didik tidak percaya diri dengan kemampuan diri, masih tergantung terhadap orang lain, sulit untuk belajar secara mandiri, mengikuti pekerjaan teman, beberapa peserta didik meminta jawaban ketika ulangan dan kurang inisiatif untuk bertanya ketika terdapat

materi pembelajaran yang belum dipahami. Berdasarkan pemaparan tersebut maka perlu adanya upaya dari guru bimbingan dan konseling dan konselor dalam mengembangkan dan meningkatkan kemandirian belajar remaja.

Kemandirian secara konseptual mengacu pada kapasitas individu dalam memperlakukan diri sendiri. Peserta didik yang sudah mencapai kemandirian ditandai dengan mampu menjalankan atau melakukan kegiatan sendiri tanpa pengaruh control dari orang lain (Steinberg, 2002). Menurut Collins et al., (1997) kemandirian diartikan sebagai kebebasan untuk membuat pilihan, mengejar ujuan, dan mengatur perilaku, kognisi, dan emosi sendiri. Prasetyo (2018) menyatakan peserta didik yang mandiri akan mampu menghadapi persaingan dan tidak mudah menyerah. Apabila peserta didik memiliki kemandirian yang rendah maka akan cenderung tidak mampu menentukan keputusan sendiri karena selalu ditentukan oleh orang lain.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian merupakan kemampuan individu dalam berfikir dan bertindak berdasarkan pilihan sendiri dengan bebas dan bertanggung jawab.

Belajar merupakan usaha yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan perubahan yang diperoleh dari pengalaman dan interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 2003). Belajar juga diartikan sebagai proses seseorang sebagai upaya mencapai tujuan belajar atau hasil belajar (Abdurrahman, 2012). Nurjan (2016) menyatakan belajar diartikan sebagai proses perubahan dalam memperoleh pengetahuan dan sebagai hasil latihan.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses individu sebagai peserta didik dengan tujuan mengalami perubahan ke arah yang lebih baik secara pengetahuan dan perilaku. Menurut Song & Hill (2007) kemandirian belajar berhubungan dengan proses dan atribut peserta didik. Proses di sini mencakup perencanaan, pemantauan dan evaluasi. Sementara atribut peserta didik mencakup sumber daya, strategi dan motivasi. Umar & Sulo (2005) menyatakan kemandirian belajar diartikan sebagai aktivitas belajar berdasarkan keinginan sendiri, pilihan sendiri dan sikap tanggung jawab.

Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar akan terlihat tenang dalam menghadapi masalah, tantangan, tugas belajar karena rasa percaya diri yang dimiliki tinggi sehingga sulit terpengaruh oleh orang lain (Prayuda et al., 2014). Kemandirian belajar dirasa penting dalam mengukur hasil belajar karena dengan peserta didik memiliki kemandirian belajar yang tinggi, maka akan memiliki pengetahuan belajar yang luas dan inisiatif (Thoken et al., 2017)

Peserta didik yang memiliki kemandirian belajar dapat dilihat secara metakognitif, motivasi, dan perilaku dalam belajar (Zimmerman, 1989a). Peserta didik sebagai individu yang berada pada masa remaja diharapkan mampu menentukan tujuan, mengatur dan mengelola belajar sehingga dapat mencapai tujuan yang ditetapkan.

Menurut Mudijiman (Laksana & Hadijah, 2019) terdapat ciri-ciri peserta didik yang memiliki kemandirian belajar yaitu a) Yakin dengan kemampuan yang dimiliki, b) Berpartisipasi aktif dalam belajar, c) Mampu membuat dan mengelola jadwal belajar; d) Mampu menyelesaikan tugas dan masalahnya dengan baik; e) Memiliki dorongan sebagai upaya dalam mencapai tujuan sehingga mendapat peserta didik merasa puas.

Menurut Zimmerman (1989) terdapat tiga aspek kemandirian belajar yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku yang aktif dalam belajar.

- a. Metakognisi artinya peserta didik melakukan perencanaan, penetapan tujuan, mengatur dan mengevaluasi diri.

- b. Motivasi artinya peserta didik secara intrinsik tertarik pada tugas dan melakukan upaya dan ketekunan yang besar.
- c. Perilaku artinya peserta didik mampu menciptakan lingkungan belajar, mengatur jadwal belajar, meminimalkan gangguan, memberikan penghargaan kepada diri sendiri, dan berupaya mencari bantuan dari orang lain.

Kemandirian belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Djaali (Sugianto et al., 2020) terdapat faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup konsep diri, motivasi dan sikap. Sementara faktor eksternal mencakup lingkungan sekitar, masyarakat dan sekolah.

Bimbingan konseling merupakan suatu proses layanan bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling kepada peserta didik sebagai konseli agar mereka mampu mencapai kemandirian. Salah satu alternatif strategi dalam layanan bimbingan konseling yaitu bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok diartikan sebagai proses bantuan kepada individu dalam suasana kelompok dengan tujuan agar peserta didik mampu belajar, berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam mencegah masalah serta dalam mengembangkan diri (Rusmana, 2009). Gladding (1995) menambahkan bahwa bimbingan kelompok merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dalam suatu kelompok dengan cara meningkatkan kemampuan agar dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

Maka disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu proses bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan konseling dan konselor dalam pengaturan kelompok yang terdiri dari 2 sampai 10 peserta didik agar mereka mampu mencegah suatu masalah dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan.

Latihan kelompok merupakan salah satu teknik yang dapat digunakan dalam membantu permasalahan peserta didik baik secara pribadi, sosial, belajar dan karir. Latihan kelompok dirasa dapat memberikan kekuatan dan wawasan dalam mengenal diri sendiri (Jacobs et al., 2012). Terdapat beberapa jenis kegiatan dalam teknik latihan diantaranya yaitu latihan menulis, bergerak, lingkaran, *dyads and triads*, perangkat kreatif, seni dan kerajinan tangan, latihan berfantasi, bacaan umum, umpan balik, membangun kepercayaan, pengalaman, dilema moral, pengambilan keputusan dan sentuhan.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka penting untuk dikaji profil kemandirian belajar remaja dan implikasinya bagi layanan bimbingan konseling.

## **METHOD**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah survey deskriptif. Yang bertujuan untuk mengetahui profil kemandirian belajar. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif yang dimana untuk mengetahui profil kemandirian belajar remaja..

### **Partisipan**

Partisipan penelitian adalah peserta didik kelas XI di MAN 3 Kabupaten Ciamis Provinsi Jawa Barat.. Partisipan penelitian adalah seluruh kemandirian belajar peserta didik kelas XI di MAN 3 Ciamis Tahun Pelajaran 2022/2023 yang terdiri dari 3 jurusan yaitu IPA, IPS dan Keagamaan sebanyak 96 orang.

### Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah skala psikologi yang merupakan salah satu jenis alat ukur yang menggunakan persyaratan tertulis untuk mendapatkan informasi dari responden. teknik pengumpulan data dalam penelitiannya itu menggunakan angket. Skala model *Likert* menjadi skala yang digunakan pada penelitian ini dalam mendapatkan data empirik dari kemandirian belajar remaja.

### Prosedur Penelitian

Sebelum pengisian skala psikologi, berupa angket, responden diberitahu mengenai tujuan penelitian ini dan diminta untuk mengisi secara jujur sesuai dengan diri responden. Selain itu, peneliti juga memastikan kerahasiaan atas informasi yang diberikan responden serta wajib mengisi secara lengkap identitas mereka.

### Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan pemberian skor, menjumlahkan skor total, rata-rata secara umum dan aspek serta dikelompokkan berdasarkan kategorisasi tinggi, sedang dan rendah. Instrumen kemandirian belajar menggunakan lima alternative jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu ®, tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS).

Kemandirian belajar dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan peserta didik kelas XI di MAN 3 Ciamis Tahun Pelajaran 2022/2023 tidak terlalu banyak bergantung dalam proses belajar yang mencakup metakognisi, perilaku dan motivasi.

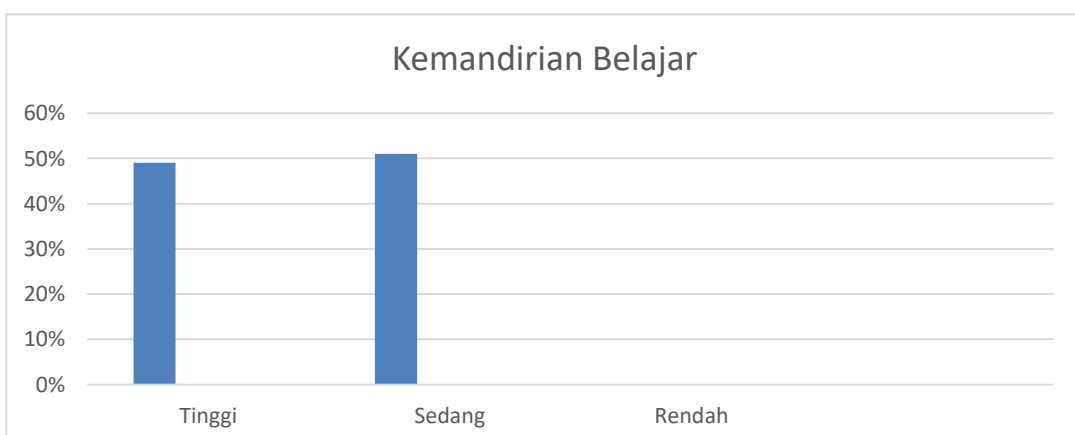
- Aspek metakognisi yang dimaksud dalam penelitian adalah peserta didik memiliki kesadaran diri, perencanaan belajar dan mampu melakukan evaluasi terhadap hasil belajar.
- Aspek perilaku yang dimaksud dalam penelitian adalah peserta didik mampu mengelola waktu belajar, melakukan usaha mengerjakan tugas, menciptakan lingkungan belajar dan mengoptimalkan sumberdaya belajar.
- Aspek motivasi yang dimaksud dalam penelitian adalah peserta didik memiliki keyakinan atas kemampuan diri, memiliki orientasi terhadap tujuan belajar dan memberikan penghargaan pada diri.

## RESULT AND DISCUSSION

### Result

Profil Umum Kemandirian Belajar Remaja di MAN 3 Ciamis

Grafik 1. Profil Kemandirian Belajar Remaja Secara Umum



Profil kemandirian belajar remaja di MAN 3 Ciamis diperoleh melalui pengolahan instrument kemandirian belajar remaja yang dikembangkan sebelumnya. Profil kemandirian belajar remaja di MAN 3 Ciamis menunjukkan bahwa 51% atau sebanyak 49 orang berada pada kategori sedang. Selanjutnya 49% atau sebanyak 47 orang berada pada kategori tinggi. Artinya, secara umum proporsi kemandirian belajar peserta didik dengan kategori sedang sedikit lebih banyak dari pada kategori tinggi dan relative seimbang.

Sementara profil kemandirian belajar berdasarkan aspek yang diungkap melalui Instrumen kemandirian belajar pada remaja di MAN 3 Ciamis Tahun Pelajaran 2022/2023 mencakup metakognisi, motivasi dan perilaku. Terdapat tiga kategori pada penelitian yaitu tinggi, sedang dan rendah. Adapun profil kemandirian belajar pada remaja di MAN 3 Ciamis berdasarkan aspek Tahun Pelajaran 2022/2023 dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Profil Kemandirian Belajar Remaja Berdasarkan Aspek

No	Aspek	Butir Item	Skor Rata-Rata	Kategori
1	Metakognisi	8	29,01	Tinggi
2	Motivasi	12	44,34	Tinggi
3	Perilaku	23	75,10	Tinggi

Berdasarkan Tabel 1 dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar kelas XI di MAN 3 Ciamis Tahun Pelajaran 2022/2023 sebagian besar peserta didik pada aspek metakognitif dengan rata-rata sebesar 29,01 termasuk dalam kategori tinggi. Aspek motivasi dengan perolehan rata-rata sebesar 44,34 termasuk dalam kategori tinggi. Selanjutnya aspek perilaku memiliki perolehan rata-rata 75,10 termasuk dalam kategori tinggi.

Temuan penelitian mengungkap profil kemandirian belajar remaja di MAN 3 Ciamis berdasarkan indikator digambarkan pada Tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Profil Kemandirian Belajar Berdasarkan Indikator

No	Aspek	Indikator	Rata-Rata Skor	Kategori
1	Meta kognitif	Kesadarandiri	13,83	Sedang
		Perencanaan belajar	7,53	Sedang
		Evaluasi terhadap hasil belajar	7,64	Sedang
2	Motivasi	Keyakinan atas kemampuandiri	15,5	Tinggi
		Orientasi terhadap tujuan belajar	19	Tinggi
		Memberikan penghargaan pada diri	15,43	Sedang
3	Perilaku	Mengelola waktu belajar	20,75	Sedang
		Usaha mengerjakan tugas	33,52	Tinggi
		Menciptakan lingkungan belajar	14,01	Tinggi

Mengoptimalkan sumberdaya belajar	6,82	Sedang
-----------------------------------	------	--------

Berdasarkan Tabel 2, Profil kemandirian belajar berdasarkan indikator menunjukkan hasil yang cukup beragam. Dari sepuluh indikator kemandirian belajar terdapat empat indikator yang berada pada kategori tinggi yaitu pada aspek motivasi mencakup indikator keyakinan atas kemampuan diri dan orientasi terhadap tujuan belajar. Sementara pada aspek perilaku mencakup indikator usaha mengerjakan tugas dan menciptakan lingkungan belajar.

Enam indikator lainnya berada pada kategori sedang yaitu pada aspek metakognisi yang mencakup indikator kesadaran diri, perencanaan belajar dan evaluasi terhadap hasil belajar. Selanjutnya pada aspek motivasi mencakup indikator memberikan penghargaan pada diri. Sementara pada aspek perilaku mencakup indikator mengelola waktu belajar dan mengoptimalkan sumberdaya belajar.

### Discussion

Kemandirian belajar mengacu pada peserta didik mampu mengelola pembelajaran secara mandiri (Uniconn, 2013). Zimmerman (2002) menyatakan kemandirian belajar mengacu pada pemikiran, perasaan dan perilaku sendiri dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar berkaitan dengan kemampuan peserta didik dalam mengelola pembelajaran melibatkan pemikiran, perasaan dan perilaku. Kemandirian belajar menjadi kemampuan yang perlu dimiliki oleh peserta didik.

Peserta didik dalam penelitian merupakan kelas XI jurusan IPA, IPS dan Keagamaan yang memiliki tugas perkembangan remaja. Merujuk pada tugas perkembangan remaja, peserta didik hendaknya mampu mengembangkan keterampilan intelektualnya dan mengembangkan perilaku tanggungjawab untuk memasuki masa dewasa (Hurlock, 1980). Salah satu keterampilan intelektual dan perilaku tanggungjawab sebagai peserta didik misalnya terkait pengelolaan waktubelajar, menentukan strategi belajar, dan menyelesaikan tugas sesuai dengan waktunya. Adanya kemandirian belajar akan memudahkan peserta didik dalam mengelola pembelajaran dan memperoleh prestasi akademik. Penelitian menunjukkan bahwa kemandirian belajar memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap prestasi belajar (Rita & Nurrahmah, 2016).

Terdapat tahapan dalam kemandirian belajar yaitu fase pemikiran, fase kinerja dan refleksi diri (Zimmerman & Schunk (1989). Fase pemikiran berkaitan dengan kegiatan kognitif mencakup analisis tugas dengan menetapkan tujuan dan perencanaan strategi pembelajaran, motivasi, persepsi peserta didik terkait efikasi diri serta harapan hasil belajar. Fase kinerja berkaitan dengan usaha untuk mengoptimalkan pembelajaran dan mencakup penggunaan manajemen waktu dan pengamatan diri. Sementara fase refleksi diri mencakup penilaiandiri, kepuasandiri dan kesimpulan.

Kemandirian belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pribadi, perilaku dan lingkungan (Zimmerman, 1989b). Faktor pribadi mencakup pengetahuan, pengambilan keputusan, tujuan belajar dan kondisi emosi. Faktor perilaku mencakup observasi diri, penilaian diri dan reaksi diri. Faktor lingkungan mencakup pengalaman sosial dan lingkungan belajar.

Berdasarkan temuan penelitian, terdapat empat indikator yang berada pada kategori tinggi diantaranya yaitu keyakinan atas kemampuan diri, orientasi terhadap tujuan belajar, upaya mengerjakan tugas dan menciptakan lingkungan belajar. Adanya

keyakinan atas kemampuan diri dan berorientasi terhadap tujuan belajar mendorong peserta didik untuk terus berupaya dalam mencapai tujuan belajar. Apabila peserta didik tidak yakin dengan kemampuan diri maka ia akan merasa malu, cemas lebih parahnya mengisolir diri.

Upaya mengerjakan tugas dapat dilakukan oleh peserta didik dengan cara seperti membuat catatan, membuat rangkuman dan mengerjakan latihan soal. Kemandirian belajar dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti tempat tinggal, status ekonomi, iklim sekolah dan ancaman. Peserta didik diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar yang nyaman, aman serta meminimalisir gangguan baik di lingkungan sekolah dan di lingkungan rumah.

Selanjutnya, peserta didik juga perlu mengelola jadwal belajar dan melaksanakan kegiatan belajar dengan konsisten. Pengelolaan jadwal belajar merupakan hal penting dikarenakan seseorang yang memiliki keterampilan dalam mengatur waktu akan memiliki prestasi yang tinggi Britton & Tesser (Seli & Dembo, 2016).

Sementara enam indikator lainnya berada pada kategori sedang yaitu kesadaran diri, perencanaan belajar, evaluasi terhadap hasil belajar, memberikan penghargaan pada diri, mengelola waktu belajar dan mengoptimalkan sumberdaya belajar. Artinya, peserta didik perlu diberikan intervensi layanan bimbingan konseling oleh guru bimbingan konseling atau konselor agar kemandirian belajar berkembang secara optimal. Salah satu alternatif yang dapat dilaksanakan di madrasah yaitu layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok dirasa dapat membantu peserta didik dari segi perkembangan intelektual dan social (Schmidt, 2003). Berdasarkan tujuannya, bimbingan kelompok berupaya agar peserta didik mampu mengatur hidupnya, memiliki pandangan sendiri, mampu mengambil keputusan sendiri serta mampu menghadapi berbagai resiko (Winkel & Hastuti, 2004). Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan layanan bantuan dari guru bimbingan konseling atau konselor yang sifatnya informatif, pengembangan dan pencegahan sesuai berdasarkan kebutuhan peserta didik.

Materi yang dapat dibahas dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok berkaitan dengan bidang belajar diantaranya yaitu berkaitan dengan motivasi dan tujuan belajar, kebiasaan dan strategi dalam belajar, kedisiplinan, pentingnya menguasai materi atau keterampilan, memanfaatkan sumberdaya yang mendukung pembelajaran di madrasah dan di rumah.

Terdapat teknik yang dapat digunakan dalam layanan bimbingan kelompok, salah satunya yaitu *group exercise* atau latihan kelompok. Beberapa alasan *group exercise* menjadi salah satu alternatif dalam intervensi layanan bimbingan kelompok dikarenakan teknik tersebut mendorong peserta didik untuk fokus terhadap materi tertentu dalam penelitian ini berkaitan dengan kemandirian belajar, membangun diskusi antarpeserta didik serta menciptakan kebahagiaan, rasa nyaman dan aman. Jenis kegiatan yang dapat dilakukan diantaranya yaitu menulis, bergerak, lingkaran, dyad dan triad, perangkat kreatif, seni dan kerajinan tangan, umpan balik, *trust*, *experiential*, dilema moral, keputusan kelompok dan sentuhan.

## CONCLUSION

Profil kemandirian belajar remaja di MAN 3 Kabupaten Ciamis Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa 51% atau sebanyak 49 orang berada pada kategori sedang. Selanjutnya 49% atau sebanyak 47 orang berada pada kategori tinggi. Artinya, secara umum proporsi kemandirian belajar peserta didik dengan kategori sedang sedikit lebih banyak daripada kategori tinggi dan relative seimbang. Adanya temuan penelitian berimplikasi terhadap layanan bimbingan konseling yang dapat diberikan oleh guru bimbingan konseling dan konselor.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* menjadi salah satu alternatif yang dapat dilaksanakan di madrasah dalam rangka meningkatkan dan mengembangkan kemandirian belajar remaja yang berada pada kategori sedang dan memelihara aspek kemandirian belajar yang berada pada kategori tinggi. Terdapat jenis kegiatan yang dapat dilakukan dalam teknik *group exercise* yaitu menulis, bergerak, lingkaran, dyad dan triad, perangkat kreatif, seni dan kerajinan tangan, umpan balik, *trust*, *experiential*, dilema moral, keputusan kelompok dan sentuhan. *Group exercise* dirasa mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, nyaman serta anggota dalam kelompok mendapatkan pengetahuan melalui kegiatan layanan bimbingan.

## ACKNOWLEDGEMENT

Para peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak sekolah MAN Kabupaten Ciamis Provinsi Jawa Barat atas kesempatan yang telah diberikan untuk menjadikan anak didiknya responden dalam penelitian ini. Dan Universitas Pendidikan Indonesia yang telah mensupport dalam penyelesaian penelitian ini.

## REFERENCE

- Abdurrahman, M. (2012). *Anak Berkesulitan Belajar (Teori, Diagnosis dan Remediasinya)*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Collins, W. A., Laursen, B., Mortensen, N., Luebker, C., & Ferreira, M. (1997). Conflict processes and transitions in parent and peer relationships: Implications for autonomy and regulation. *Journal of Adolescent Research*, 12, 178–198.
- Creswell, J. W. (2012). *Research design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta.
- Febrianti, T., & Rahmah, M. (2018). Efektivitas Pelaksanaan Konseling Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VIII Di SMP Tulus Bhakti. *Guidance*, 33–42. <https://uia.e-journal.id/guidance/article/view/295>
- Gladding, S. T. (1995). *Group Work: a counseling specialty (second edition)*. United States of America. Prentice Hall.
- Honesty, A. (2022). *Program Hipotetik Bimbingan Belajar Berdasarkan Profil Kemandirian Belajar Peserta Didik dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi COVID-19*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan : Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta. Gramedia.
- Hurlock, E. B. (2000). *Perkembangan Anak*. Jakarta. Erlangga.
- Jacobs, E. E., Schimmel, C. J., Masson, R. L. L., & Harvill, R. L. (2012). *Group Counseling Strategies and Skills, seventh edition*. USA. Brooks/Cole.

- Laksana, A. P., & Hadijah, H. S. (2019). Kemandirian Belajar sebagai Determinan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.17509/jpm.v4i1.14949>
- Nurjan, S. (2016). *Psikologi Belajar*. Ponorogo. Wade Group.
- Parker, D. (2006). *Menumbuhkan Kemandirian dan Harga Diri Anak*. PT Prestasi Jakarta. Pustakaraya.
- Prasetyo, F. A. D. (2018). *Pendampingan Orang Tua Dalam Proses Belajar Anak*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Prayuda, R., Thomas, Y., & Basri, M. (2014). Pengaruh Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Di SMA. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3
- Rita, N., & Nurrahmah, A. (2016). Pengaruh Kemandirian Belajar dan Pengaruh Perhatian Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal Formatif*, 6.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah: Metode, Teknik dan Aplikasi*. Bandung. Rizqi Press.
- Schmidt, J. J. (2003). *Counseling In Schools: Essential Services and Comprehensive Programs (Fourth Edition)*. USA. Pearson Education, Inc.
- Schunk, D. H., & Ertmer, P. A. (2000). Self-regulation and academic learning: Self-efficacy enhancing interventions. In *Handbook of Self-Regulation* (pp. 631–649). Academic Press. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780121098902500482>
- Schunk, D. H., & Greene, J. A. (2011). Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance. *Educational Psychology Handbook Series*, Academic Press
- Seli, H., & Dembo, M. H. (2016). *Motivation and Learning Strategies for College Success: A Focus on Self Regulated Learning*. New York and London. Routledge. Taylor and Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9781315724775>
- Slameto. (2003). *Motivasi Belajar Mengajar. Belajar dan faktor- faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta. PT.Raja Grafindo Persada.
- Song, L., & Hill, J. R. (2007). A Conceptual Model for Understanding Self-Directed Learning in Online Environments. *Journal of Interactive Online Learning*, 1, 27–42.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence sixth edition*. New York. McGraw Hill Inc.
- Sugianto, I., Suryandari, S., & Age, L. D. (2020). Efektivitas Model Pembelajaran Inkuiri Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Di Rumah. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(3), 159–170. <https://doi.org/10.47492/jip.v1i3.63>
- Thoken, F., Asrori, & Purwanti. (2017). Analisis Kemandirian Belajar Pada Siswa Kelas X SMA Kemala Bhayangkari Sungai Raya. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 6.
- Umar, & Sulo, L. (2005). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Uniconn. (2013). *Phases of Self-Regulation [Online]*. Univesity of Connecticut. [http://nrcgt.uconn.edu/Underachievement\\_Study/SelfRegulation/Sr\\_Section6/](http://nrcgt.uconn.edu/Underachievement_Study/SelfRegulation/Sr_Section6/)
- Wehlburg, C. M., & Bembernuty, H. (2011). *Self Regulated Learning*. San Fransisco. Wiley.
- Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2004). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta. Media Abadi.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (1989). *Self-Regulated Learning and Academic Achievement (Theory, Research and Practice)*. [https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4\\_1](https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4_1)
- Zimmerman, B. J. (1989a). A Social Cognitive View of Self-Regulate Academic Learning.

- Journal of Educational Psychology*, 81(3).
- Zimmerman, B. J. (1989b). A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning. *Journal of Educational Psychology*, 81, 2–23.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2001). *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives*. New Jersey. Lawrence Erlbaum Associates.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview Theory into Practice. *Journal of Educational Psychology*, 41.