

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan upaya untuk membantu perkembangan siswa, sebagai makhluk individu dan makhluk sosial, sehingga siswa dapat hidup secara layak dalam kehidupannya. Pendidikan siswa dibekali dengan berbagai ilmu pengetahuan, dikembangkan nilai-nilai moralnya dan keterampilannya. Di dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional dikemukakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.¹

Pendidikan adalah setiap usaha yang dilakukan untuk mengubah perilaku menjadi perilaku yang diinginkan sesuai dengan nilai-nilai dan norma-norma yang berlaku, setiap anak harus dididik dengan cara-cara yang sehat agar dapat mencapai perkembangan intelektual yang

¹ Departemen Pendidikan Nasional, UU Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang SISDIKNAS, (Jakarta : DEPDIKNAS, 2003), hlm.6.

maksimal. Kepribadiannya terbentuk dengan wajar, mencerminkan sikap-sikap kejujuran, kebenaran, dan tanggung jawab supaya dapat menjadi anggota masyarakat. Anak mendapatkan pendidikan diberbagai tempat, salah satu tempat anak mendapatkan pendidikan adalah sekolah.

Sekolah merupakan tempat kedua yang berperan memberikan pengajaran dan pendidikan kepada anak-anak sesudah orangtua di rumah. Sekolah menyelenggarakan program-program kependidikan yang dapat mendorong anak didik untuk meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotornya sehingga anak didik mampu memahami setiap masalah yang terjadi di sekitar lingkungannya. Proses pembelajaran di sekolah tentu mempunyai tujuan. Adapun salah satu tujuannya adalah semua siswa dapat memperoleh prestasi yang membanggakan.

Prestasi belajar merupakan hasil yang dicapai seseorang atau peserta didik dalam usaha belajarnya yang kemudian disimbolkan dengan nilai angka atau huruf yang menunjukkan tingkat-tingkat penguasaan terhadap materi pelajaran yang telah dipelajari. Angka atau huruf tersebut dicantumkan dalam rapornya. Rapor memperlihatkan bagaimana tingkat kemajuan atau prestasi belajar peserta didik dalam suatu periode belajar.

Marsun dan Martaniah dalam Sia Tjundjing berpendapat bahwa prestasi belajar merupakan hasil kegiatan belajar, yaitu sejauh mana peserta didik menguasai bahan pelajaran yang diajarkan, yang diikuti oleh munculnya perasaan puas bahwa ia telah melakukan sesuatu dengan

baik. Hal ini berarti prestasi belajar hanya bisa diketahui jika telah dilakukan penilaian terhadap hasil belajar siswa.²

Faktor penyebab anak mendapatkan prestasi tinggi atau prestasi rendah menurut Sumardi Suryabrata dapat digolongkan menjadi 2 bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berasal dari dalam diri siswa meliputi dua aspek, yakni: a) Aspek Fisiologis (yang bersifat jasmaniah), b) Aspek Psikologis (yang bersifat rohaniah). Sedangkan faktor eksternal yaitu kondisi lingkungan disekitar siswa, meliputi dua faktor yaitu faktor sosial dan faktor nonsosial.

Tugas utama siswa di sekolah adalah belajar, dengan belajar siswa akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat belajar dengan baik seorang siswa harus memiliki kemampuan *Self management* yang baik pula. Setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam belajar. *Self management* dalam belajar adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana individu mengarahkan pengubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar. Dengan kata lain *Self management* dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengelola potensi lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar.

Self Management berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan

² Syarif Hidayat, *Teori dan Prinsip Pendidikan*, (Tangerang: Pustaka Mandiri, 2013), hlm. 83.

untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna. Lebih lanjut Gie menyatakan bahwa *Self management* bagi siswa mencakup sekurang-kurangnya 4 bentuk perbuatan sebagai berikut: (1) pendorongan diri (*Self Motivation*); (2) penyusunan diri (*Self Organization*); (3) pengendalian diri (*Self Control*); (4) pengembangan diri (*Self Development*).³

Sukadji juga berpendapat bahwa *self management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.⁴

Self management merupakan salah satu jenis keterampilan belajar yang penting dimiliki siswa. Keterampilan *self management* dianggap penting karena keterampilan tersebut dapat mempengaruhi aspek belajar siswa yang lainnya. Hal ini terbukti dari beberapa penelitian tentang *self management*. Penelitian yang dilakukan oleh Syafi'i pada tahun 2009 menghasilkan kesimpulan bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara manajemen waktu terhadap prestasi belajar Kimia, antara motivasi belajar terhadap prestasi belajar Kimia serta antara manajemen waktu

³ The Liang Gie, *Cara Belajar yang Efisien Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Liberty, 2000), hlm. 188.

⁴ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hlm. 180.

dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar Kimia siswa.⁵ Artinya, terdapat dua aspek yang tidak mempengaruhi prestasi belajar siswa dalam mata pelajaran Kimia yaitu aspek manajemen waktu dan motivasi belajar.

Self management diharapkan dapat membentuk individu kearah yang lebih baik sesuai dengan perilaku mana yang akan ditingkatkan atau dikurangi sehingga mampu membantu diri untuk memotivasi kerja yang lebih baik. Siswa yang memiliki *self management* tinggi akan mampu mengatur diri sendiri dan menentukan prioritas tujuan dengan menggunakan waktu seefektif dan seefisien mungkin untuk belajar dan mengerjakan tugas-tugas sekolah. Sebaliknya siswa merasa kesulitan mengelola dirinya sendiri sehingga tidak mampu memanfaatkan waktu belajar secara efektif, mudah terpengaruh hal-hal negatif, yang dapat menyebabkan siswa kehilangan tanggung jawab sebagai pelajar. Hal tersebut dapat menyebabkan prestasi belajar menurun. Hal ini sejalan dengan pernyataan yang dikemukakan Slameto bahwa agar belajar dapat berjalan dengan baik dan berhasil perlulah seorang siswa mempunyai jadwal yang baik dan melaksanakannya dengan teratur/disiplin.⁶ Dengan kata lain, siswa yang mampu mengatur waktunya dengan baik maka proses dan hasil belajarnya juga akan baik pula.

⁵ Ade Suryani A. Hi Syafi'i, *Pengaruh Manajemen Waktu dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Kimia Siswa Kelas X MAN Maguwoharjo Sleman Yogyakarta*, Skripsi, (Yogyakarta: Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Kalijaga, 2009).

⁶ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), hlm. 82.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling yang peneliti lakukan di SMP Negeri 255 Jakarta kelas VII dan kelas VIII. Bahwa siswa berasal dari latar belakang lingkungan yang berbeda-beda ada yang berasal dari lingkungan faktor sosial dan nonsosial yang baik dan ada yang berasal dari lingkungan faktor sosial dan nonsosial yang kurang baik. Siswa yang berprestasi tinggi dengan faktor lingkungan sosialnya kurang baik seperti orang tua yang sudah bercerai, tetapi dia memiliki prestasi yang tinggi di sekolah. Sedangkan siswa yang berprestasi rendah dengan faktor lingkungan sosialnya yang baik dan didukung oleh sarana dan prasarana belajar yang memadai, justru dia memiliki prestasi belajar yang rendah di sekolah.

Hasil wawancara dengan wali kelas diketahui bahwa ada beberapa siswa yang tidak mempunyai keinginan untuk membaca; hal ini ditandai dengan jarang membaca buku pelajaran, jarang terlihat di perpustakaan. Siswa tidak memiliki motivasi untuk maju seperti pasif di dalam kelas dan tidak mengikuti kegiatan-kegiatan ekstrakurikuler. Ada siswa suka bermalas-malasan dan menunda-nunda pekerjaan seperti lebih mengutamakan main *games* dan bermain dengan teman-temannya daripada belajar, hal itu menunjukkan bahwa *self management* mereka buruk dan mengakibatkan rendahnya prestasi belajar siswa.

Berdasarkan permasalahan yang telah di jelaskan, maka peneliti tertarik untuk melakukan kajian mengenai “Perbedaan *Self Management* antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang

memiliki prestasi belajar rendah pada siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis mengidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *self management* pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah pada siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta?
2. Bagaimana perbedaan *self management* siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah melalui aspek dari *self management* tersebut pada siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta?

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah tersebut dapat dengan mudah untuk diteliti, maka peneliti akan membatasinya hanya pada Perbedaan *self management* pada siswa berprestasi yang tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah pada siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 255 Jakarta.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah utama pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan tingkat *self management* antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah pada siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta?”

E. Kegunaan Penelitian

Manfaat hasil penelitian ini yaitu:

1. Kegunaan Teoritik

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi peneliti serta para pendidik memahami perbedaan *self management* antara siswa antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah.

2. Kegunaan Praktik

Manfaat secara praktik dapat diberikan bagi beberapa pihak diantaranya:

a. Bagi Guru bimbingan dan konseling

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengetahui perilaku *self management* siswa dan membantu agar siswa dapat mengatur dirinya sendiri dengan baik dan menjadi bahan masukan untuk dapat bekerja sama dengan orang tua murid dalam pengaturan *self management* pada siswa.

b. Bagi Orang Tua

Agar orang tua mengawasi anak dalam mengatur dirinya dalam belajar, memotivasi anak agar bersemangat dalam belajarnya. Mengadakan konsultasi dengan guru kelas/guru Bimbingan Konseling atau Kepala Sekolah untuk mengetahui perkembangan anaknya di sekolah.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Untuk mahasiswa yang akan melakukan penelitian dan tertarik dengan isu ini dapat menggunakan hasil penelitian sebagai referensi tambahan untuk mengembangkan penelitian.

BAB II

KAJIAN TEORITIK, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS PENELITIAN

A. Deskripsi Teoritik

1. Hakekat *Self Management*

a. Pengertian *Self Management*

Menurut Sukadji *self management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.⁷

The Liang Gie menyatakan *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.⁸

Dalam buku *self management* 12 langkah manajemen diri, disebutkan bahwa *self management* adalah bagaimana seseorang

⁷ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2011), hlm. 180.

⁸ The Liang Gie, *Cara Belajar yang Baik Bagi Mahasiswa*, Edisi Kedua, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000), hlm. 77.

dapat mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri dan realita kehidupannya.⁹

Dembo menyatakan kata *management* adalah sebuah kunci untuk menjelaskan seorang pelajar itu sukses. *Self-management* adalah suatu faktor yang mempengaruhi proses belajar. Hal itu membangun kondisi yang optimal untuk belajar dan membuang pengaruh yang buruk dalam belajar. *Academic self-management* adalah sebuah strategi yang digunakan oleh pelajar untuk mengontrol faktor-faktor yang menghambat dalam belajar.

Dari beberapa pengertian menurut ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *self management* adalah kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu dapat mengelola dan mengatur diri untuk mengarahkan perubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar.

b. Tujuan *Self Management*

Sarafino menjelaskan bahwa sebagian besar *self management* diimplementasikan untuk mencapai empat jenis tujuan yang luas, yaitu menjadi lebih efektif dan efisien dalam kehidupan sehari-hari, melawan kebiasaan yang tidak diinginkan,

⁹ Ariwibowo Prijosaksono dan Marlan Mardianto, *Self Management 12 Langkah Manajemen Diri*, Cet.3, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2003), hlm. 12.

mengembangkan perilaku yang diinginkan, dan menguasai keterampilan sulit.¹⁰

Miltenberger juga menjelaskan tujuan dari *self management* adalah untuk meningkatkan perilaku yang defisit atau menurun, sehingga hasil positif dapat tercapai di masa depan. Selain itu juga menurunkan perilaku yang tidak diinginkan, karena perilaku yang tidak diinginkan akan memiliki dampak negatif pada kehidupan seseorang di masa depan.¹¹

c. Aspek-aspek *Self Management*

Menurut The Liang Gie menyatakan ada sekurang-kurangnya 4 aspek bentuk perbuatan *self management* bagi siswa yaitu: (1) pendorongan diri (*self motivation*), (2) penyusunan diri (*self organization*), (3) pengendalian diri (*self control*), (4) pengembangan diri (*self development*).¹²

1) Pendorongan diri (*self motivation*)

Syarat pertama seorang siswa untuk mencapai tujuan pendidikannya ialah pendorongan diri. Menurut The Liang Gie pendorongan diri adalah dorongan batin dalam diri seseorang

¹⁰ Sarafino Edward P, *Applied Behavior Analysis: Principles and Procedures for Modifying Behavior*, (United Stated: John Wiley & Sons, Inc, 2012), hlm. 235.

¹¹ Raymond G. Miltenberger, *Behavior Modification: Principles and Procedures, Fifth Edition*, (New York : Wadsworth, Cengage Learning, 2008), hlm. 404.

¹² The Liang Gie, *Op.cit.*, hlm. 78-80.

yang merangsangnya sehingga mau melakukan berbagai kegiatan untuk mencapai tujuan yang didambakan.¹³

2) Penyusunan diri (*Self Organization*)

Menurut The Liang Gie menyatakan bahwa penyusunan diri adalah pengaturan sebaik-baiknya terhadap pikiran, tenaga, waktu, tempat, benda, dan semua sumberdaya lainnya dalam kehidupan seorang siswa sehingga tercapai efisiensi pribadi. Efisiensi pribadi adalah perbandingan terbaik antara setiap kegiatan hidup pribadi siswa dengan hasil yang diinginkan. Misalnya penyimpanan semua dokumen pribadi (dari akte kelahiran, ijazah, dll) dalam berkas-berkas tertentu yang ditaruh pada suatu tempat tertentu pula. Bisa dikatakan juga pengorganisasian diri merupakan suatu usaha dalam mengatur dan mengurus segala hal yang menyangkut pikiran, waktu, tempat, benda, dan sumber daya lainnya yang menunjang pembentukan *self management*, apabila segala sesuatunya telah diatur sebaik mungkin, maka akan tercapai kehidupan individu menjadi lebih efisien.¹⁴

3) Pengendalian diri (*Self Control*)

Menurut The Liang Gie mengemukakan bahwa pengendalian diri adalah perbuatan manusia membina tekad

¹³ *Ibid.*, hlm.78.

¹⁴ *Ibid.*

untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat mengikis kelesuan, dan mengarahkan tenaga untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan di sekolah. Memang, kecenderungan bermalas-malasan, keinginan mencari gampang-gampang, kelesuan berjerih payah melakukan konsentrasi, kebiasaan menunda-nunda pelaksanaan tugas, belum lagi berbagai gangguan perhatian lainnya seperti acara televisi, iklan film, atau ajakan teman senantiasa menghebohkan kebanyakan siswa. Semuanya itu hanya bisa ditangkis atau dilawan dengan pengendalian diri.¹⁵

4) Pengembangan diri (*Self Development*)

Menurut The Liang Gie mengemukakan bahwa pengembangan diri adalah perbuatan menyempurnakan atau meningkatkan diri sendiri dalam berbagai hal. Pengembangan diri yang lengkap dan penuh mencakup segenap sumberdaya pribadi dalam diri seorang siswa, yaitu: kecerdasan pikiran, watak kepribadian, rasa kemasyarakatan, Untuk memelihara kesehatan jasmani maupun kesejahteraan rohani: ¹⁶

Menurut Zimmerman & Risemberg (dalam Dembo, 2004), ada beberapa komponen yang dapat membantu mengontrol pembelajaran dan *academic self management*, yaitu:

¹⁵ *Ibid.*, hlm.79.

¹⁶ *Ibid.*, hlm. 80.

1) Motivasi

Motivasi sebagai proses internal yang memberikan perilaku yang berenergi dan terarah. Proses internal meliputi tujuan individu, keyakinan, persepsi, dan harapan. Misalnya, kegigihan individu pada tugas sering berhubungan dengan bagaimana kompeten individu untuk menyelesaikan tugas. Selain itu, keyakinan individu tentang penyebab keberhasilan dan kegagalan pada tugas-tugas ini mempengaruhi motivasi individu dan perilaku pada tugas-tugas di masa depan.¹⁷

Salah satu perbedaan yang utama dari pelajar yang sukses dan pelajar yang tidak sukses adalah dimana dalam hal motivasi, pelajar yang sukses terlihat lebih bisa memotivasi dirinya sendiri walaupun dia berada dalam situasi yang tidak baik, sedangkan pelajar yang tidak sukses cenderung susah untuk mengontrol motivasi mereka. Menjadi pelajar yang sukses, seharusnya pelajar mampu berkonsentrasi dan yakin dengan banyak potensi dirinya dan pengaruh lingkungan.

Selain hal yang sudah dijelaskan, salah satu juga yang menjadi masalah dalam motivasi adalah ketekunan. Pelajar dapat saja memotivasi dirinya sendiri, namun tidak tekun karena ada hal-hal yang mengganggu ketika motivasi sedang dibangun. Terkadang, gangguan yang kecil dapat

¹⁷ Myron H. Dembo, *Motivation And Learning Strategies for College Succes: A Self Management Approach*, (America: Lawrence Erlbaum Associates, Inc, 2004), hlm. 10.

menyebabkan motivasi individu menurun. Untuk menjadi pelajar yang sukses pelajar seharusnya mampu untuk berkonsentrasi dan tanggap dengan lingkungan yang mengganggu.

2) Metode-metode Belajar

Istilah lain untuk metode pembelajaran adalah strategi belajar. Strategi belajar adalah metode yang digunakan pelajar untuk mendapatkan informasi. Pelajar berprestasi tinggi menggunakan strategi belajar lebih banyak daripada pelajar yang memiliki prestasi lebih rendah. Pelajar dapat menggunakan strategi yang berbeda pada kondisi belajar yang berbeda juga. Menggarisbawahi, meringkas, dan menguraikan merupakan tehnik dalam strategi belajar.¹⁸

Pelajar yang sukses hendaknya memiliki strategi pembelajaran yang baik. Hal ini dapat dengan memperlengkapi hal-hal yang dapat mempermudah pelajar dalam memahami sesuatu. Seperti membuat catatan kecil ketika guru menjelaskan sehingga ketika ujian dia tidak akan susah untuk menghafal bahan.

¹⁸ *Ibid.*, hlm.13.

3) Menggunakan Waktu dengan Baik

Pelajar dengan kemampuan manajemen waktu yang lebih baik cenderung memiliki rata-rata nilai lebih tinggi dibandingkan dengan pelajar dengan keterampilan manajemen waktu yang tidak baik. Manajemen waktu sangat dibutuhkan karena berdampak dengan management diri pelajar. Jika seorang pelajar mengalami kesulitan bergaul dengan waktu, dia tidak akan mengerti bagian tugas yang harus diutamakan.

Masalah dari kebanyakan pelajar adalah dimana mereka tidak memiliki banyak waktu untuk yang semestinya perlu untuk dikerjakan, karena dia tidak memiliki kemampaun dalam mengatur waktunya. Ketika pelajar dapat mengatur waktunya, maka dia dapat menganalisa waktunya dan bisa mempergunakan waktu sebaik-baiknya tanpa ada waktu yang terbuang. Dalam hal ini dapat dilihat bagaimana pelajar merancang waktu belajarnya dengan baik.¹⁹

4) Lingkungan Fisik dan Sosial

Aspek penting dari manajemen diri adalah kemampuan peserta didik untuk merestrukturisasi lingkungan fisik dan sosial untuk memenuhi kebutuhan mereka. Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Dembo, 2004) menemukan bahwa pelajar berprestasi tinggi lebih banyak melakukan

¹⁹ *Ibid.*, hlm.14.

restrukturisasi lingkungan dan lebih mungkin untuk mencari bantuan orang lain daripada pelajar yang berprestasi rendah. Untuk sebagian besar, restrukturisasi lingkungan mengacu pada lokasi tempat untuk belajar yang tenang atau tidak mengganggu. Walaupun tugas ini mungkin tidak muncul sulit dicapai, hal itu menimbulkan banyak masalah bagi pelajar yang baik pilih lingkungan yang tidak tepat pada awalnya atau tidak dapat mengendalikan gangguan setelah mereka terjadi.

Pengelolaan diri dari lingkungan sosial berkaitan dengan kemampuan individu untuk menentukan kapan ia harus bekerja sendiri atau dengan orang lain, atau ketika saatnya untuk mencari bantuan dari instruktur, tutor, teman sebaya, atau sumber daya nonsosial (seperti buku referensi). Mengetahui bagaimana dan kapan untuk bekerja dengan orang lain merupakan keterampilan penting sering tidak diajarkan di sekolah.²⁰

5) Performansi

Faktor terakhir yang Anda dapat mengelola adalah prestasi akademis. Dengan menulis makalah, menyelesaikan ujian, atau membaca buku, individu dapat belajar bagaimana menggunakan proses manajemen diri untuk mempengaruhi kualitas kinerja individu. Salah satu fungsi penting dari tujuan

²⁰ *Ibid.*, hlm.15.

(*goal*) adalah menyediakan kesempatan bagi individu untuk menganalisis kinerja individu tersebut.

Pada saat pelajar dapat mengamati pekerjaan dalam kondisi yang berbeda, berarti pelajar memiliki kemampuan untuk mengubah perilakunya dalam belajar. Hal ini sangat baik untuk menyukseskan dalam pendidikan.²¹

Pada saat pelajar belajar bagaimana mengamati dan mengontrol setiap performansi (*performance*), pelajar dapat menjadi mentor diri sendiri. Pelajar dapat mempraktekkan kemampuan yang dimilikinya, proses pengevaluasian diri, dan membuat perubahan sehingga tujuan dapat tercapai.

d. Kelebihan *Self Management*

Gerald Corey menyatakan bahwa self-management membuat konseli dapat menjalani kehidupan mandiri dan tidak tergantung pada konselor untuk menangani masalah mereka. Sebuah keuntungan dari self-management adalah biaya yang minimal karena konseli memiliki peran langsung dalam proses konseling mereka sendiri, selain itu teknik ini ditujukan untuk perubahan diri cenderung meningkatkan keterlibatan dan komitmen konseli dalam proses konseling.²²

²¹ *Ibid.*, hlm.16.

²² Gerald Corey, *Ibid.*, hlm. 250.

2. Hakekat Prestasi Belajar

a. Pengertian Prestasi Belajar

Sebelum memaparkan lebih lanjut mengenai prestasi belajar, terlebih dahulu dijelaskan mengenai prestasi belajar tersebut agar dapat lebih jelas dibahas dengan cara terbaik untuk belajar. Hal ini dikarenakan prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dari kegiatan belajar, dimana kegiatan-kegiatan belajar merupakan suatu proses pembelajaran, sedangkan prestasi belajar adalah hasil dari proses pembelajaran tersebut. Para ahli telah mencoba menjelaskan pengertian dari belajar beberapa diantaranya dipaparkan sebagai berikut.

Menurut WS Winkel belajar adalah Suatu aktivitas mental atau psikis, yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan nilai-sikap, dimana perubahan tersebut bersifat relatif konstan dan berbekas”.²³

Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku yang relatif menetap serta disebabkan oleh pengalaman dan latihan, dimana perubahan yang terjadi merupakan hasil interaksi individu dengan lingkungannya.

²³ W. S. Winkel, *Psikologi Pengajaran*, (Jakarta: PT. Gramedia, 2005), hlm. 13.

Salah satu cara yang dilakukan oleh seseorang untuk dapat belajar adalah dengan mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah. Dalam kegiatan belajar mengajar tersebut, guru akan memberikan serangkaian materi yang harus dikuasai oleh siswa, sehingga siswa akan menunjukkan adanya perubahan yang bersifat positif. Untuk dapat mengetahui seberapa jauh siswa telah menguasai suatu materi yang diajarkan oleh guru, maka perlu diadakan suatu penilaian yang dilakukan oleh guru. Penilaian terhadap hasil belajar siswa di sekolah akan tercermin di dalam prestasi belajarnya.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia prestasi adalah hasil yang telah dicapai oleh anak asuh. Prestasi akademik adalah hasil pelajaran yang diperoleh dari kegiatan belajar di sekolah atau perguruan tinggi, yang bersifat kognitif dan biasanya ditentukan melalui pengukuran dan penilaian, belajar penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan melalui mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru.²⁴,

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), Prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang

²⁴ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: PN Balai Pustaka, 2001), hlm. 895.

dikembangkan melalui mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru.²⁵

Muhibbin Syah berpendapat bahwa prestasi belajar merupakan hasil akhir yang dicapai oleh seorang siswa setelah ia melakukan kegiatan belajar tertentu, atau setelah ia menerima pelajaran dari seorang guru pada suatu saat.²⁶

Selanjutnya menurut Marsun dan Martinah berpendapat bahwa prestasi belajar merupakan hasil kegiatan belajar, yaitu sejauh mana peserta didik menguasai bahan pelajaran yang diajarkan, yang diikuti oleh munculnya perasaan puas bahwa ia telah melakukan sesuatu dengan baik.²⁷

Winkel mengemukakan bahwa prestasi belajar merupakan bukti keberhasilan yang telah dicapai oleh seseorang. Maka prestasi belajar merupakan hasil maksimum yang dicapai oleh seseorang setelah melaksanakan usaha-usaha belajar.²⁸

Berdasarkan pembahasan teori di atas, dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar adalah bentuk hasil atau pencapaian yang diperoleh siswa setelah mengikuti program pembelajaran, yang dinyatakan dalam bentuk nilai atau raport setiap bidang studi setelah mengalami proses belajar mengajar. Dengan demikian

²⁵ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hlm. 895.

²⁶ Syarif Hidayat, *Teori dan Prinsip Pendidikan*, (Tangerang: Pustaka Mandiri, 2013), hlm. 83.

²⁷ *Ibid.*

²⁸ *Ibid.*, hlm. 84.

prestasi belajar siswa dapat diketahui setelah diadakan evaluasi, hasil dari evaluasi dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Keberhasilan dalam proses belajar yang terjadi, dilatarbelakangi oleh adanya sumber atau penyebab yang mempengaruhi berlangsungnya proses belajar mengajar itu sendiri. Faktor tersebut dapat berupa penghambat maupun pendorong pencapaian prestasi yaitu:

Muhibbin Syah, membagi faktor-faktor yang mempengaruhi belajar menjadi 3 macam, yaitu :

- 1) Faktor Internal, yang meliputi keadaan jasmani dan rohani siswa,
- 2) Faktor Eksternal, yang merupakan kondisi lingkungan di sekitar siswa,
- 3) Faktor Pendekatan Belajar, yang merupakan jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan mempelajari materi-materi pelajaran.

Menurut Sumardi Suryabrata, faktor-faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan belajar dan prestasi belajar dapat digolongkan kepada 2 bagian, yaitu internal dan eksternal.²⁹

1) Faktor internal

Faktor yang berasal dari dalam diri siswa meliputi dua aspek, yakni: a) Aspek Fisiologis (yang bersifat jasmaniah), b) Aspek Psikologis (yang bersifat rohaniah).

- a) Aspek fisiologis (jasmaniah) baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh, kesehatan jasmani dan rohani sangatlah besar pengaruhnya terhadap kemampuan belajar. Demikian juga jika kesehatan rohani kurang baik maka dapat mengganggu, atau mengurangi semangat belajar.
- b) Aspek psikologis baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh seperti minat, bakat, intelegensi, motivasi dan kemampuan kognitif seperti kemampuan persepsi, ingatan berpikir dan kemampuan dasar bahan pengetahuan (bahan appersepsi) yang dimilikinya.

2) Faktor eksternal

Sedangkan faktor-faktor yang datang dari luar diri atau eksternal siswa yang bersangkutan juga digolongkan ke dalam dua bagian yaitu, faktor-faktor sosial dan faktor-faktor nonsosial.

²⁹ *Ibid.*, hlm. 85.

a) Faktor Sosial

Yang termasuk dengan faktor-faktor sosial adalah (sesama manusia). Kehidupan manusia dengan lainnya saling membutuhkan dan diantara mereka tidak bisa hidup tanpa ada manusia lain yang mambantunya. Keluarga mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap pendidikan anak, pengaruh itu dapat berupa Cara orang tua mendidik, hubungan antara anggota keluarga dan suasana rumah tangga.

Faktor sosial lain yang memengaruhi prestasi belajar seperti guru, para staf administrasi dan teman-teman sekelas dapat memengaruhi semangat belajar seorang siswa.

Selanjutnya, yang termasuk faktor sosial adalah masyarakat dan tetangga juga teman-teman sepermainan di sekitar perkampungan siswa tersebut.

b) Faktor Nonsosial

Yang termasuk ke dalam faktor-faktor nonsosial adalah sarana dan prasarana belajar, seperti keadaan suhu udara, waktu belajar, alat-alat yang dipakai untuk belajar dan tempat belajar. Kesemuannya dapat menunjang belajar anak yang bersangkutan dan dapat pula memengaruhinya.

c. Pengukuran Prestasi Belajar

Prestasi belajar siswa dapat dibuktikan dan ditunjukkan dengan menggunakan nilai atau skor dari hasil evaluasi belajar seperti tugas siswa dan ulangan-ulangan atau ujian yang diberikan oleh guru di sekolah. Nilai atau skor tersebut merupakan hasil belajar siswa yang dilihat dari ranah cipta (kognitif), ranah rasa (afektif) dan ranah karsa (psikomotor).³⁰ Tujuan dari penilaian hasil belajar adalah untuk mengetahui seberapa jauh siswa mempunyai kemajuan. Penilaian atau pengukuran hasil belajar ditampilkan dalam bentuk rapor. Rapor ini merupakan perumusan terakhir yang diberikan oleh guru mengenai kemajuan atau hasil belajar para siswa selama kurun waktu tertentu atau semester.³¹

Selain menggunakan nilai sebagai penentu kelulusan siswa dalam belajar, kelulusan dapat ditentukan dengan penguasaan materi pelajaran sampai dengan batas tujuan instruksional. Menurut Pressley & McCormick 1995, Pendekatan penilaian tersebut dikenal dengan sistem belajar tuntas atau *mastery learning*. Pada system ini, siswa dapat dinyatakan lulus pada suatu pelajaran apabila siswa tersebut menguasai seluruh materi secara merata dan dengan batas 80%.³²

³⁰ Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004).

³¹ Sumardi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), hlm. 296.

³² Muhibbin Syah, *Op.cit.*, hlm. 222.

d. Batas Minimal Prestasi Belajar

Batas minimal keberhasilan siswa merupakan hal terpenting dalam pengukuran tingkat keberhasilan. Terdapat dua cara pengukuran tingkat keberhasilan belajar siswa yaitu Skala angka 0-10, dan skala 10-100.³³ Batas minimal kelulusan/keberhasilan belajar (*passing grade*) secara umum yaitu 5,5 atau 6,0 , dalam skala 1-10, dan 55 dan 60, dalam skala 10-100. Skala tersebut digunakan untuk seluruh mata pelajaran kecuali mata pelajaran inti seperti matematika dan bahasa. Mata pelajaran inti tersebut menggunakan batas minimal yaitu 6,5 atau 7,0.³⁴

3. Hakekat Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja berasal dari kata latin (*adolescere*), yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Umumnya masa remaja dimulai ketika seorang anak secara seksual sudah matang dan berakhir ketika ia mencapai usia matang secara hukum. Masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu remaja awal dan remaja akhir. Awal masa remaja berlangsung dari umur 12 tahun sampai 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum.³⁵

³³ Muhibbin Syah, *Ibid.*

³⁴ *Ibid.*

³⁵ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1999), hlm. 206.

WHO memberikan definisi remaja dengan mengemukakan tiga kriteria, yaitu biologis, psikologis dan emosional. Definisi remaja adalah suatu masa ketika.³⁶

- 1) Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda sesual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
- 2) Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- 3) Terjadi peralihan dari ketergantungan sosio-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.

Hurlock, masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Hurlock membagi masa remaja kedalam tiga tahapan, yaitu masa pra remaja (usia 11-14 tahun), masa remaja awal (usia 14-17 tahun), dan masa remaja lanjut (usia 17-21 tahun).³⁷

Zulkifli menyatakan bahwa remaja adalah anak-anak yang berusia 12 atau 13 tahun sampai dengan 19 tahun. Mereka sedang berada dalam pertumbuhan yang mengalami masa remaja. Masa remaja termasuk masa yang sangat menentukan karena pada masa ini anak-anak mengalami banyak perubahan pada psikis dan fisiknya. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak ke

³⁶ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2005), hlm. 9.

³⁷ Alex Sobur, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), hlm. 134.

masa dewasa, yaitu saat-saat ketika anak tidak ingin lagi diperlakukan sebagai anak-anak, tetapi dilihat dari pertumbuhan fisiknya ia belum dapat dikatakan orang dewasa.³⁸

Selanjutnya Syamsu Yusuf menyatakan bahwa fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (sesksual), sehingga mampu bereproduksi.³⁹

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa, remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak yang penuh ketergantungan kepada orang tua menuju masa dewasa dengan memiliki sifat dan perilaku yang khas.

b. Karakteristik Perkembangan Remaja

Hurlock menjelaskan karakteristik masa remaja awal, antara lain:⁴⁰

1) Ketidakstabilan keadaan perasaan dan emosi

Kadang sikap dan sifat remaja berubah secara ekstrem, misalnya seorang remaja yang sangat bergairah dalam bekerja tiba-tiba lesu, kegembiraan yang meledak-ledak berubah menjadi kesedihan, atau keyakinan diri yang tiba-tiba hilang sehingga ia merasa tidak percaya diri secara berlebihan.

³⁸ Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2001), hlm. 71.

³⁹ Syamsu Yusuf LN., *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2011), hlm. 184.

⁴⁰ Elizabeth B. Hurlock, *Ibid.*, hlm. 32-35.

2) Sikap dan Moral

Remaja mulai menunjukkan ketertarikan kepada lawan jenis, hal ini disebabkan kematangan organ seksnya. Mereka cenderung mengikuti dorongan seks, sehingga kadang dianggap melanggar norma yang berlaku di masyarakat. Dalam pergaulan sehari-hari, mereka mulai berani melakukan kenakalan remaja.

3) Kecerdasan

Kemampuan berpikir remaja awal mulai sempurna. Alfred Binet mengemukakan bahwa pada usia 12 tahun, anak sudah mampu mengerti informasi abstrak. Kesempurnaan mengambil kesimpulan dan informasi abstrak dimulai pada usia 14 tahun. Akibatnya mereka menentang pendapat orang rasional.

4) Ketidakjelasan status remaja awal

Status remaja awal sulit ditentukan, bahkan membingungkan. Kadang orang dewasa ragu-ragu memberikan suatu tanggung jawab kepada remaja, karena mereka dianggap masih anak-anak. Namun apabila berlaku kekanak-kanakan, mereka dianggap tidak pantas karena sudah bukan anak-anak.

5) Permasalahan yang dihadapi remaja awal

Sifat berpikir remaja awal yang emosional, sehingga tidak mau menerima pendapat yang berlawanan dengannya. Akibatnya terjadilah pertentangan sosial. Masalah lain adalah

penolakan campur tangan orang dewasa dalam permasalahan yang dihadapinya.

6) Masa remaja adalah masa kritis

Dikatakan kritis karena remaja dipaksa untuk dapat menghadapi dan memecahkan masalahnya. Apabila berhasil memecahkannya dengan baik, maka mereka akan dapat menghadapi masalah selanjutnya sampai dewasa. Namun apabila gagal, mereka akan menjadi orang dewasa yang tidak mandiri.

c. Tugas Perkembangan Masa Remaja

Harvighurst menjelaskan tugas-tugas perkembangan remaja sebagai berikut:⁴¹

1) Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya

Remaja belajar melihat kenyataan, anak wanita sebagai wanita, dan anak pria sebagai pria, berkembang menjadi orang dewasa diantara orang dewasa lainnya, belajar bekerja sama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama dan belajar memimpin orang lain tanpa mendominasinya.

2) Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita

Remaja dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.

⁴¹ *Ibid.*, hlm. 74.

3) Menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif

Tugas ini bertujuan agar remaja merasa bangga, atau bersikap toleran terhadap fisiknya, menggunakan dan memelihara fisiknya secara efektif, dan merasa puas dengan fisiknya tersebut.

4) Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya.

Tujuan dari tugas perkembangan ini adalah membebaskan diri dari sikap dan perilaku yang kekanak-kanakan atau bergantung pada orangtua, mengembangkan afeksi (cinta kasih) kepada orangtua, tanpa bergantung (terikat) kepadanya, dan mengembangkan sikap respek terhadap orang dewasa lainnya tanpa bergantung kepadanya.

5) Mencapai jaminan kemandirian ekonomi

Tujuan tugas perkembangan ini adalah agar remaja merasa mampu menciptakan suatu kehidupan. Tugas ini sangat penting (mendasar) bagi remaja pria, namun tidak begitu penting bagi remaja wanita.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan mengenai *self management* pada siswa berprestasi tinggi dan siswa yang berprestasi rendah, diantaranya adalah:

Penelitian relevan yang mendukung penelitian ini adalah Penelitian relevan yang mendukung penelitian ini adalah penelitian yang dibuat oleh Leony Caesaria dengan judul Hubungan antara Manajemen Waktu Prestasi Belajar pada Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa di Universitas Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan manajemen waktu dan prestasi belajar. Responden dalam penelitian ini adalah 123 orang yang merupakan anggota dari Unit Kegiatan Mahasiswa di Universitas Indonesia. Penelitian ini menggunakan alat ukur manajemen waktu yang merupakan hasil adaptasi dan modifikasi dari alat ukur manajemen waktu milik G. L. Martin dan J. G. Osborne. Dari perhitungan dengan menggunakan teknik korelasi pearson, didapatkan hasil r sebesar 0,41 ($p=.625$). artinya manajemen waktu tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi belajar pada anggota Unit Kegiatan Mahasiswa di Universitas Indonesia. Walaupun manajemen waktu dan prestasi belajar tidak memiliki hubungan yang signifikan, manajemen waktu sangat penting sebagai dasar dalam menjalani kegiatan sehari-hari baik sekarang maupun dimasa yang akan datang.⁴² Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian Nindy Gita Maestika (2016), dengan judul Perbedaan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa prestasi tinggi dan siswa prestasi rendah di SMA N 59 Jakarta. Menunjukkan bahwa pada hasil uji t sebesar 5.614 dengan sig (2-tailed) 0,000, karena nilai sig < 0,05 (α)

⁴² Leony Caesaria, "*Hubungan antara Manajemen Waktu Prestasi Belajar pada Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa di Universitas Indonesia*", Skripsi, (Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 2010).

maka terdapat perbedaan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa prestasi rendah dan prestasi tinggi di SMA Negeri 59 Jakarta. Siswa prestasi tinggi memiliki perilaku prokrastinasi dalam hal pengelolaan waktu dan siswa prestasi rendah memiliki perilaku prokrastinasi pada penundaan untuk memulai mengerjakan tugas.⁴³ Berdasarkan hasil penelitian Bambang Sumantri (2011), dengan judul Hubungan antara Konsep Diri dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi STKIP Ngawi. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan prestasi belajar yang dicapai mahasiswa, dimana r hitung sebesar 0,675 yang lebih besar dari r table 0,396. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi belajar mahasiswa. Semakin tinggi tingkat konsep diri r semakin tinggi pula prestasi belajar yang diraihinya.⁴⁴ Selanjutnya, Berdasarkan hasil penelitian Dita Retno Santoso (2011), dengan judul Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prestasi Belajar. Menunjukkan bahwa hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi (r) = 0,465; p = 0,001 (p < 0,01). Hasil tersebut menunjukkan ada hubungan positif sangat signifikan antara manajemen diri dengan prestasi belajar. Sumbangan efektif manajemen diri terhadap prestasi belajar = 21,6%, nilai koefisien

⁴³ Nindy Gita Maestika, *"Perbedaan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Prestasi Tinggi dan Siswa Prestasi Rendah di SMAN 59 Jakarta"*, Skripsi, (Jakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, 2016).

⁴⁴ Bambang Sumantri, "Hubungan antara Konsep Diri dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi STKIP Ngawi", 2011.

determinan (r^2) = 0,216. Manajemen diri pada subjek penelitian tergolong sedang, nilai rerata empirik (RE) = 102,277 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 92,5. Prestasi belajar diketahui rerata empirik (RE) sebesar 50, termasuk kategori sedang. Kesimpulan penelitian ini menyatakan ada hubungan positif antara manajemen diri dengan prestasi belajar. Semakin tinggi manajemen diri maka akan semakin tinggi pula prestasi belajar siswa.⁴⁵

C. Kerangka Berfikir

Tugas utama siswa di sekolah adalah belajar, dengan belajar siswa akan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya. Untuk dapat belajar dengan baik seorang siswa harus memiliki kemampuan *Self management* yang baik pula. Setiap siswa harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam belajar. *Self management* dalam belajar merupakan kemampuan individu dalam mengelola potensi lingkungan untuk mengatur perilakunya dalam belajar.

Pada *self management* ini, siswa yang mengamati dan mengontrol sendiri perilaku yang ingin diganti atau ditingkatkan. *Self Management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal

⁴⁵ Dita Retno Santoso, "*Hubungan antara Manajemen Diri dengan Prestasi Belajar*", *Skripsi*, (Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2011).

yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.

Berprestasi merupakan bagian yang menyatu dalam kehidupan manusia, ada yang tinggi dan ada yang rendah. Masing-masing siswa memiliki keterampilan yang berbeda-beda seperti dalam hal bertanya siswa berprestasi tinggi memiliki semangat dan percaya diri, pertanyaan yang diajukan bagus dan berkualitas, selain itu siswa berprestasi rendah tidak berani bertanya atau mengemukakan pendapat, mempunyai kesulitan untuk berpendapat, dan terkadang pertanyaan atau pendapat yang diajukan tidak tepat dan keluar dari pokok bahasan. Selain itu, ada juga sebagian dari siswa berprestasi tinggi yang acuh tak acuh, merasa lebih pintar, tidak perlu mencatat, melakukan kegiatan lain yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran yang ia ikuti, kesulitan dalam meringkas atau menyusun inti sari bacaan secara jelas dan rapi. Dilihat dari keterampilan belajar mengenai konsentrasi, siswa berprestasi tinggi cenderung memiliki konsentrasi yang bagus dalam kegiatan belajar, sebagian siswa merasa resah, pikiran siswa tidak ada lagi untuk mendengarkan penjelasan guru, dan melakukan kegiatan yang lain.

Dengan adanya rancangan yang sistematis, dapat dilakukan penilaian atau evaluasi untuk mengetahui seberapa jauh pengalaman belajar telah ada pada siswa, atau sejauh mana siswa-siswa telah mencapai sasaran hasil belajar secara akademis. Hasil evaluasi inilah yang kemudian disebut sebagai prestasi belajar siswa. Dengan demikian,

prestasi belajar merupakan taraf hasil belajar yang ditunjukkan siswa setelah mendapat pendidikan atau latihan melalui pendidikan formal.

D. Hipotesis Penelitian

Untuk menguji kebenaran hipotesis diperlukan data yang kemudian diolah dan dihitung menggunakan rumus statistik, dengan tujuan memperoleh kesimpulan, apakah hipotesis yang digunakan diterima atau ditolak. Adapun rumusan hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Terdapat perbedaan tingkat *self management* pada siswa berprestasi yang tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah, siswa kelas VII SMP Negeri 255 Jakarta Timur.

2. Hipotesis Nol (H_0)

Tidak terdapat perbedaan tingkat *self management* pada siswa yang prestasi tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah, siswa kelas VII SMP Negeri 255 Jakarta Timur.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi serta data secara empiris mengenai perbedaan self management pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 255 Jakarta yang beralamat di Jalan Radin Inten II Duren Sawit, Jakarta Timur.

2. Waktu Penelitian

Penelitian mulai disusun dan direncanakan pada bulan Januari 2016.

Tabel 3.1
Waktu Kegiatan Penelitian

NO.	Bulan	Kegiatan
1.	Februari 2016	Menentukan Variabel Penelitian
2.	Maret - April 2016	Pengumpulan Informasi dan Data
3.	Mei - Januari 2017	Penyusunan Proposal
4.	Februari 2017	Acc proposal DP 1 dan DP 2
5.	April 2017	Seminar Proposal

6.	April 2017	Revisi Proposal
7.	Juni 2017	Pembuatan Surat Izin Penelitian Skripsi
8.	Juli 2017	Penyebaran Instrumen
9.	Agustus 2017	Penyebaran Data, Penyelesaian Bab 4 dan Bab 5

C. Metode dan Desain Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah ditetapkan, maka metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode komparatif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian komparatif adalah penelitian yang membandingkan tentang benda, orang, dan hal-hal lain dengan cara menganalisis persamaan dan/atau perbedaan yang ada dari objek/subjek yang diteliti. Tujuan dari penelitian komparatif sendiri adalah untuk mengetahui hubungan sebab akibat dari sebuah fenomena.⁴⁶ Jadi pada dasarnya penelitian komparatif adalah jenis penelitian yang membandingkan dua kelompok tertentu.

Penelitian ini akan membandingkan *Self Management* pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah. Variabel pada penelitian ini adalah *Self Management* dengan dua subjek penelitian, yaitu siswa yang berprestasi tinggi dan siswa yang berprestasi rendah kelas VII dan VIII SMP Negeri 255 Jakarta.

⁴⁶ Aip Badrujaman, *Metode Penelitian Lanjutan dalam Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: LPP Press, 2015), hlm. 69.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.⁴⁷ Menurut Sugiyono, Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya⁴⁸.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 255 Jakarta kelas VII dan kelas VIII sebanyak 360 siswa yang memiliki prestasi belajar yang tinggi dan prestasi belajar yang rendah.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti⁴⁹. Sampel didefinisikan sebagai bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi, yang benar-benar representatif.⁵⁰ Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan bagian dari populasi yang representatif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sampling kuota. Sampling kuota adalah teknik untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan.⁵¹

⁴⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 173.

⁴⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2013), hlm. 117.

⁴⁹ Suharsimi Arikunto, *Op.cit.*, hlm. 174.

⁵⁰ Sugiyono, *Op.cit.*, hlm. 118.

⁵¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hlm. 85.

Pengumpulan sampel pada penelitian ini yaitu perwakilan dari masing-masing populasi siswa yang berprestasi tinggi dan siswa yang berprestasi rendah kelas VII dan VIII sebanyak 80 siswa prestasi tinggi dan prestasi rendah.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan komunikasi tidak langsung yang dilakukan dengan penyebaran kuesioner.

1. Definisi Konseptual

Self Management adalah kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan ketrampilan dimana individu dapat mengelola dan mengatur diri untuk mengarahkan pengubahan tingkahlakunya sendiri untuk belajar.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional dari *self management* yang digunakan pada penelitian ini, didasarkan pada definisi self management oleh The Liang Gie yaitu mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.⁵²

⁵² The Liang Gie, *Loc.cit.*, hlm. 77.

Zimmerman & Risemberg, terdapat beberapa aspek yang dapat membantu mengontrol pembelajaran dan *academic self management*, yaitu:

- a. Motivasi (*Motivation*), proses internal yang memberikan perilaku yang berenergi dan terarah. Proses internal meliputi tujuan individu, keyakinan, persepsi, dan harapan. Misalnya, kegigihan individu pada tugas sering berhubungan dengan bagaimana kompeten individu untuk menyelesaikan tugas. Selain itu, keyakinan individu tentang penyebab keberhasilan dan kegagalan pada tugas-tugas ini mempengaruhi motivasi individu dan perilaku pada tugas-tugas di masa depan.
- b. Metode-Metode (*Methods of Learning*), Belajar, metode yang digunakan siswa untuk mendapatkan informasi. Siswa berprestasi tinggi menggunakan strategi belajar lebih banyak daripada siswa yang memiliki prestasi lebih rendah siswa dapat menggunakan strategi yang berbeda pada kondisi belajar yang berbeda juga.
- c. Penggunaan Waktu (*Use of Time*), Kemampuan siswa dalam mengelola waktu dengan kemampuan manajemen waktu yang lebih baik cenderung memiliki rata-rata nilai lebih tinggi dibandingkan dengan pelajar dengan keterampilan manajemen waktu yang tidak baik. Manajemen waktu sangat dibutuhkan karena berdampak dengan management diri siswa.

- d. Lingkungan Fisik dan Sosial (Physical Environment and Social Environment) kemampuan siswa untuk merestrukturisasi lingkungan fisik dan sosial untuk memenuhi kebutuhan mereka. bahwa siswa pelajar berprestasi tinggi lebih banyak melakukan restrukturisasi lingkungan dan lebih mungkin untuk mencari bantuan orang lain daripada pelajar yang berprestasi rendah restrukturisasi lingkungan mengacu pada lokasi tempat untuk belajar yang tenang atau tidak mengganggu. lingkungan sosial berkaitan dengan kemampuan individu untuk menentukan kapan ia harus bekerja sendiri atau dengan orang lain.
- e. Performansi (*Performance*), aspek yang mengacu pada prestasi akademis. Salah satu fungsi penting dari tujuan (*goal*) adalah menyediakan kesempatan bagi individu untuk menganalisis kinerja individu tersebut.

Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki prestasi belajar yang tinggi dan memiliki prestasi belajar rendah yang akan diukur melalui instrumen *self management*. Siswa berprestasi tinggi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki nilai rata-rata raport 10 besar dari atas. Siswa berprestasi rendah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa memiliki nilai rata-rata raport 10 besar dari bawah.

3. Kisi-kisi Instrumen

Tabel 3.2
Kisi-Kisi Instrumen *Self Management* Sebelum Uji Coba

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	DESKRIPSI	NO ITEM	JUMLAH
ASPEK-ASPEK ACADEMIC SELF MANAGEMENT	1. Motivasi (<i>Motivation</i>) Definisi: Proses internal yang membuat tingkah laku individu menjadi lebih berenergi dan terarah.	a. Tujuan Individu	Hal yang memotivasi individu untuk mencapainya sehingga dengan memilikinya individu akan lebih memperhatikan instruksi dan mengeluarkan usaha yang lebih besar dan meningkatkan rasa percaya diri individu ketika mengalami perkembangan atas tujuannya.	1,2	2
		b. Keyakinan	Mengacu pada evaluasi siswa tentang kemampuan atau keterampilan mereka untuk berhasil menyelesaikan sebuah tugas.	3,4	2
		c. Persepsi	Bagaimana individu mempresepsikan proses belajar yang dijalankannya sebagai suatu hal yang baik bagi dirinya.	5,6	2
		d. Harapan	Mengacu kepada kepercayaan akan sesuatu yang diinginkan pelajar akan didapatkan	7,8	2
	2. Metode- Metode Belajar (<i>Methods of Learning</i>) Definisi: Strategi belajar adalah metode yang digunakan pelajar untuk mendapat informasi.	a. Belajar dari Buku Teks	Komponen ini mengacu kepada siswa mendapat informasi dengan membaca, meringkas dan menguraikan dari buku pelajaran	9,10	2

ASPEK-ASPEK ACADEMIC SELF MANAGEMENT

	b. Belajar dari Ceramah	Komponen ini mengacu kepada siswa mendapat informasi dengan mendengarkan, mencatat dan mengingat pelajaran selama ceramah	11,12	2
	c. Persiapan Ujian	Komponen ini mengacu kepada siswa mempersiapkan berbagai tingkat pertanyaan dalam sebuah ujian. Misal memprediksi dan menjawab pertanyaan	13,14, 15, 16	4
	d. Mengikuti Ujian	Komponen ini mengacu kepada strategi siswa dalam menghadapi ujian	17, 18, 19, 20	4
3. Penggunaan Waktu (Use of Time)				
Definisi: Komponen ini mengacu kepada kemampuan pelajar dalam mengelola waktu belajarnya dengan baik.	Kemampuan mengelola waktu	Mengacu kepada cara yang dapat siswa lakukan untuk menyeimbangkan waktu untuk kegiatan belajarnya	21,22, 23,,24 ,25,26 , 27	7
4. Lingkungan Fisik dan Sosial (Pysical Environment and Social Environment)				
Definisi: Merestrukturisasi lingkungan fisik (tempat) dan sosial untuk mencapai	a. Lingkungan Fisik	Mengacu kepada kemampuan siswa untuk mengatur tempat yang kondusif untuk belajar.	28,29,30	3

pemenuhan kebutuhan akan pencapaian prestasi	b. Lingkungan Sosial	Kemampuan siswa untuk menentukan kapan ia harus bekerja sendiri atau dengan orang lain, dan kemampuan untuk mengenali saat untuk mencari bantuan dari instruktur, tutor, teman sebaya dan sumber-sumber nasional (seperti buku).	32, 33,34	3
5. Performansi (Performance) Definisi: Komponen ini mengacu kepada prestasi akademis untuk menganalisis kinerja individu tersebut.	a. Prestasi Akademis	Hal yang membantu individu mengevaluasi ada tidaknya kesenjangan dalam proses belajar, performansi dan hasil yang diperolehnya	35,36, 37	3
	b. Menganalisis Kinerja Individu	Proses memonitor dan mengontrol performansi individu sehingga membantu individu memperbaiki hal-hal yang perlu diperbaiki untuk mencapai tujuannya.	38,39 40,41.	4

4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik, semua fenomena ini disebut variabel penelitian.⁵³ Pada penelitian ini menggunakan skala model Likert. Skala Likert digunakan untuk

⁵³ Sugiyono, *Op.cit.*, hlm. 148.

mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.⁵⁴ Pada skala likert digunakan empat pilihan jawaban dengan kategori pilihan Selalu (SL), Sering (S), Jarang (JR), dan Tidak Pernah (TP). Rentang nilai yang dipakai dalam instrumen ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3
Teknik Penskoran Instrumen

Jawaban	Pernyataan Positif
Selalu	4
Sering	3
Jarang	2
Tidak Pernah	1

5. Hasil Uji Coba Instrumen

Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Hasil penelitian yang reliabel, bila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda.⁵⁵

a. Pengujian Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen.⁵⁶ Instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat.

⁵⁴ *Ibid.*, hlm. 93.

⁵⁵ *Ibid.*, hlm. 121.

⁵⁶ *Ibid.*, hlm. 134.

Dalam penelitian ini, pengujian validitas akan dilakukan dengan menggunakan teknik *Product Moment Pearson* dengan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16.0 for windows*. untuk menguji validitas butir instrumen *self management* valid atau tidaknya sebuah pernyataan dilakukan dengan cara membandingkan taraf signifikansi hitung dengan tingkat kesalahan (α) yang telah ditentukan, apabila taraf signifikansi hitung lebih kecil dari pada tingkat kesalahan (α) maka pernyataan dianggap valid, dan apabila taraf signifikansi hitung lebih besar dari pada tingkat kesalahan (α) maka pernyataan dianggap tidak valid. Tingkat kesalahan (α) yang ditentukan dalam pengujian validitas ini adalah sebesar 0,05. Setelah dilakukan uji validitas, hasil yang diperoleh dapat dilihat pada tabel 3.4:

Tabel 3.4

Pernyataan Valid dan Tidak Valid

No.	Butir Valid	Butir Tidak Valid
Pernyataan	1,4, 5, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 28, 29, 30, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41	2, 3, 6, 8, 9, 16,19, 25, 27, 31, 38
Jumlah Butir	30	11

Dari hasil tersebut peneliti memutuskan untuk tidak memakai pernyataan yang tidak valid karena masih terwakili oleh pernyataan lain.

b. Pengujian Reliabilitas

Reliabilitas (ketetapan) merujuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik, reliabel artinya dapat dipercaya, sehingga dapat diandalkan.⁵⁷ Reliabilitas menunjukkan sejauhmana tingkat konsistensi pengukuran dari suatu responden ke responden lainnya atau dengan kata lain sejauhmana pertanyaannya dapat dipahami sehingga tidak menyebabkan perbedaan interpretasi dalam pemahaman pertanyaan tersebut. Pada penelitian ini pengujian reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* yaitu suatu instrument disebut reliabel apabila didapatkan nilai $\alpha > 0.60$ ⁵⁸. Peneliti menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dikarenakan instrumen yang peneliti gunakan dalam penelitian ini berbentuk angket atau kuesioner yang menggunakan skor yang bukan 1 dan 0 melainkan menggunakan skor 1-4.

Rumus yang digunakan sebagai berikut:

⁵⁷ Marsi Singarimbun dan Effendi Soifian, *Metode Penelitian Survei*, (Jakarta: LP3ES, 1989), hlm. 140.

⁵⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 239.

$$r_{11} = \frac{k}{(k-1)} \left(1 - \frac{\Sigma \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\Sigma \sigma b^2$ = jumlah varians butir

$\sigma^2 t$ = varians total

Saifuddin Azwar menjelaskan bahwa reliabilitas instrumen dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berkisar 0 sampai 1,00, hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi koefisien realibilitasnya mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Sebaliknya jika koefisien relibilitasnya mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya⁵⁹.

Kriteria pengujian reliabilitas dengan menggunakan interpretasi terhadap koefisien korelasi yang diperoleh atau nilai r yang dilihat dari tabel interpretasi nilai r yaitu:⁶⁰

⁵⁹ Saifuddin Azwar, *Reliabilitas dan Validitas*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), hlm. 10.

⁶⁰ *Modul Pelatihan SPSS*, Pusat Pengembangan Teknologi Informasi Universitas Negeri Jakarta, 2010, hlm. 30.

Tabel 3.5

Tabel Interpretasi nilai r

Banyaknya Nilai r	Interpretasi
Antara 0.800 sampai dengan 1.00	Sangat Tinggi
Antara 0.600 sampai dengan 0.800	Tinggi
Antara 0.400 sampai dengan 0.600	Sedang
Antara 0.200 sampai dengan 0.400	Rendah
Antara 0.800 sampai dengan 0.200	Sangat Rendah

Dari hasil uji realibilitas yang telah dilakukan pada butir pernyataan yang valid, didapatkan angka reliabilitas sebesar (0,905) yang berarti sangat tinggi, artinya instrumen *self management* reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

6. Instrumen Final

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada instrumen *self management*, maka instrumen final yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.6
Kisi-Kisi Instrumen *Self Management* Setelah Uji Coba

VARIABEL	ASPEK	INDIKATOR	DESKRIPSI	NO ITEM	JUMLAH
ASPEK-ASPEK ACADEMIC SELF MANAGEMENT	1. Motivasi (Motivation) Definisi: Proses internal yang membuat tingkah laku individu menjadi lebih berenergi dan terarah.	a. Tujuan Individu	Hal yang memotivasi individu untuk mencapainya sehingga dengan memilikinya individu akan lebih memperhatikan instruksi dan mengeluarkan usaha yang lebih besar dan meningkatkan rasa percaya diri individu ketika mengalami perkembangan atas tujuannya.	1,2	2
		b. Keyakinan	Mengacu pada evaluasi siswa tentang kemampuan atau keterampilan mereka untuk berhasil menyelesaikan sebuah tugas.	3,4	2
		c. Persepsi	Bagaimana individu mempresepsikan proses belajar yang dijalankannya sebagai suatu hal yang baik bagi dirinya.	5,6	2
		d. Harapan	Mengacu kepada kepercayaan akan sesuatu yang diinginkan pelajar akan didapatkan	7,8	2
	2. Metode- Metode Belajar (Methods of Learning) Definisi: Strategi belajar adalah metode yang digunakan pelajar untuk mendapat informasi.	a. Belajar dari Buku Teks	Komponen ini mengacu kepada siswa mendapat informasi dengan membaca, meringkas dan menguraikan dari buku pelajaran	9,10	2

ASPEK-ASPEK ACADEMIC SELF MANAGEMENT

	b. Belajar dari Ceramah	Komponen ini mengacu kepada siswa mendapat informasi dengan mendengarkan, mencatat dan mengingat pelajaran selama ceramah	11,12	2
	c. Persiapan Ujian	Komponen ini mengacu kepada siswa mempersiapkan berbagai tingkat pertanyaan dalam sebuah ujian. Misal memprediksi dan menjawab pertanyaan	13,14, 15, 16	4
	d. Mengikuti Ujian	Komponen ini mengacu kepada strategi siswa dalam menghadapi ujian	17, 18, 19, 20	4
3. Penggunaan Waktu (<i>Use of Time</i>) Definisi: Komponen ini mengacu kepada kemampuan pelajar dalam mengelola waktu belajarnya dengan baik.	Kemampuan mengelola waktu	Mengacu kepada cara yang dapat siswa lakukan untuk menyeimbangkan waktu untuk kegiatan belajarnya	21,22, 23,,24 ,25,26 , 27	7
4. Lingkungan Fisik dan Sosial (<i>Psysical Environment and Social Environment</i>) Definisi: Merestrukturisasi lingkungan fisik (tempat) dan sosial untuk mencapai	a. Lingkungan Fisik	Mengacu kepada kemampuan siswa untuk mengatur tempat yang kondusif untuk belajar.	28,29,30	3

pemenuhan kebutuhan akan pencapaian prestasi	b. Lingkungan Sosial	Kemampuan siswa untuk menentukan kapan ia harus bekerja sendiri atau dengan orang lain, dan kemampuan untuk mengenali saat untuk mencari bantuan dari instruktur, tutor, teman sebaya dan sumber-sumber nasional (seperti buku).	32,33,34	3
5. Performansi (Performance) Definisi: Komponen ini mengacu kepada prestasi akademis untuk menganalisis kinerja individu tersebut.	a. Prestasi Akademis	Hal yang membantu individu mengevaluasi ada tidaknya kesenjangan dalam proses belajar, performansi dan hasil yang diperolehnya	35,36,37	3
	b. Menganalisis Kinerja Individu	Proses memonitor dan mengontrol performansi individu sehingga membantu individu memperbaiki hal-hal yang perlu diperbaiki untuk mencapai tujuannya.	38,39,40,41.	4

F. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Berdasarkan deskripsi data penelitian dapat dilakukan pengelompokkan yang mengacu pada kriteria kategorisasi. Dalam penelitian ini dilakukan kategorisasi untuk melihat siswa prestasi tinggi

dan prestasi rendah tingkat *self management* masuk dalam kategori tinggi, sedang, rendah.

Menurut Azwar, kategorisasi dalam tiga jenjang ini merupakan kategorisasi minimal yang digunakan dalam penelitian. Kategorisasi tiga jenjang digunakan untuk menghindari resiko kesalahan keefisienan kriteria kategorisasi yang digunakan dalam penelitian.⁶¹

Penentuan kategorisasi dilakukan dengan menentukan kelas interval dengan menggunakan rumus:⁶²

$$c = \frac{X_n - X_1}{k}$$

Keterangan:

c : Perkiraan besarnya (*class widht, class size, class length*)

X_n : Nilai observasi terbesar

X₁ : Nilai observasi terkecil

k : Banyaknya kelas

2. Analisis Persyaratan Uji Hipotesis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengukur apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Salah satu syarat untuk melakukan uji beda yaitu data harus berdistribusi normal dengan

⁶¹ Saipuddin Azwar, *Op.cit.*, hlm. 107.

⁶² J. Supranto, *Statistik: Teori dan Aplikasi, Edisi Keenam*, (Jakarta: Erlangga, 2001), hlm. 64.

menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov* dan perhitungan menggunakan *software* SPSS Versi 16.0 *windows*.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan uji perbedaan antara dua atau lebih kelompok untuk mengetahui apakah sampel memiliki kesamaan atau tidak dengan menggunakan rumus uji F atau uji Anova, yaitu:⁶³

$$F = \frac{\text{Variansterbesar}}{\text{Variansterkecil}}$$

Kriteria pengujian:

$F_{hitung} < F_{tabel}$ maka data sampel homogen

$F_{hitung} \geq F_{tabel}$ maka data sampel tidak homogen

3. Analisis Statistik inferensial

Statistik inferensial adalah teknik analisis statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dan hasilnya dipakai untuk menarik kesimpulan mengenai keseluruhan populasi.⁶⁴

Peneliti ini menggunakan analisis komparatif dua sampel independen untuk data interval. Karena, sampel terdiri dari 2 responden yaitu siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah yang kedua sampel dikatakan independen (saling lepas) artinya anggota sampel satu tidak menjadi

⁶³ Sugiyono, *Op.cit.*, hlm. 155.

⁶⁴ *Ibid.*, hlm. 160.

anggota sampel lainnya. Rumus yang digunakan yaitu *t*-tes dua sampel:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\left(\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2}\right)\left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 : Rata-rata kelompok pertama

\bar{x}_2 : Rata-rata kelompok kedua

t : Rarga koefisien uji t

n_1 : Jumlah subjek pada kelompok pertama

n_2 : Jumlah subjek pada kelompok kedua

S_1^2 : Varian kelompok pertama

S_2^2 : Varian kelompok kedua

G. Pengujian Hipotesis Statistik

Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini yaitu:

$H_0 : \mu_1 \neq \mu_2$

Tidak terdapat perbedaan *self management* antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah, siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta Timur.

$H_a : \mu_1 = \mu_2$

Terdapat perbedaan *self management* antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah, siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta Timur.

Kriteria pengujian hipotesis:

H_0 ditolak jika $t_{tabel} \leq t_{hitung}$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Bab ini membahas tentang hasil penelitian berdasarkan data yang diperoleh melalui instrumen *academic self-management*. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VII dan kelas VIII yang memiliki prestasi belajar tinggi berjumlah 40 siswa dan yang memiliki prestasi belajar rendah berjumlah 40 siswa di SMP Negeri 255 Jakarta. Hasilnya terdapat perbedaan *self-management* pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah.

1. Deskripsi Data

a. Gambaran Umum Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil data tentang *self-management* antara pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah, berikut adalah gambaran nilai mengenai keadaan distribusi data skor pada subjek:

Tabel 4.1

Kategorisasi *Self Management* Siswa Prestasi Tinggi dan Rendah

Kategori	Siswa Prestasi Tinggi	%	Siswa Prestasi Rendah	%
Tinggi: ≥ 104	7 Siswa	18%	2 Siswa	5%
Sedang: 88-104	30 Siswa	75%	32 Siswa	80%
Rendah: ≤ 80	3 Siswa	8%	6 Siswa	15%
Jumlah Siswa	40 Siswa	100%	40 Siswa	100%

Berdasarkan data tabel 4.1 dapat dilihat bahwa kedua subjek ini memiliki tingkat *self management* yang berbeda. Jika dilihat dari tabel kategorisasi *self management* terdapat perbedaan yang antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah dengan 18% siswa berada pada kategori tinggi, 75% kategori sedang, 3% kategori rendah untuk siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dan 5% siswa berada pada kategori tinggi, 80% kategori sedang, 15% kategori rendah untuk siswa yang memiliki prestasi belajar rendah. Gambaran ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki prestasi belajar rendah tingkat *self management* lebih tinggi dibandingkan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah. Berdasarkan skor *self management*.

b. Gambaran *Self-Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Tinggi

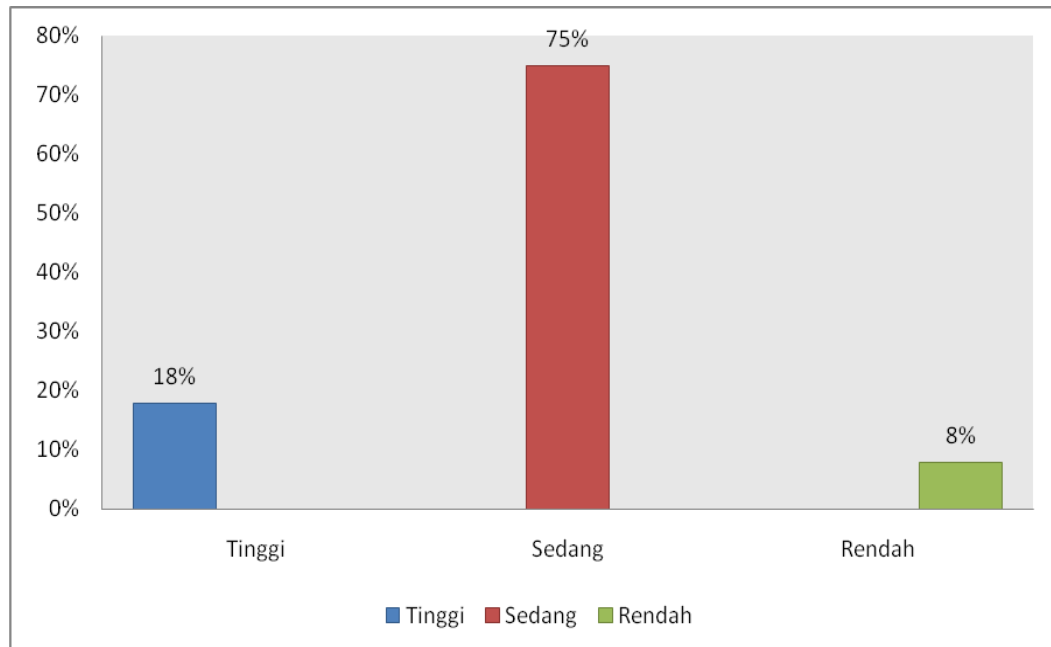
Data ini diperoleh dari hasil penyebaran instrumen terhadap 40 siswa berprestasi tinggi dan 40 siswa berprestasi rendah siswa di kelas VII SMP Negeri 255 Jakarta. Berdasarkan pengolahan data, diperoleh skor minimal 64, skor maksimal 117, rata-rata 92, dan standar deviasi 12. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut untuk 40 siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi:

Tabel 4.2

Kategorisasi *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Tinggi

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 104	7 Siswa	18%
Sedang: 88-104	30 Siswa	75%
Rendah: ≤ 80	3 Siswa	8%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa 75% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi memiliki tingkat *self management* pada kategori sedang. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 18% dan 8%. Hal ini dapat diartikan bahwa mayoritas tingkat *self management* siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada pada level sedang. Hasil tersebut dapat pula dilihat pada grafik 4.1 berikut:



Grafik 4.1

Kategorisasi *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Tinggi

Selanjutnya data hasil penelitian dideskripsikan berdasarkan 5 aspek dalam *self management*, yaitu aspek motivasi, metode-metode belajar, penggunaan waktu, lingkungan fisik dan sosial dan performansi.

Berdasarkan pengolahan data pada aspek motivasi diperoleh skor minimal 8 skor maksimal 16, rata-rata 13, dan standar deviasi 2. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.3
Kategorisasi Aspek Motivasi *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Tinggi

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 16	2 Siswa	5%
Sedang: 12-16	34 Siswa	85%
Rendah: ≤ 12	4 Siswa	10%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 85% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek motivasi *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 5% dan 10%.

Sedangkan pada aspek metode-metode belajar, diperoleh skor minimal skor minimal 22, skor maksimal 36, rata-rata 29, dan standar deviasi 4. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.4
Kategorisasi Aspek Metode-Metode Belajar *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Tinggi

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 16	2 Siswa	5%
Sedang: 25-33	35 Siswa	88%
Rendah: ≤ 25	3 Siswa	8%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 88% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek metode-metode belajar *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 5% dan 8%.

Sedangkan pada aspek penggunaan waktu, diperoleh skor minimal skor minimal 9, skor maksimal 20, rata-rata 14, dan standar deviasi 3. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.5
Kategorisasi Aspek Penggunaan Waktu *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Tinggi

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 17	4 Siswa	10%
Sedang: 11-17	30 Siswa	75%
Rendah: ≤ 25	6 Siswa	15%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 75% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek penggunaan waktu *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 10% dan 15%.

Sedangkan pada aspek lingkungan fisik dan sosial, diperoleh skor minimal skor minimal 12, skor maksimal 23, rata-rata

17, dan standar deviasi 3. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.6
Kategorisasi Aspek Lingkungan Fisik dan Sosial *Self Management*
Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Tinggi

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 20	2 Siswa	4%
Sedang: 14-20	35 Siswa	31%
Rendah: ≤ 14	3 Siswa	5%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 31% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek lingkungan fisik dan sosial *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 4% dan 5%.

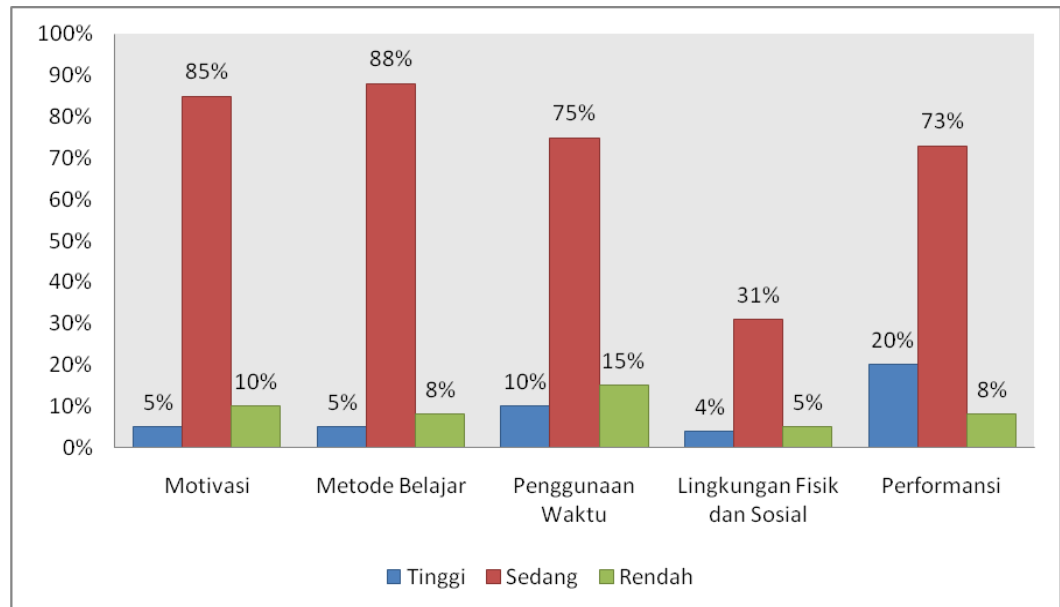
Sedangkan pada aspek performansi, diperoleh skor minimal skor minimal 14, skor maksimal 24, rata-rata 21, dan standar deviasi 3. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.7
Kategorisasi Aspek Performansi *Self Management* Siswa yang
Memiliki Prestasi Belajar Tinggi

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 24	8 Siswa	20%
Sedang: 18-24	29 Siswa	73%
Rendah: ≤ 14	3 Siswa	8%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 73% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek performansi *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 20% dan 8%.

Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:



Grafik 4.2
Persentase per Aspek *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Tinggi

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa persentase setiap aspek dilihat berdasarkan kategorisasi terdapat perbedaan antara aspek motivasi, aspek metode-metode belajar, aspek penggunaan waktu, aspek lingkungan fisik dan sosial dan aspek performansi dalam self management siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi, terlihat bahwa aspek metode-metode belajar merupakan aspek yang paling tinggi yang dimiliki siswa prestasi belajar tinggi.

c. Gambaran *Self-Management* Siswa yang Memiliki Prestasi

Belajar Rendah

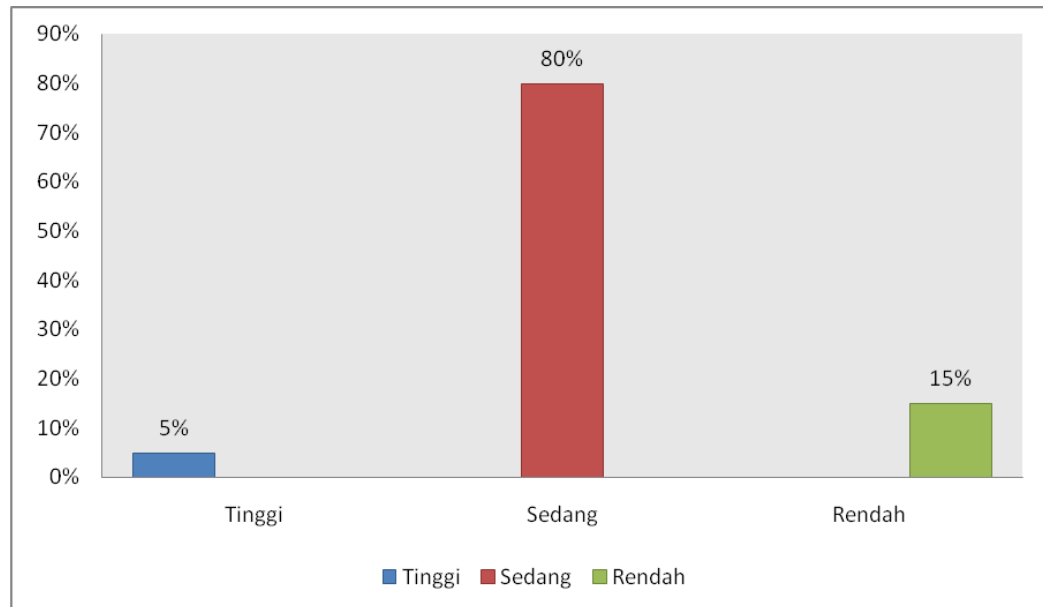
Data ini diperoleh dari hasil penyebaran instrumen terhadap 40 siswa berprestasi tinggi dan 40 siswa berprestasi rendah siswa di kelas VII SMP Negeri 255 Jakarta. Berdasarkan pengolahan data, diperoleh skor minimal 66, skor maksimal 112, rata-rata 92, dan standar deviasi 12. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut untuk 40 siswa yang memiliki prestasi belajar rendah:

Tabel 4.8

Kategorisasi *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Rendah

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 104	2 Siswa	5%
Sedang: 88-104	32 Siswa	80%
Rendah: ≤ 80	6 Siswa	15%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa 80% siswa yang memiliki prestasi belajar rendah memiliki tingkat *self management* pada kategori sedang. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 5% dan 15%. Hal ini dapat diartikan bahwa mayoritas tingkat *self management* siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada pada level sedang. Hasil tersebut dapat pula dilihat pada grafik 4.3 berikut:



Grafik 4.3
Kategorisasi *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Rendah

Selanjutnya data hasil penelitian dideskripsikan berdasarkan 5 aspek dalam *self management*, yaitu aspek motivasi, metode-metode belajar, penggunaan waktu, lingkungan fisik dan sosial dan performansi.

Berdasarkan pengolahan data pada aspek motivasi diperoleh skor minimal 8 skor maksimal 16, rata-rata 13, dan standar deviasi 2. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.9
Kategorisasi Aspek Motivasi *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Rendah

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 15	6 Siswa	8%
Sedang: 11-15	27 Siswa	34%
Rendah: ≤ 11	7 Siswa	9%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 34% siswa yang memiliki prestasi belajar rendah berada dalam kategori sedang dalam aspek motivasi *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 8% dan 9%.

Sedangkan pada aspek metode-metode belajar, diperoleh skor minimal skor minimal 20, skor maksimal 35, rata-rata 27, dan standar deviasi 1. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.10
Kategorisasi Aspek Metode-Metode Belajar *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Rendah

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 28	18 Siswa	45%
Sedang: 26-28	14 Siswa	35%
Rendah: ≤ 26	8 Siswa	20%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 35% siswa yang memiliki prestasi belajar rendah berada dalam kategori sedang dalam aspek metode-metode belajar *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 45% dan 20%.

Sedangkan pada aspek penggunaan waktu, diperoleh skor minimal skor minimal 9, skor maksimal 19, rata-rata 14, dan standar deviasi 3. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.11
Kategorisasi Aspek Penggunaan Waktu *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Rendah

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 17	2 Siswa	18%
Sedang: 11-17	27 Siswa	68%
Rendah: ≤ 11	6 Siswa	15%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 68% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek penggunaan waktu *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 18% dan 15%.

Sedangkan pada aspek lingkungan fisik dan sosial, diperoleh skor minimal skor minimal 11, skor maksimal 22, rata-rata

17, dan standar deviasi 3. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.12
Kategorisasi Aspek Lingkungan Fisik dan Sosial *Self Management*
Siswa yang Memiliki Prestasi Belajar Rendah

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 20	6 Siswa	15%
Sedang: 14-20	27 Siswa	68%
Rendah: ≤ 14	7 Siswa	18%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 68% siswa yang memiliki prestasi belajar rendah berada dalam kategori sedang dalam aspek lingkungan fisik dan sosial *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 15% dan 18%.

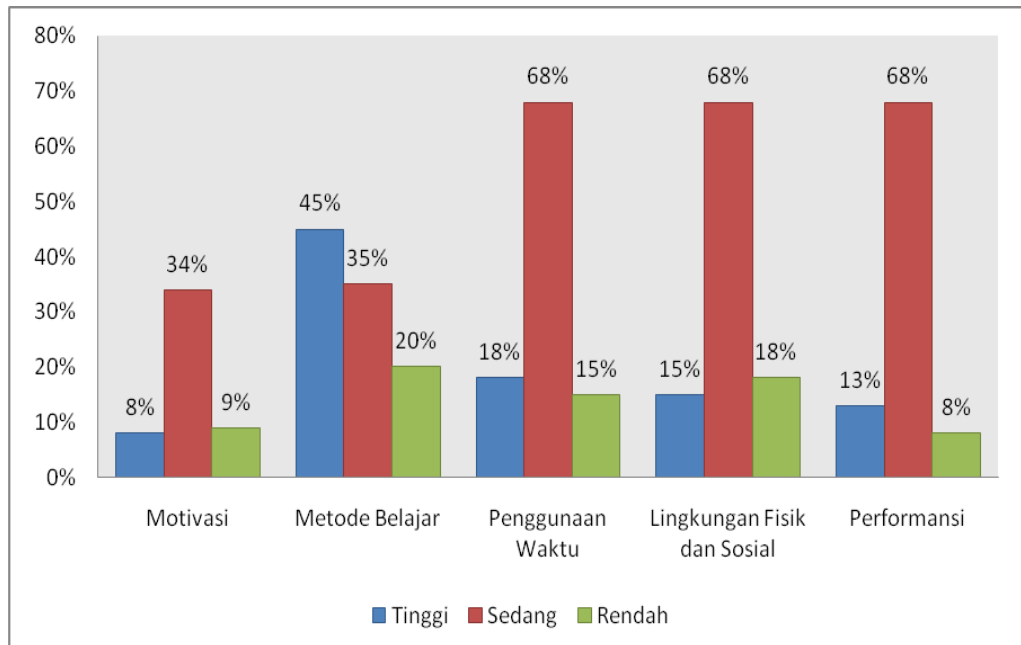
Sedangkan pada aspek performansi, diperoleh skor minimal skor minimal 13, skor maksimal 24, rata-rata 20, dan standar deviasi 3. Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.13
Kategorisasi Aspek Performansi *Self Management* Siswa yang
Memiliki Prestasi Belajar Rendah

Kategorisasi	Jumlah Responden	Persentase
Tinggi: ≥ 23	5 Siswa	13%
Sedang: 17-23	27 Siswa	68%
Rendah: ≤ 17	8 Siswa	20%
Jumlah	40 Siswa	100%

Berdasarkan tabel kategori di atas, dapat dilihat bahwa sebanyak 68% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada dalam kategori sedang dalam aspek performansi *self management*. Kategori tinggi dan rendah berturut-turut sebesar 13% dan 20%.

Hasil tersebut kemudian dikategorisasikan dengan hasil sebagai berikut:



Grafik 4.4
Persentase per Aspek *Self Management* Siswa yang Memiliki Prestasi Rendah

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa persentase setiap aspek dilihat berdasarkan kategorisasi terdapat perbedaan antara aspek motivasi, aspek metode-metode belajar, aspek penggunaan waktu, aspek lingkungan fisik dan sosial dan aspek performansi dalam self management siswa yang memiliki prestasi belajar rendah, terlihat bahwa aspek lingkungan fisik dan sosial merupakan aspek yang paling tinggi yang dimiliki siswa prestasi belajar tinggi.

2. Pengujian Hipotesis

Uji T-Test Independent *Self Management* Pada Siswa Yang Memiliki Prestasi Belajar Tinggi Dan Siswa Prestasi Belajar Rendah

Uji t-test independent digunakan untuk melihat perbandingan self-management siswa yang berprestasi tinggi dan self management siswa yang berprestasi rendah, berikut hasil uji t-test independent pada tabel (Terlampir)

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis melalui uji *t-test independent* dapat diketahui bahwa terdapat adanya perbandingan *self management* siswa yang berprestasi tinggi dan *self management* siswa yang berprestasi rendah. Hasil tersebut dapat memperkuat teori yang telah disampaikan bahwa *self management* merupakan salah satu faktor dalam meningkatkan kesuksesan siswa.

Zimmerman berasumsi bahwa *self management* yang dilakukan seorang pembelajar akan ditentukan secara situasional oleh strategi-strategi yang mereka gunakan. Strategi-strategi atau komponen-komponen yang mereka gunakan bergantung pada keterikatan lima aspek, yaitu aspek motivasi, aspek metode-metode belajar, aspek penggunaan waktu, aspek lingkungan fisik dan sosial, dan aspek performansi.

Zimmerman dan Reisemberg mengidentifikasi komponen-komponen yang ditunjukkan untuk mengatur aspek-aspek tertentu. Aspek motivasi (*motivation*) diwakili oleh tujuan individu, keyakinan, persepsi dan harapan. Aspek metode-metode belajar (*methods of learning*) diwakili oleh belajar dari buku teks, belajar dari ceramah, persiapan ujian, dan mengikuti ujian. Aspek penggunaan waktu (*use of time*) diwakili oleh kemampuan mengelola waktu. Aspek Lingkungan fisik dan sosial (*psysical environment and social environment*) diwakili oleh lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Aspek performansi (*performance*) diwakili oleh prestasi akademis dan menganalisis kinerja individu.

Berdasarkan persentase skor pada strategi belajar dari buku teks, belajar dari ceramah, persiapan ujian, dan mengikuti ujian tersebut mengarahkan pembahasan tentang *self management* pada aspek metode-metode belajar. Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui 45% siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi berada pada kategori tinggi dalam aspek metode-metode belajar pada *self management* sedangkan kategori sedang 35% dan rendah 20%. Sementara sebanyak 5% siswa yang memiliki prestasi belajar rendah berada pada kategori tinggi dalam aspek metode-metode belajar pada *self management* sedangkan kategori sedang 88% dan rendah 8%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan persentase 45% lebih tinggi dari pada siswa yang memiliki prestasi belajar rendah dengan persentase 5%. Itu artinya siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi

sudah menemukan strategi belajar yang sesuai dengan dirinya. Siswa yang memiliki prestasi tinggi mengetahui cara bagaimana ia memperoleh informasi dari buku teks dengan membaca, meringkas, menguraikan buku pelajaran. Informasi dari ceramah dengan mendengarkan, mencatat dan mengingat pelajaran ketika guru sedang menerangkan.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu karena hanya dilakukan pada dua kelas VII dan VIII di sekolah SMP Negeri 255 Jakarta yang merupakan siswa yang memiliki prestasi tinggi dan siswa yang memiliki prestasi rendah, sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan pada seluruh siswa prestasi tinggi dan siswa prestasi rendah kelas VII SMP Negeri 255 Jakarta. Keterbatasan penelitian juga menyangkut waktu yang harus ditempuh dalam mencari sampel.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian adalah sebagai berikut: pertama terdapat perbedaan *self management* antara siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 255 Jakarta. Hal ini dapat dilihat berdasarkan kategorisasi yang telah dilakukan dan uji hipotesis melalui uji *t-test independent*. Siswa yang memiliki prestasi tinggi memiliki perilaku *self management* pada aspek metode-metode belajar, sedangkan siswa yang memiliki prestasi rendah memiliki perilaku *self management* pada aspek lingkungan fisik dan sosial.

Pada siswa yang memiliki prestasi belajar yang tinggi pada aspek *self management* dalam metode-metode belajar menunjukkan siswa mampu menemukan strategi belajar yang baik seperti mendapatkan informasi dengan membaca, meringkas dan menguraikan dari buku pelajaran. Siswa yang memiliki prestasi tinggi juga mampu mempersiapkan ujian dan mengikuti ujian dengan baik. Pada siswa yang memiliki prestasi belajar yang rendah pada aspek *self management* dalam metode-metode belajar menunjukkan siswa mampu mengatur tempat yang kondusif untuk belajar dan siswa mampu menentukan kapan ia harus bekerja sendiri atau dengan orang lain.

B. IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa siswa yang memiliki prestasi tinggi memiliki perilaku *self management* pada aspek metode-metode belajar, sedangkan siswa yang memiliki prestasi rendah memiliki perilaku *self management* pada aspek lingkungan fisik dan sosial. Berdasarkan penelitian ini dapat diketahui bahwa adanya perbedaan *self management* pada siswa yang memiliki prestasi belajar tinggi dengan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah. Apabila penelitian ini tidak dilakukan, tidak akan diketahui bahwa adanya perbedaan *self management* yang memiliki prestasi belajar tinggi dan siswa yang memiliki prestasi belajar rendah.

C. SARAN

Saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini bagi pihak-pihak terkait:

1. Bagi Guru bimbingan dan konseling

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengetahui perilaku *self management* siswa dan membantu agar siswa dapat mengatur dirinya sendiri dengan baik dan menjadi bahan masukan untuk dapat bekerja sama dengan orang tua murid dalam pengaturan *self management* pada siswa. Seperti memotivasi siswa agar memiliki kepercayaan diri dan ketekunan dalam belajar untuk meraih cita-cita yang diinginkannya. Selain itu Guru Bimbingan Konseling (BK) juga

bisa mengarahkan siswa agar dapat menemukan metode-metode belajar yang baik untuk siswa seperti belajar dari buku teks dan belajar dari ceramah. Guru Bimbingan Konseling juga dapat membimbing siswa dalam hal penggunaan waktu agar siswa dapat mengelola waktu belajarnya dengan baik. Selain membimbing siswa dalam hal penggunaan waktu, Guru Bimbingan Konseling dapat menata kembali lingkungan fisik dan lingkungan sosial siswa untuk mencapai pemenuhan akan pencapaian prestasi, seperti mengatur tempat yang kondusif untuk belajar dan membantu siswa untuk mencari bantuan kepada tutor atau buku-buku yang dibutuhkan siswa. Guru Bimbingan Konseling juga harus menganalisis kinerja siswa tersebut untuk mengevaluasi ada atau tidak kesenjangan dalam proses belajarnya dan membantu siswa untuk memperbaiki hal-hal yang perlu diperbaiki untuk mencapai tujuannya mencari tahu penyebab siswa tersebut bisa mendapatkan nilai tugas yang kurang baik.

2. Bagi Pihak Sekolah

Pemberian pelatihan tentang strategi-strategi *self management* kepada siswa dapat menjadi opsi yang dapat dilakukan pihak sekolah sehingga para siswa dapat memiliki kemampuan *self management* yang baik yang dapat menunjang keberhasilan studinya. Selain itu kepala sekolah juga dapat bekerja sama dengan guru Bimbingan

Konseling untuk memotivasi siswa agar memiliki kepercayaan diri dan ketekunan dalam belajar untuk meraih cita-cita yang diinginkannya.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Untuk mahasiswa yang akan melakukan penelitian dan tertarik dengan isu ini dapat menggunakan hasil penelitian sebagai referensi tambahan untuk mengembangkan penelitian.