



UNIVERSITAS INDONESIA

**INTERVENSI MANAJEMEN WAKTU
BAGI SISWA PROGRAM AKSELERASI TINGKAT SMP
DENGAN *TASK COMMITMENT* RENDAH**

*(Time Management Intervention for Junior High School Student in
Acceleration Program with Low Task Commitment)*

TUGAS AKHIR

**TEGUH PURWO NUGROHO
0706182854**

zli a. purwo
-
a.

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI
KEKHUSUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN
DEPOK
JULI 2009**



UNIVERSITAS INDONESIA

**INTERVENSI MANAJEMEN WAKTU
BAGI SISWA PROGRAM AKSELERASI TINGKAT SMP
DENGAN *TASK COMMITMENT* RENDAH**

*(Time Management Intervention for Junior High School Student in
Acceleration Program with Low Task Commitment)*

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Profesi
Peminatan Psikologi Pendidikan**

**TEGUH PURWO NUGROHO
0706182854**

(Signature)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI
KEKHUSUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN
DEPOK
JULI 2009**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa Tugas Akhir yang berjudul: **Intervensi Manajemen Waktu bagi Siswa Program Akselerasi Tingkat SMP dengan *Task Commitment* Rendah** adalah hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan jiplakan dari hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi apapun dari Fakultas Psikologi Universitas Indonesia sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Depok, 21 Juli 2009

Yang menyatakan,



Teguh Purwo Nugroho
(NPM: 0706182854)

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Teguh Purwo Nugroho
NPM : 0706182854
Program Studi : Magister Profesi Psikologi Pendidikan
Judul Tugas Akhir : Intervensi Manajemen Waktu Bagi Siswa
Program Akselerasi Tingkat SMP dengan
Task Commitment Rendah

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Studi Profesi Psikologi Pendidikan Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, pada hari Senin, 13 Juli 2009.

DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang dan Pembimbing,


(Dra. Puji Lestari Prianto, M.Psi.)

Penguji,


(Wuri Prasetyawati, M.Psi.)

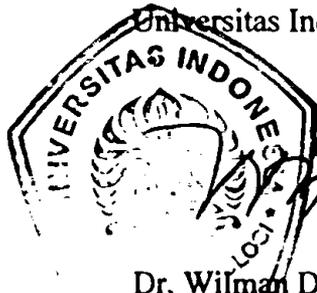
Depok, 21 Juli 2009

Ketua Program Pascasarjana
Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia



Dr. Hamdi Muluk
NIP: 19660331 199903 1 001

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Indonesia




Dr. Wilman Dahlan Mansoer, M. Org. Psy.
NIP: 19490403 197603 1 002

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah... Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih atas bimbingan, pengetahuan, bantuan, dukungan, dan doa dari pihak-pihak berikut ini:

1. Dra. Puji Lestari Prianto, M. Psi selaku Penanggung Jawab Program Profesi Pendidikan dan pembimbing Tugas Akhir, yang dengan penuh kesabaran meluangkan waktu di sela kesibukannya telah mengarahkan peneliti dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
2. Wuri Prasetyawati, M.Psi selaku penguji Tugas Akhir yang memberikan masukan berharga demi kualitas Tugas Akhir yang lebih baik.
3. DR. Frieda M. Mangunsong, M.Ed selaku Ka Bag Psikologi Pendidikan, serta seluruh staf pengajar di Bagian Psikologi Pendidikan.
4. Semua pengurus perpustakaan Fakultas psikologi UI, yang telah memberi kemudahan dalam peminjaman buku dan Jurnal Psikologi.
5. Semua karyawan administrasi Fakultas Psikologi UI, yang telah membantu peneliti dalam pengurusan administrasi terutama pembayaran SPP.
6. Seluruh anggota Satpam Fakultas Psikologi UI, peneliti mengucapkan terima kasih yang selalu memberi tempat parkir dan pengawasan terhadap sepeda motor peneliti selama kuliah di Fakultas Psikologi UI.
7. R dan keluarganya yang bersedia meluangkan waktunya untuk menjadi klien dalam Tugas Akhir ini.
8. Kepala sekolah SMPN 41 Jakarta, Bapak Nuryadi, Ibu Diah dan Ibu Pudi yang telah memberikan kesempatan, kemudahan dan informasi yang berharga bagi peneliti selama penanganan kasus dan penyusunan Tugas Akhir.
9. Deputi Kapolri Bidang SDM dan Kepala Biro Psikologi Polri, peneliti mengucapkan terima atas dukungan yang telah memberi kesempatan peneliti untuk kuliah di Fakultas Psikologi UI.
10. Istriku tercinta, Debby, yang telah menjadi bagian hidup peneliti dan selalu memberi semangat serta mendukung peneliti dalam segala hal, termasuk dalam memahami kondisi jadwal kuliah peneliti yang padat.

11. Kedua anakku tercinta, Sheva dan Ica, yang telah menjadi semangat bagi peneliti untuk dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu.
12. Bapak dan ibu serta adik-adik peneliti, yang selalu mendorong peneliti untuk maju dan selalu mengharapkan yang terbaik bagi peneliti, serta memberi dukungan moral pada anak dan isteri peneliti selama kuliah.
13. Keluarga mertua peneliti, yang selalu memberi dukungan serta telah menjaga anak dan isteri peneliti selama kuliah.
14. Para sahabat di Program Profesi Mayor Pendidikan 2007, Andra, Atha, Apik, Chika, Dila, Gracia, Jarot, Mbak Irma, Reza, Rience, Ryo dan Yan yang selalu mendukung dan memberi bantuan peneliti selama mengikuti perkuliahan.
15. Sigit dan Nyoman, yang selalu tersenyum di depan kamar saat peneliti mengerjakan tugas sehingga menjadi motivasi bagi peneliti untuk menyelesaikan tugas-tugas kuliah.
16. Pance Pondaag, atas buah karyanya “Demi Kau dan Si Buah Hati” sehingga selalu menginspirasi peneliti untuk dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu.

Akhir kata, seluruh isi Tugas Akhir ini sepenuhnya merupakan tanggung jawab peneliti dan tentunya masih banyak memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan diterima dengan tangan terbuka demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi, terutama dalam bidang pendidikan.

Depok, 21 Juli 2009
Teguh Purwo Nugroho

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Teguh Purwo Nugroho
NPM : 0706182854
Program Studi : Magister Profesi Psikologi Pendidikan
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Tugas akhir

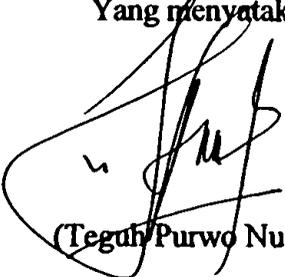
demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Intervensi Manajemen Waktu bagi Siswa Program Akselerasi Tingkat SMP dengan *Task Commitment Rendah*”

beserta perangkat yang ada (bila diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Tugas Akhir saya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hal Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggung jawab saya pribadi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Depok, 21 Juli 2009
Yang menyatakan,


(Teguh Purwo Nugroho)

ABSTRAK

Nama : Teguh Purwo Nugroho
Program Studi : Magister Profesi Psikologi Pendidikan
Judul : Intervensi Manajemen Waktu bagi Siswa Program Akselerasi Tingkat SMP dengan *Task Commitment* Rendah.

Menurut Renzulli, dkk. (dalam Munandar, 1992), ada tiga kriteria yang menentukan keberbakatan pada seseorang, yaitu kemampuan diatas rata-rata, kreativitas yang tinggi dan pengikatan diri terhadap tugas yang baik. R merupakan salah satu siswa yang mengikuti program akselerasi. R belum memenuhi ketiga kriteria keberbakatan. Potensi intelegensinya tergolong superior dan kreativitasnya juga tinggi, tetapi ia kurang memiliki tanggung jawab terhadap tugas. Berdasarkan strategi *self regulated learning*, dapat disimpulkan bahwa strategi SRL yang belum dikembangkan oleh R juga disebabkan tidak adanya pengaturan waktu yang baik. Oleh karena itu, intervensi manajemen waktu penting bagi R. Tujuan dari program intervensi ini adalah agar R dapat menggunakan waktunya secara efektif, terutama dalam kaitannya dengan proses belajar. Dengan adanya manajemen waktu yang baik, diharapkan dapat memiliki regulasi diri terutama dalam belajar. Namun, target yang dicapai dalam intervensi belum tercapai sepenuhnya karena ada kendala waktu pada pelaksanaan program.

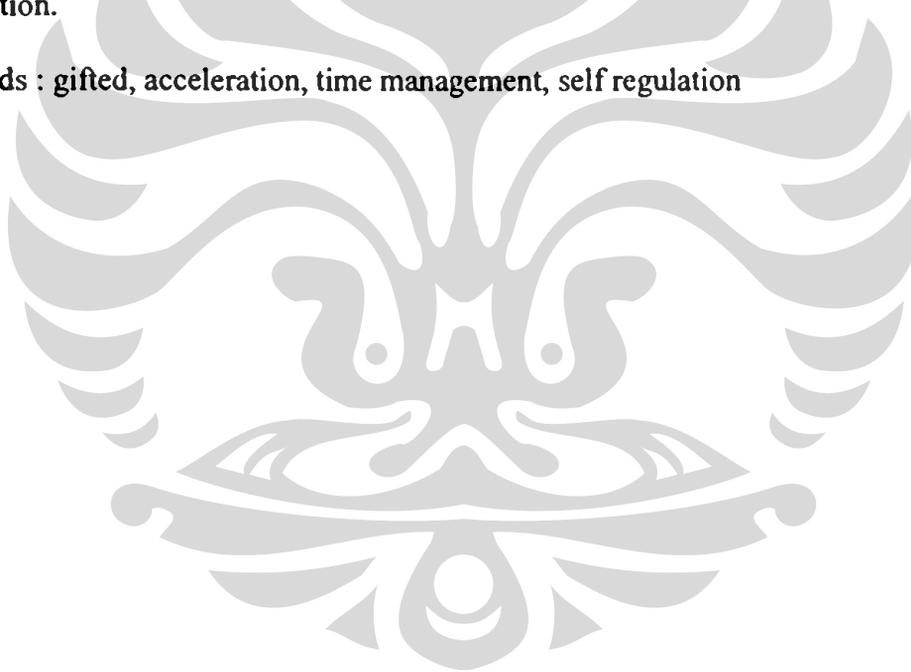
Kata kunci : keberbakatan, akselerasi, manajemen waktu, regulasi diri.

ABSTRACT

Name : Teguh Purwo Nugroho
Study Program : Master of Professional Psychology, Majoring in Education
Judul : Time Management Intervention for Junior High School Student
In Acceleration Program with Low Task Commitment

Renzulli (Munandar, 1992) stated that there are three criteria to determine whether someone is gifted or not: above average score of intelligence, highly creative and highly task committed. R is one of students in the acceleration program who didn't have all the criteria yet. The score of his IQ was superior and he was highly creative, but had low task commitment. According to SRL's strategies, the reason he didn't developed the strategies was lack of time management. Thus, a time management program was important for R. The purpose of this intervention program was to make R more effective in managing time related to his daily activities so he would be able to regulate himself to study. The target of this intervention was not achieved however because of the time limitation during the intervention.

Keywords : gifted, acceleration, time management, self regulation



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	v
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL DAN GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rasional Intervensi	6
1.3. Tujuan dan Manfaat Intervensi	8
1.4. Rumusan Masalah	8
1.5. Sistematika Penulisan	9
BAB II TINJAUAN TEORI	10
2.1. Keberbakatan	10
2.2. Program Akselerasi Bagi Anak Berbakat	12
2.3. Manajemen Waktu	13
2.3.1. Pengertian manajemen waktu	13
2.3.2. Aspek-aspek manajemen waktu	14
2.3.3. Karakteristik individu dengan manajemen waktu yang baik	15
2.3.4. Karakteristik individu dengan manajemen waktu yang buruk	16
2.4. Penetapan Tujuan	17
2.4.1. Pentingnya penetapan tujuan	17
2.4.2. Penetapan tujuan dalam belajar	17
2.5. <i>Self Regulated Learning</i>	18
2.5.1. Karakteristik siswa dengan <i>self regulated learning</i>	18
2.5.2. Strategi dalam <i>self regulated learning</i>	19
BAB III RANCANGAN PROGRAM INTERVENSI	23
3.1. Alasan Intervensi	23
3.2. Rancangan Intervensi	23
3.2.1. Tahap Persiapan	23
3.2.2. Tahap Intervensi	24
BAB IV PELAKSANAAN PROGRAM	29
4.1. Tahapan Pelaksanaan Program	29
4.1.1. Tahap Persiapan	29
4.1.2. Tahap Intervensi	30
4.2. Tahapan Evaluasi Pelaksanaan Program	45

BAB V DISKUSI, KESIMPULAN DAN SARAN	47
5.1. Diskusi	47
5.2. Kesimpulan	49
5.3. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	51



DAFTAR TABEL

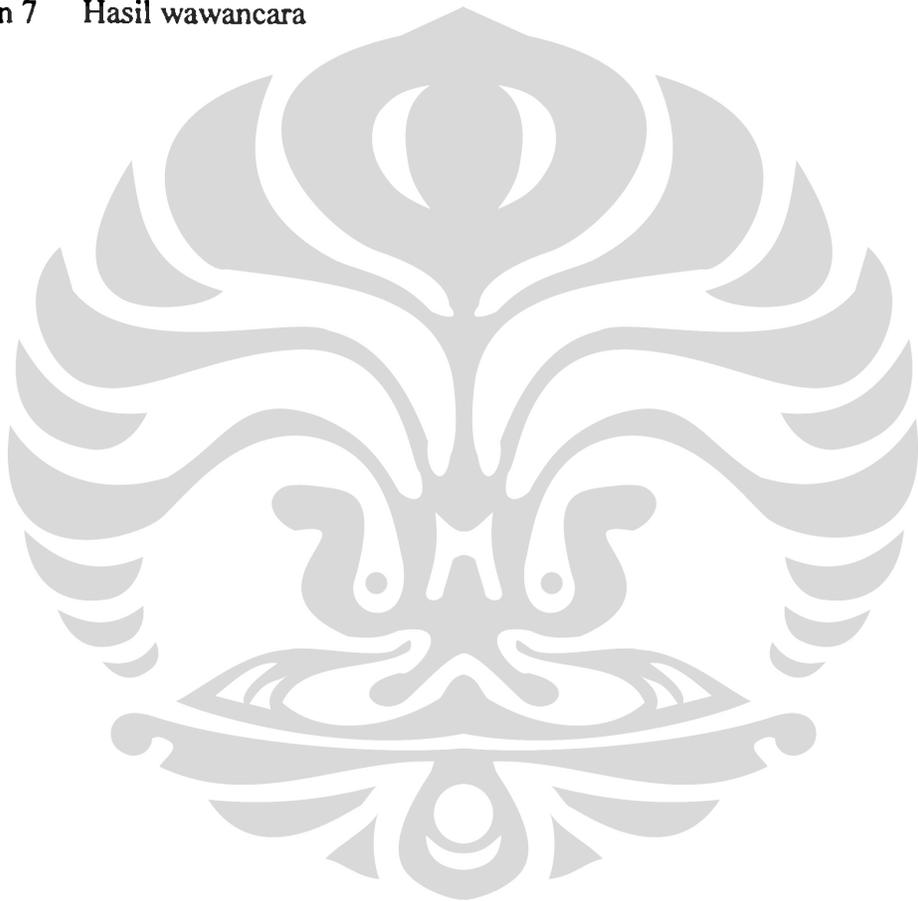
Tabel 3.1.	Rancangan program intervensi	26
Tabel 3.2.	Tahap persiapan intervensi	27
Tabel 3.3.	Tahapan pelaksanaan intervensi	27
Tabel 4.1.	Hasil wawancara	31
Tabel 4.2.	Hasil permainan <i>dart</i>	36
Tabel 4.3.	Hasil studi kasus manajemen waktu	38
Tabel 4.4.	Hasil evaluasi pelaksanaan program intrevensi	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Interaksi kluster keberbakatan	10
----------	--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Pedoman Wawancara
- Lampiran 2 Kuesioner *self regulated learning*
- Lampiran 3 Uraian lengkap program intervensi
- Lampiran 4 Studi kasus manajemen waktu
- Lampiran 5 *Matrix* Kuadran waktu
- Lampiran 6 *Form* jadwal harian
- Lampiran 7 Hasil wawancara



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Setiap anak memiliki potensi yang dapat digali dan dikembangkan secara positif. Dalam rangka mencari dan mengembangkan potensi yang dimiliki anak, diperlukan ketelitian, kesabaran dan komitmen serta cara yang sesuai agar anak dapat berkembang secara optimal. Demikian juga dengan anak yang telah diidentifikasi sebagai anak berbakat. Mereka memerlukan penanganan yang sesuai dengan kebutuhannya seperti dalam bidang pendidikan. Anak berbakat memerlukan pelayanan pendidikan yang lebih khusus dibandingkan dengan anak normal lainnya karena secara umum mereka memiliki potensi intelektual diatas rata-rata. Selain itu, anak berbakat membutuhkan program pendidikan yang berbeda (berdiferensiasi) dan atau pelayanan yang di luar jangkauan program sekolah biasa, agar dapat mewujudkan bakat-bakatnya secara optimal bagi pengembangan diri maupun agar dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi masyarakat dan negara (KKPAB, 1986).

Salah satu program pelayanan pendidikan anak berbakat yang disusun oleh Kelompok Kerja Pengembangan Pendidikan Anak Berbakat/ KKPAB (1986) adalah program percepatan belajar (akselerasi). Selanjutnya, dalam program percepatan belajar untuk SD, SLTP dan SMU yang dicanangkan oleh pemerintah pada tahun 2000, akselerasi didefinisikan sebagai salah satu bentuk pelayanan pendidikan yang diberikan bagi siswa dengan kecerdasan dan kemampuan luar biasa untuk dapat menyelesaikan pendidikan lebih awal dari waktu yang telah ditentukan (Depdiknas, 2001 dalam Hawadi, 2004). Colangelo (1991, dalam Hawadi, 2004) menyebutkan bahwa istilah akselerasi menunjukkan pada pelayanan yang diberikan (*service delivery*), dan kurikulum yang disampaikan (*curriculum delivery*). Sebagai model pelayanan, pengertian akselerasi termasuk juga untuk taman kanak-kanak atau perguruan tinggi pada usia muda, meloncat kelas, dan mengikuti pelajaran tertentu pada kelas di atasnya. Sementara itu, sebagai model kurikulum, akselerasi berarti

mempercepat bahan ajar dari yang seharusnya dikuasai oleh siswa saat itu. Dalam hal ini, akselerasi dapat dilakukan dalam kelas reguler, ruang sumber, ataupun kelas khusus dan bentuk akselerasi yang diambil bisa *telecosping* dan siswa dapat menyelesaikan dua tahun atau lebih kegiatan belajarnya menjadi satu tahun atau dengan cara *self-paced studies*, yaitu siswa mengatur kecepatan belajarnya sendiri (Hawadi, 2004).

Dampak positif dari program percepatan belajar ini, anak dapat menyelesaikan sekolahnya dalam waktu yang lebih cepat sehingga mereka dapat mempersiapkan karirnya lebih cepat pula dibandingkan dengan anak lain seusianya. Konsekuensinya, mereka dituntut dapat mempelajari dan memahami materi di sekolah secara cepat dibandingkan dengan anak normal lainnya. Selain itu, mereka juga dituntut untuk memiliki komitmen yang baik terhadap pelaksanaan tugas-tugas di sekolah. Tampaknya, faktor intelegensi bukanlah menjadi faktor keberhasilan yang mutlak bagi anak berbakat yang mengikuti program akselerasi. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Arniati, dkk. (dalam *gifted review*, 2009) bahwa, kemampuan intelektual bukanlah merupakan faktor satu-satunya, karena kerajinan, usaha, keefektifan metode belajar, faktor pribadi dan faktor lingkungan juga berpengaruh terhadap keberhasilan belajar siswa.

Berkaitan dengan keberhasilan siswa dalam program akselerasi, maka diperlukan adanya proses identifikasi yang sesuai untuk mendapatkan siswa akseleran yang tepat. Utami Munandar (1992) mengingatkan bahwa dalam proses identifikasi anak berbakat yang akan menjadi akseleran, ada baiknya untuk kembali kepada konsep *three rings conception* yang dikemukakan Renzulli, yaitu dengan memperhatikan faktor intelegensi, kreativitas dan pengikatan diri terhadap tugas (*task commitment*). Dimasukkannya ciri non intelektual yaitu *task commitment*, dalam kluster ciri keberbakatan adalah tidak lepas dari temuan-temuan terdahulu, baik dari autobiografi orang-orang yang populer maupun hasil penelitian. Melalui autobiografi, diungkapkan secara jelas bahwa salah satu kunci keberhasilan orang tersebut adalah kemampuan mereka untuk secara total terlibat dalam pekerjaan yang ditekuni untuk waktu yang lama (Hawadi, 2002). *Task commitment* sendiri merupakan

bentuk halus dari motivasi, tetapi lebih menunjukkan tanggung jawab seseorang terhadap tugas-tugas tertentu yang spesifik. Istilah umum yang sering digunakan untuk menggambarkan tanggung jawab adalah ketekunan, keuletan, kerja keras, latihan terus menerus, percaya diri, dan suatu keyakinan dari kemampuan seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan penting (Hawadi, 2002).

Studi yang dilakukan oleh Sir Francis Galton (dalam Hawadi, 2002) menunjukkan bahwa salah satu hal yang dengan jelas digambarkan sebagai keberhasilan subyeknya adalah kerja keras. Adapun studi monumental Terman digambarkan ciri-ciri yang dikenal dan sering muncul dari orang yang tergolong berbakat adalah adanya : ketekunan terus menerus dalam mencapai tujuan akhir, integrasi ke arah tujuan, percaya diri dan bebas dari perasaan rendah diri (Terman, 1959, dalam Hawadi, 2002). Studi lain yang mendukung penelitian Galton dan Terman yang menunjukkan bahwa orang-orang yang tergolong kreatif-produktif memiliki orientasi pengikatan diri terhadap tugas yang lebih disamping adanya keterlibatan di dalam pekerjaan mereka dibandingkan rata-rata orang dalam populasi (Hawadi, 2002). Oleh karena itu, menurut Renzulli (dalam Stenberg dan Davidson, 1986, dalam Hawadi 2002), meskipun ciri *task commitment* ini tidak mudah dan objektif untuk diidentifikasi dibandingkan kemampuan kognitif yang umum, ciri ini tidak dipungkiri merupakan komponen keberbakatan yang utama, sehingga dalam definisi keberbakatan Renzulli, ciri tanggung jawab terhadap tugas merupakan hal yang juga perlu dimasukkan.

Berdasarkan hasil penelitian para ahli tersebut menunjukkan bahwa selain faktor intelegensi dan kreativitas, diperlukan juga *task commitment* yang kuat untuk menunjang keberhasilan anak berbakat dalam mengikuti program akselerasi. Dalam kenyataannya ada pula siswa-siswa akseleran yang pandai, tetapi kenyataannya tidak memiliki *task commitment* yang baik. Hal ini dialami oleh R, kasus yang ditangani oleh peneliti dalam kegiatan penanganan kasus di program profesi psikologi pendidikan.

R merupakan anak bungsu dari tiga bersaudara. Kakak sulung R perempuan berusia 18 tahun dan sekarang kuliah di fakultas Kedokteran

Universitas Indonesia. Sedangkan kakak kedua R laki-laki berusia 14 tahun dan sekarang duduk di kelas 1 SMAN 28. Sejak kecil, kedua kakak R menunjukkan prestasi yang menonjol dalam bidang akademik. Bahkan kakak perempuan R sudah bisa membaca saat baru berusia 3 tahun. Saat masih SD hingga SMA, kakak perempuan R selalu meraih peringkat 1 di sekolah. Begitu pula dengan kakak laki-laki R yang selalu meraih peringkat 1 di sekolah sejak SD hingga SMP. Kakak laki-lakinya pun masuk program Akselerasi saat masih SMP. R tumbuh dalam lingkungan yang memiliki pendidikan dan prestasi yang baik sehingga secara tidak langsung mempengaruhinya untuk meraih prestasi yang baik pula dalam pendidikan. Namun, usaha yang dilakukan R belum optimal sehingga prestasi yang dicapai R kurang menonjol dibanding saudaranya.

Berdasarkan hasil pemeriksaan psikologi terdahulu menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan R berfungsi pada taraf superior dan tingkat kreativitas R juga berada pada taraf diatas rata-rata. Namun kedua hal tersebut tidak diikuti oleh komitmennya terhadap tugas (*task commitment*). Berdasarkan pengukuran TC Rendi, R mendapatkan skor yang rendah (126 – 137 skala TC Rendi). Selain itu, hasil wawancara dengan guru dan teman diperoleh informasi bahwa R memiliki *task commitment* yang rendah. Hasil pemeriksaan juga menunjukkan bahwa rendahnya *task commitment* R disebabkan oleh faktor sosio emosionalnya. Menurut Schwarz (dalam Djani 1983), masalah-masalah sosio emosional yang dihadapi anak berbakat berkisar antara masalah-masalah yang berhubungan dengan kelompok sebaya, tingkah laku dalam kelas, sikap orang tua serta masalah-masalah yang berasal dari dalam diri anak berbakat. Khusus pada R, ia masih belum mampu mengendalikan emosinya sehingga ia masih berbuat sekehendak hatinya baik saat di kelas maupun di rumah. Di kelas, ia juga mengalami sedikit masalah dalam berhubungan dengan teman sebayanya di kelas di mana ia merupakan satu-satunya anak laki-laki di kelasnya. Ia juga memiliki sikap dan persepsi yang negatif terhadap anak perempuan sehingga suasana kelas dirasakan kurang nyaman bagi dirinya. Hal ini menyebabkan R lebih melakukan

aktivitas lain yang tidak ada kaitannya dengan belajar atau acapkali ia melamun saat di kelas.

Di rumah, R tidak memiliki jadwal belajar yang teratur. Ia hanya mau belajar ketika ia ingin belajar atau hanya untuk mengerjakan tugas. Tampaknya keinginannya untuk belajar masih dipengaruhi oleh suasana hatinya pada saat itu. Ia sendiri tidak menyukai aktivitas yang berkaitan dengan belajar. Dalam hal pengerjaan tugas-tugas dari sekolah, R lebih sering menunda untuk mengerjakannya sehingga ia sering mengumpulkan melewati batas waktu yang telah ditetapkan dan mendapatkan pengurangan nilai dari gurunya.

Di sisi lain, meski peran ibu dalam proses belajar masih kurang, tetapi ibunya lebih konsisten dalam menerapkan aturan-aturan yang berlaku di rumah dibanding ayahnya sering memberi kelonggaran kepada R untuk melakukan aktivitas yang disukainya. Keberadaan ayahnya di rumah ini yang sering dimanfaatkan R untuk bermain PS atau membaca komik kesukaannya sehingga ia tidak belajar atau tidak mengerjakan tugas-tugasnya. Tampaknya, R masih belum mampu mengatur dirinya terutama dalam belajar. Selain itu, ia juga belum dapat menyeimbangkan antara waktu belajar dan bermain. Akibatnya, prestasi belajarnya menjadi tidak optimal.

Saat ini, prestasi belajar R di sekolah mengalami peningkatan. Pada penerimaan rapor kelas II semester 1 (satu), R mendapatkan peringkat kelima. Namun, berdasarkan hasil wawancara dengan wali kelas, guru BP dan teman sekelasnya menunjukkan bahwa R masih belum memiliki *task commitment* yang baik terhadap tugas-tugasnya. R masih sering terlambat dalam mengerjakan dan mengumpulkan tugas-tugas dari sekolah. Selain itu, hasil pekerjaannya juga tidak optimal. Hal ini menunjukkan bahwa *task commitment*-nya belum mengalami perubahan sejak dilaksanakan konseling penanganan kasus saat R menginjak kelas I semester 2 (dua). Padahal, bila ia memiliki *task commitment* yang lebih baik, ia dapat memperoleh prestasi yang lebih baik pula dibandingkan yang dicapainya saat ini. Berdasarkan hasil wawancara dengan R, diperoleh informasi bahwa R masih banyak menggunakan waktunya dengan bermain. Ia hanya belajar ketika mengerjakan

tugas, sebaliknya, bila tidak ada tugas, ia tidak akan belajar. Bahkan, ia lebih memilih untuk bermain dibanding mengerjakan tugas (PR) dari sekolah, sehingga tugasnya pun tidak terselesaikan. Ia akan buru-buru menyelesaikan tugasnya bila batas waktu pengumpulan (*deadline*) telah habis. Akibatnya, ia mengerjakan tugas seadanya dan menurut guru pengajar hasilnya belum lengkap/ tidak tuntas.

Saat orangtua mengingatkannya agar ia belajar, R berpura-pura membaca buku tetapi didalamnya diselipkan komik kesukaannya. Gagne (1985) menyatakan bahwa seringkali terjadi bahwa sekalipun kemampuan siswa tinggi tetapi ia tidak dapat mencapai prestasi yang optimal karena kegagalannya dalam mengontrol diri dalam belajar. Berdasarkan permasalahan tersebut diatas dapat diambil kesimpulan bahwa R masih belum mampu mengelola waktunya secara efektif untuk melakukan aktivitasnya sehari-hari terutama yang berkaitan dengan belajar. Akibatnya, prestasi belajarnya disekolah masih kurang optimal. Oleh karena itu, R perlu dilatih untuk mengatur waktunya agar ia terbiasa menggunakan waktunya secara efektif.

1.2. Rasional Intervensi

Hawadi (2004) menyatakan bahwa program akselerasi sangat esensial dalam menyediakan kesempatan pendidikan yang tepat bagi siswa yang cerdas. Sedangkan Felhusen, Proctor dan Black (1986, dalam Hawadi, 2004) menyatakan akselerasi diberikan untuk memelihara minat siswa terhadap sekolah, mendorong siswa agar mencapai prestasi akademik yang baik dan untuk menyelesaikan pendidikan dalam tingkat yang lebih tinggi bagi keuntungan dirinya ataupun masyarakat. Oleh karena itu, agar pelaksanaan program akselerasi bagi anak berbakat berjalan dengan baik dan lancar, perlunya identifikasi yang sesuai agar mendapatkan akseleran yang tepat. Munandar (1992) mengingatkan bahwa dalam proses identifikasi anak berbakat yang akan menjadi akseleran, ada baiknya untuk kembali kepada konsep *three rings conception* yang dikemukakan Renzulli, yaitu dengan memperhatikan faktor intelegensi, kreativitas dan pengikatan diri terhadap

tugas (*task commitment*). Jadi, dalam hal ini tidak hanya faktor intelektual saja yang dipertimbangkan untuk dapat mengikuti akselerasi, tetapi faktor non intelektual juga perlu dilibatkan demi keberhasilan program akselerasi itu sendiri.

Sebagai salah satu peserta program akselerasi di SMPN 41, R memiliki kemampuan intelektual dan kreativitas yang baik, tetapi ia kurang memiliki *task commitment* untuk mendukung keberhasilan pendidikannya. Faktor sosio emosionalnya yang belum matang menyebabkan ia masih melakukan hal-hal sekehendak hatinya sehingga ia masih belum menyadari dan belum mampu mengatur dirinya terutama dalam belajar. Kekurangmampuan R dalam mengatur dirinya sendiri ditambah dengan sikap orangtua tidak menerapkan aturan yang tegas dan jelas mengenai kedisiplinan dalam belajar. Meskipun orangtua sudah berusaha untuk selalu mengingatkan R, namun ternyata cara ini belum efektif untuk mengubah perilaku R.

Ketidakkampuan R untuk mengatur dirinya dalam belajar lebih disebabkan oleh tidak adanya manajemen waktu yang baik. Selama ini, R tidak memiliki jadwal belajar yang teratur dan ia pun tidak mampu menyeimbangkan waktunya antara belajar dan bermain. Ia lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain atau melakukan aktivitas yang kurang penting, seperti : membaca komik saat belajar. Menurut Martin & Osborne (1989, dalam Wihandini 2001), salah satu karakteristik orang dengan manajemen waktu yang buruk adalah membuang-buang waktu untuk melakukan aktivitas yang kurang penting. Oleh karena itu, R perlu dilatih kemampuannya untuk terlibat secara aktif dalam mengelola waktunya secara efektif. Mengingat ia merupakan siswa program akselerasi, hal ini penting bagi R agar ia dapat mengatur waktunya, baik dalam belajar maupun dalam melakukan aktivitas lain, agar ia dapat mencapai prestasi belajar yang optimal.

Berkaitan dengan permasalahan yang dialami R, peneliti akan melakukan intervensi mengenai manajemen waktu bagi R. Higungs (1982, dalam Suwandi 1997) menerangkan bahwa manajemen waktu ialah proses menjadikan waktu lebih produktif, dengan mengatur apa yang dilakukan dalam waktu tersebut. Dengan melakukan intervensi manajemen waktu,

peneliti berharap agar R terbiasa untuk mengelola waktunya sehingga ia menjadi lebih produktif terutama dalam belajar. Selanjutnya, diharapkan R dapat lebih mandiri dalam belajar, atau dengan perkataan lain, ia memiliki regulasi diri dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari terutama dalam belajar.

Menurut Schunk dan Zimmerman (2003), siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar adalah siswa yang aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, motivasi, maupun perilaku. Arniati, dkk. (dalam *gifted review*, 2009) menambahkan, siswa yang memiliki dorongan untuk belajar mempunyai otonomi atas dirinya serta memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan yang dapat mengoptimalkan belajarnya. Dalam pengaturan diri dalam belajar, siswa sendiri yang memprakarsai dan langsung berusaha sendiri dalam memperoleh pengetahuan dan keterampilannya serta tidak hanya mengandalkan diri pada guru atau orang dewasa lainnya. Apabila regulasi diri telah terbentuk pada diri anak, maka ia akan menjadi pembelajar mandiri. Oleh karena itu, apabila R memiliki kemandirian dalam belajar, *task commitment*-nya terhadap tugas-tugas dari sekolah akan semakin baik pula.

1.3. Tujuan dan Manfaat Intervensi

Program ini bertujuan untuk mengembangkan kemampuan pengaturan waktu dalam belajar bagi anak berbakat dengan *task commitment* yang rendah agar ia dapat lebih mandiri atau memiliki regulasi diri dalam belajar.

Manfaat dari program intervensi ini memiliki sebagai berikut :

1. Membantu anak berbakat agar memiliki manajemen waktu yang baik dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari.
2. Dengan adanya manajemen waktu yang baik, diharapkan anak berbakat memiliki kemandirian dalam belajar atau memiliki regulasi diri dalam belajar tanpa tergantung dengan orang lain.
3. Membantu anak berbakat untuk memiliki *task commitment* yang baik terhadap tugas-tugas dari sekolah sehingga ia dapat mencapai prestasi yang optimal.

1.4. Rumusan Masalah

Berkaitan dengan tujuan intervensi yang disebutkan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam tugas akhir ini difokuskan pada hal berikut:

1. Apakah R dapat memenuhi target yang ingin dicapai dalam program intervensi manajemen waktu?
2. Apakah program intervensi manajemen waktu yang dilakukan dapat membantu anak berbakat mengatur waktunya secara efektif ?

1.5. Sistematika Penulisan

Bab I : Bab Pendahuluan mencakup gambaran kasus secara singkat, rasionalisasi intervensi, tujuan dan manfaat intervensi serta rumusan permasalahan yang akan dijawab.

Bab II : Bab Tinjauan Teori mencakup teori-teori yang digunakan sebagai landasan berpikir dalam penyusunan intervensi.

Bab III: Bab Rancangan Intervensi mencakup hal-hal yang akan dilakukan dalam intervensi disesuaikan dengan bentuk intervensi yang dipilih.

Bab IV: Pelaksanaan dan Hasil Intervensi. Bab ini meliputi pelaksanaan, hasil dan evaluasi terhadap intervensi.

Bab V : Kesimpulan, Diskusi, dan Saran.

BAB II

TINJAUAN TEORI

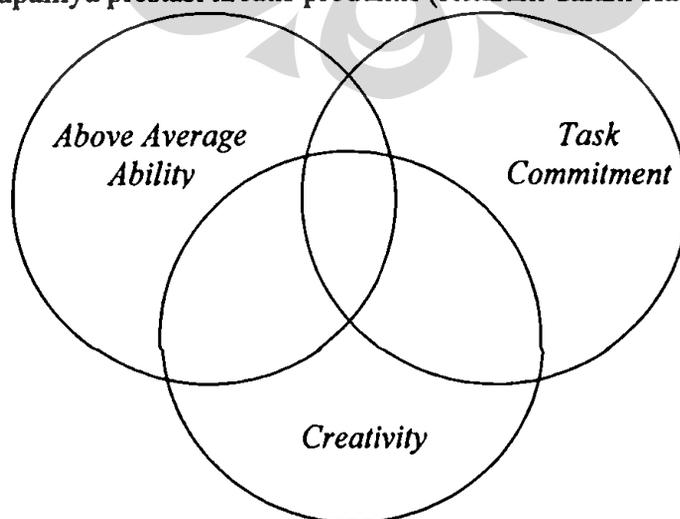
2.1. Keberbakatan

Definisi menurut USOE (*United States Office of Education*), anak berbakat adalah anak-anak yang dapat membuktikan kemampuan berprestasinya yang tinggi dalam bidang-bidang seperti intelektual, kreatif, artistik, kapasitas kepemimpinan atau akademik spesifik, dan mereka yang membutuhkan pelayanan atau aktivitas yang tidak sama dengan yang disediakan di sekolah sehubungan dengan penemuan kemampuan-kemampuannya (Hawadi, 2002).

Renzulli, dkk (dalam Munandar, 1992) dari hasil-hasil penelitiannya menarik kesimpulan bahwa yang menentukan keberbakatan seseorang pada hakikatnya tiga kelompok ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) Kemampuan di atas rata-rata
- 2) Kreativitas
- 3) Pengikatan diri atau tanggung jawab terhadap tugas (*task commitment*)

Renzulli melihat bahwa orang yang berprestasi adalah orang yang mampu memberikan sumbangan kreatif dan prestasi yang sama baiknya dalam tiga kluster yang saling terkait. Renzulli menegaskan tidak satupun kluster yang membuat keberbakatan selain adanya interaksi antara tiga kluster tersebut yang didalam studi-studi terdahulu menjadi resep yang dilakukan untuk tercapainya prestasi kreatif-produktif (Renzulli dalam Hawadi, 2002).



Gbr 1. Interaksi kluster keberbakatan

Tidak ada kluster tunggal yang membentuk keberbakatan. Interaksi dari ketiga kluster adalah resep penting untuk mencapai produktivitas.

Berikut ini adalah penjelasan masing-masing kluster dalam keberbakatan Renzulli (Stenberg & Davidson dalam Hawadi, 2002):

1). Kemampuan baik di atas rata-rata

Kemampuan di atas rata-rata mencakup dua hal yaitu kemampuan umum dan kemampuan spesifik. Kemampuan umum terdiri dari kapasitas untuk memproses informasi, mengintegrasikan pengalaman, dan hal ini terlihat dari respon yang cocok dan adaptif dalam situasi baru, serta kemampuan dalam berpikir abstrak. Kemampuan umum diukur melalui tes inteligensi. Kemampuan spesifik terdiri dari kemampuan menampilkan satu atau lebih aktivitas yang khusus dan bersifat terbatas. Hal ini terlihat dari kemampuannya dalam mengekspresikannya pada situasi kehidupan sehari-hari.

2). Kreativitas

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh MacKinnon (dalam Hawadi, 2002) diperoleh bahwa dari sejumlah persyaratan bagi arsitek yang kreatif menunjukkan bahwa orisinalitas dalam berpikir merupakan hal pertama yang dianggap penting oleh dewan juri. Sedangkan perilakunya meliputi kelancaran, keluwesan, dan orisinalitas dalam berpikir. Keterbukaan terhadap pengalaman, penerimaan terhadap sesuatu yang baru dan berbeda (maupun irasional) dalam pikiran, perilaku, dan produk seseorang dan lainnya. Rasa ingin tahu, spekulatif, berpetualang, dan mampu menyesuaikan diri secara mental, menerima resiko dalam pikiran, perilaku, bahkan jika ada hambatan. Peka terhadap detail, cita rasa seni dalam gagasan dan segalanya, mau bertindak dan bereaksi terhadap rangsangan luar serta gagasan dan perasaan orang lain.

3). Tanggung jawab pada tugas

Merupakan bentuk halus dari motivasi. Istilah umum yang sering digunakan untuk menggambarkan tanggung jawab adalah ketekunan, keuletan, kerja keras, latihan terus menerus, percaya diri, dan suatu

keyakinan dari kemampuan seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan penting.

2.2. Program Akselerasi Bagi Anak Berbakat

Program akselerasi merupakan salah satu bentuk layanan pendidikan bagi anak berbakat. Sama seperti halnya anak didik luar biasa lainnya yang mengalami bisu, tuli, buta, kesulitan belajar, dsb., anak berbakat juga membutuhkan bantuan untuk memaksimalkan potensi prestasi terutama di sekolah (Milgram, 1991, dalam Akbar-Hawadi, 2002). Agar pelaksanaan program akselerasi berjalan sesuai dengan yang diharapkan, maka proses identifikasi anak berbakat yang akan menjadi akseleran harus sesuai dengan yang dibutuhkan. Oleh karena itu, Munandar (1992) mengingatkan bahwa dalam proses identifikasi anak berbakat yang akan menjadi akseleran, ada baiknya untuk kembali kepada konsep *three rings conception* yang dikemukakan Renzulli, yaitu dengan memperhatikan faktor intelegensi, kreativitas dan pengikatan diri terhadap tugas (*task commitment*).

Hawadi (1998, dalam Hawadi 2004) memberikan batasan bagi anak berbakat yang akan mengikuti program akselerasi, yaitu :

- Bagi anak berbakat sekolah dasar, taraf kecerdasan (IQ) 120 keatas berdasarkan skala Wechsler, taraf kreativitas (CQ) 110 keatas berdasarkan skala TKF-UM, dan taraf pengikatan diri terhadap tugas (TC) 132 keatas berdasarkan skala TC-Rendi.
- Bagi anak berbakat tingkat SMU, taraf kecerdasan (IQ) 120 keatas berdasarkan skala TIKI, taraf kreativitas (CQ) 110 keatas berdasarkan skala TKV-URH, dan taraf pengikatan diri terhadap tugas (TC) 132 keatas berdasarkan skala YA/ FS Revisi.

Hawadi (2004) menerangkan bahwa sebagian besar literatur yng menjadi referensi ditetapkan batas minimal IQ adalah 130. Dengan perkataan lain, siswa akseleran tergolong dalam *moderate gifted* (IQ = 130 – 145). Namun, pemerintah melalui direktorat PLB menetapkan skor IQ siswa akselerasi 125. Hal ini menurut Hawadi masih bisa ditoleransi dengan pemahaman bahwa

angka ini merupakan batas minimal. Oleh karena itu, Hawadi (2004) menambahkan bahwa dalam pelaksanaan program akselerasi juga perlu diperhatikan beberapa hal berikut ini :

1. Dilakukan evaluasi psikologis yang komprehensif untuk mengetahui berfungsi kemampuan intelektual dan kepribadian siswa, di samping tingkat penguasaan akademiknya.
2. Dibutuhkan IQ di atas 125 bagi siswa yang kurang menunjukkan prestasi akademiknya.
3. Bebas dari masalah emosional dan sosial, yang ditunjukkan dengan adanya persistensi dan motivasi dalam derajat yang tinggi.
4. Memiliki fisik yang sehat.
5. Tidak ada tekanan dari orangtua tetapi atas kemauan anak sendiri.
6. Guru memiliki sikap positif terhadap siswa akseleran.
7. Guru *concern* terhadap kematangan sosial emosional siswa.
8. Sebaiknya dilakukan pada awal tahun ajaran dan didukung pada pertengahan tahun ajaran.
9. Ada masa percobaan selama enam minggu yang diikuti dengan pelayanan konseling.

Menurut Suradjiono (2004, dalam Hawadi, 2004), program akselerasi ini dapat tampil dalam beberapa bentuk seperti :

- a. Masuk sekolah dalam usia yang jauh lebih muda daripada anak umumnya;
- b. Loncat kelas yang umumnya berkisar antara satu kelas atau lebih di atas teman-teman seusianya;
- c. Akselerasi dalam subjek-subjek tertentu;
- d. *Mentoring* bersama ahli dalam satu bidang tertentu.

2.3. Manajemen Waktu

2.3.1. Pengertian manajemen waktu

Manajemen waktu adalah usaha untuk menggunakan waktu yang tersedia, seefektif dan seefisien mungkin untuk memperoleh manfaat yang maksimal (Martin & Osborne, 1989 dalam Wihandini, 2001). Menurut Higungs

(1982, dalam Suwandi 1997), manajemen waktu ialah proses menjadikan waktu lebih produktif, dengan mengatur apa yang dilakukan dalam waktu tersebut. Sedangkan menurut Orr (1990, dalam Wihandini 2001), manajemen waktu artinya menggunakan waktu seefisien mungkin dan seefektif mungkin untuk memperoleh hasil yang maksimal.

Jadi manajemen waktu dapat diartikan sebagai penggunaan waktu yang tersedia agar lebih efektif dan efisien serta memperoleh manfaat yang maksimal dengan mengatur apa yang dilakukan dalam waktu tersebut.

2.3.2. Aspek-aspek manajemen waktu

Menurut Macan et. al.(1994, dalam Suwandi, 1997), aspek-aspek manajemen waktu meliputi :

1. Penetapan tujuan dan prioritas

Aspek ini berkaitan dengan apa yang dicapai atau apa yang dibutuhkan untuk diperoleh dan membuat prioritas dan tugas-tugas yang penting untuk mencapai tujuan-tujuan tersebut.

2. Mekanisasi dari manajemen waktu

Aspek ini berkaitan dengan tingkah laku khusus yang berkaitan dengan mengatur waktu, seperti membuat daftar kegiatan, menyusun jadwal, dan merencanakan.

3. Kontrol terhadap waktu

Berhubungan dengan perasaan dapat mengatur waktu serta pengendalian terhadap hal-hal yang dapat mempengaruhi penggunaan waktu, antara lain menghindari penundaan, meminimalkan waktu yang terbuang, dan mendelegasikan tugas yang kurang penting.

Berdasarkan tiga aspek di atas, maka kegiatan-kegiatan yang termasuk dalam manajemen waktu berupa (Misra & Misra, Dubrin, Taylor, dalam Suwandi, 1997):

1. Menetapkan tujuan atau sasaran dari hal yang hendak dikerjakan. Tujuan dapat berupa jangka pendek atau jangka panjang.

2. Menyusun prioritas dari kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan berdasarkan kepentingannya. Ini perlu dilakukan karena waktu yang tersedia singkat dan masing-masing tujuan serta kegiatan memiliki nilai kepentingan yang berbeda. Urutan prioritas dibuat berdasarkan nilai kepentingannya yaitu apa yang dirasa penting pada saat ini.
3. Menyusun jadwal. Membuat jadwal dapat dilakukan dengan cara membuat daftar kegiatan yang akan dilakukan beserta urutan waktu dalam satu periode tertentu, misalnya satu hari, satu minggu. Dengan membuat jadwal ini berguna untuk menghindari terjadinya bentrokan antar kegiatan dan menghindari ketergesa-gesaan.
4. Menghindari penundaan. Kebiasaan menunda pekerjaan harus dihindari, karena pekerjaan yang seharusnya sudah dikerjakan akan menjadi menumpuk dan akan mempengaruhi pelaksanaan tugas-tugas selanjutnya.
5. Meminimalkan waktu yang terbuang. Dengan menyelesaikan tugas sesuai dengan jadwal, memanfaatkan waktu luang yang ada dan menghindari gangguan dalam melaksanakan tugas atau pekerjaan maka individu dapat meminimalkan waktu yang terbuang.
6. Menolak atau mendelegasikan tugas yang kurang penting. Supaya dapat melaksanakan tugas yang lebih penting sebaiknya tugas yang kurang penting didelegasikan pada orang lain.

2.3.3. Karakteristik individu dengan manajemen waktu yang baik

Martin & Osborne (1989, dalam Wihandini 2001) mengemukakan beberapa karakteristik seseorang yang memiliki manajemen waktu yang baik, antara lain :

1. Dapat menilai kemampuan dirinya
Seseorang yang mampu menilai dirinya akan memahami hal-hal yang tepat untuk dilakukan dan baik untuk dirinya. Ia juga memahami apakah dirinya sanggup untuk melakukan suatu pekerjaan sesuai yang diinginkan.
2. Dapat mengidentifikasi sasaran yang ingin dicapai
Seseorang yang mampu mengidentifikasi sasaran selalu mempunyai perencanaan dalam hidupnya, mempunyai target-target hidup yang

berusaha ia capai, baik berupa target jangka panjang maupun jangka pendek.

3. Dapat menetapkan batas akhir penyelesaian pekerjaan

Seseorang yang mampu menetapkan batas akhir dalam pengerjaan tugas tidak akan terjebak dalam satu pekerjaan yang justru akan membuatnya lalai untuk mengerjakan tugas lain. Saat satu tugas telah selesai dilaksanakan, ia akan beralih ke tugas yang lain.

4. Dapat membuat agenda kerja yang efektif

Seseorang yang dapat membuat agenda kerja yang efektif akan membuat perencanaan, prioritas yang fleksibel sehingga seluruh tugas-tugas yang ada dapat dilakukan dengan baik.

2.3.4. Karakteristik individu dengan manajemen waktu yang buruk

Martin & Osborne (1989, dalam Wihandini 2001) juga mengemukakan karakteristik seseorang dengan manajemen waktu yang buruk, antara lain :

1. Jadwal perencanaannya terlalu padat.

Jadwal perencanaan yang terlalu padat pada akhirnya justru akan membuat kehidupan seseorang menjadi kaku, terlalu terstruktur, sehingga peluang untuk melakukan aktivitas lain di luar perencanaan itu lebih menarik dan lebih baik.

2. Tidak berusaha mendelegasikan suatu pekerjaan kepada orang lain yang memang sanggup untuk mengerjakan dan memiliki kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaan itu dengan baik.

Tidak mendelegasikan suatu pekerjaan justru akan membuat seseorang kehabisan waktu untuk banyak pekerjaan yang sebetulnya bisa dikerjakan oleh orang lain, sehingga waktu yang seharusnya dapat digunakan untuk berpikir, merencanakan dan mengerjakan pekerjaan lain menjadi terbengkalai.

3. Tidak asertif untuk menolak suatu pekerjaan atau tanggung jawab yang dirasakan tidak sanggup untuk dikerjakan.

Tidak asertif akan membuat seseorang justru tidak efisien karena tidak semua pekerjaan baik untuk kita kerjakan.

4. Membuang-buang waktu untuk aktivitas yang kurang penting

Aktivitas-aktivitas yang kurang penting akan membuat kita terjebak untuk tidak melakukan hal-hal yang besar dalam hidup kita. Pada akhirnya kita akan melakukan hal-hal yang bersifat sepele.

5. Menyelesaikan pekerjaan secara berlebihan

Menyelesaikan suatu pekerjaan secara berlebihan akan membuat seseorang tidak berpikir untuk mencoba hal-hal baru yang lebih menantang dan lebih besar manfaatnya, waktu habis terbuang untuk melakukan hal yang monoton.

2.4. Penetapan Tujuan

2.4.1. Pentingnya penetapan tujuan

Tujuan adalah hasil atau pencapaian kerja keras individu yang ingin diraih (Locke & Latham, 1990, dalam Woolfolk, 2004). Dengan penetapan tujuan, seseorang akan belajar mengenai dirinya sendiri. Apa yang disukai, apa yang penting dan dalam lingkup apa seseorang harus berlatih untuk berkembang. Penetapan tujuan akan mengajarkan kita bagaimana bertanggung jawab atas usaha yang sudah kita lakukan. Penetapan tujuan juga akan menunjukkan kita bagaimana mengambil bagian yang besar, melihat tugas yang tampaknya mustahil dan memecahkannya kedalam bagian-bagian yang dapat dikerjakan.

2.4.2. Penetapan tujuan dalam belajar

Menurut Ames (1992, dalam Woolfolk 2004), penetapan tujuan merupakan pokok atau asas bangunan dasar kebutuhan siswa untuk sukses atas apapun yang ingin mereka capai dalam hidup. Penetapan tujuan juga mengajarkan siswa bagaimana mendefinisikan tantangan, membangun suatu tindakan dan menetapkan jadwal yang realistik untuk dilaksanakan. Selain itu, penetapan tujuan membantu siswa menggambarkan perkembangannya, dan menunjukkan pada bidang-bidang apa saja mereka membutuhkan usaha tambahan.

Menurut Locke dan Latham (1990, dalam Woolfolk, 2004), penetapan tujuan dalam belajar merupakan hal yang sangat penting karena dapat meningkatkan performa kita dalam belajar. Selain itu, mereka juga mengemukakan empat alasan pokok mengapa penetapan tujuan meningkatkan dapat meningkatkan performa, antara lain :

- Mengarahkan perhatian langsung kepada tugas yang ada
- Mengerahkan usaha
- Meningkatkan ketekunan
- Mempertimbangkan perkembangan strategi baru ketika strategi yang lama tidak mencukupi.

2.5. Self Regulated Learning

Konsep dasar dari *self regulated learning* atau regulasi diri, menurut Bandura (1986, dalam Slavin, 1994) mengacu pada perilaku seseorang yang diarahkannya untuk mengobservasi tingkah lakunya sendiri, menilai tingkah lakunya sendiri sesuai dengan standar yang telah ditetapkan, dan memberikan penguat atau hukuman atas konsekuensi tingkah lakunya tersebut. Pembelajar yang memiliki regulasi diri berminat dalam belajar dengan membuat tujuan yang menantang dan menggunakan strategi yang sesuai untuk mencapainya.

Siswa yang menampilkan perilaku regulasi diri dalam belajarnya, secara pribadi mampu mengarahkan dirinya untuk memperoleh pengetahuan dan kemampuan baru serta tidak menunggu guru, orang tua, atau orang lain untuk memberikan instruksi (Zimmerman, 1989). Untuk berhasil di sekolah, remaja mengembangkan ketrampilan regulasi diri yang beragam, seperti penetapan tujuan, melihat diri sendiri, manajemen waktu, dan evaluasi diri (Zimmerman & Cleary, 2006).

2.5.1. Karakteristik Siswa dengan *Self Regulated Learning*

Beberapa karakteristik siswa yang *self regulated learning* menurut Zimmerman, (2004) antara lain:

1. Mereka familiar dan tahu bagaimana menggunakan bermacam strategi kognitif (*repetition, elaboration, organization*), yang membantu mereka

- mendapatkan, mentransformasi, mengorganisasi, mengelaborasi dan mengingat kembali pengetahuan mereka.
2. Mereka tahu bagaimana merencanakan, mengontrol, dan menggunakan proses mental mereka secara langsung menuju tujuan personal mereka (metakognisi).
 3. Mereka menunjukkan bermacam motivasi dan emosi adaptasi, seperti *self efficacy* yang tinggi dalam hal akademik, mengadopsi tujuan belajar, mengembangkan emosi positif melaksanakan tugas (senang, antusias, kepuasan, dll.) sama seperti ketika mengontrol dan memodifikasi hal ini sesuai dengan kebutuhan tugas dan situasi belajar tertentu.
 4. Mereka merencanakan dan mengontrol waktu dan tenaga yang dibutuhkan untuk tugas tertentu, dan mampu membentuk lingkungan belajar yang mendukung, seperti tempat yang nyaman dan cari bantuan pada guru maupun sesama pelajar.
 5. Untuk mengetahui hal belajar telah dilakukan sesuai dengan seharusnya, mereka menunjukkan usaha lebih pada untuk berpartisipasi dalam kontrol dan aturan dari tugas belajar, iklim dan struktur keadaan ruang kelas (bagaimana seseorang akan dievaluasi, besar tugas yang dibutuhkan, disain kelas, pengorganisasian tugas kelompok, dll.).
 6. Mereka mampu memainkan bermacam strategi kemauan, keinginan menghindar dari gangguan eksternal dan internal, dalam rangka mempertahankan konsentrasi, usaha dan motivasi ketika melaksanakan tugas belajar.

2.5.2. Strategi-strategi dalam SRL

Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Purdie, Hattie & Douglas, 1996) menyebutkan ada beberapa strategi yang dilakukan oleh siswa dalam SRL sebagai berikut :

1. *Self evaluation*

Siswa berinisiatif mengevaluasi kualitas dan perkembangan dari hasil pekerjaannya. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang dilakukan dalam *self evaluation* bisa berupa analisa tugas, *self instructions; feedback* dan perhatian (*attentiveness*) terhadap tugas.

2. *Organizing and transforming*

Siswa berinisiatif baik secara *overt* maupun *covert* mengatur kembali materi pelajaran untuk meningkatkan proses pembelajaran. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang dilakukan dalam *organizing and transforming information* bisa berupa menguraikan, meringkas, menyusun kembali materi, menggaris bawahi materi, membuat kartu pengingat / *index card*, membuat gambar, diagram dan chart serta pemetaan.

3. *Goal Setting and planning*

Siswa berinisiatif menentukan *goals* dan *sub-goals* juga merencanakan baik keberlanjutan, waktu dan penyelesaian kegiatan-kegiatan apa saja sesuai dengan *goals* dan *sub-goals* tersebut. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan dalam *goal setting and planning* adalah membuat urutan, waktu dan kelengkapan, manajemen waktu dan langkah-langkah pelaksanaan.

4. *Seeking information*

Siswa berinisiatif untuk melakukan usaha-usaha lain untuk memastikan penyelesaian tugas sekolah dengan cara mencari informasi dari non-sosial seperti perpustakaan, internet dan lainnya. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan dalam *seeking information* adalah mencari sumber dari perpustakaan, internet, *reviewing cards* serta membaca kembali laporan, tes dan buku-buku

5. *Keeping records and monitoring*

Siswa berinisiatif untuk merekam kejadian maupun hasil-hasil dalam belajar. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan dalam *keeping record and monitoring* adalah membuat catatan (*note taking*), mendata kesalahan yang dilakukan, merekam (*record of marks*), dan membuat *portfolio* untuk mencatat semua tujuan.

6. *Environmental structuring*

Siswa berinisiatif berusaha untuk menentukan maupun mengatur keadaan lingkungan fisik disekitarnya untuk memudahkan proses belajarnya. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan

dalam *environmental structuring* adalah memilih atau menyusun lingkungan fisik, menjauhkan atau meminimalkan gangguan, serta membagi-bagi waktu belajar.

7. *Self consequences*

Siswa berinisiatif menetapkan atau memikirkan baik hadiah maupun hukuman untuk keberhasilan maupun kegagalannya dalam belajar. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan dalam *self consequences* adalah memotivasi diri dengan memberikan hadiah untuk diri sendiri atau menunda hal yang diinginkan sebagai bentuk hukuman.

8. *Rehearsing and memorizing*

Siswa berinisiatif untuk mengingat materi pelajaran dengan latihan baik *overt* maupun *covert*. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan dalam *rehearsing and memorizing* adalah menggunakan metode mnemonic, mengajari seseorang suatu materi, membuat suatu pertanyaan, menggunakan *mental imagery* serta melakukan pengulangan.

9. *Seeking social assistance*

Siswa berinisiatif berusaha mencari bantuan baik dari teman, guru, dan orang yang lebih tua lainnya. Siegle, Reis dan McCoach (2008) menambahkan hal yang bisa dilakukan dalam *seeking information assistance* adalah melihat model yang bisa dijadikan contoh.

10. *Reviewing records*

Siswa berinisiatif berusaha membaca kembali ujian-ujian (12), catatan (13), ataupun buku pelajaran.

Zimmerman (2008) menyatakan jenis strategi *self regulated learning* diatas didasarkan pada aspek yang terkait dalam *self regulated learning* yakni motivasi, metakognitif, dan perilaku. Adapun strategi yang termasuk dalam ranah motivasi adalah *self evaluation* dan *self consequating*. Strategi yang termasuk dalam ranah metakognitif antara lain *rehearsing and memorizing*, *goal setting and planning*, *organizing and transforming*, dan *seeking*

information. Terakhir, strategi yang termasuk dalam ranah perilaku yakni reviewing baik notes, text, dan test, seeking social assistance baik dari peer, teacher, dan another adults, environmental structuring dan keeping records and monitoring.



BAB III

RANCANGAN INTERVENSI

3.1. Alasan Intervensi

Sebagaimana yang diuraikan pada bab I, permasalahan *task commitment* R yang rendah lebih disebabkan oleh kurangnya pengaturan waktu yang baik. Hal ini berakibat pada pola belajar R yang tidak teratur sehingga prestasinya kurang optimal. Oleh karena itu, peneliti akan membantu R dengan melakukan intervensi manajemen waktu agar ia dapat mengoptimalkan waktu yang dimiliki untuk melakukan kegiatan yang dapat menunjang pencapaian hasil yang terbaik dalam pendidikannya. Dengan adanya manajemen waktu yang baik, diharapkan R dapat memiliki tanggung jawab dan kemandirian dalam belajar atau regulasi diri dalam belajar. Dalam intervensi manajemen waktu, juga dimasukkan materi tentang pentingnya penetapan tujuan agar dapat mencapai prestasi yang optimal.

3.2. Rancangan Intervensi

Rancangan intervensi ini disusun dengan tujuan agar R dapat mengatur waktunya secara efektif dan efisien sehingga ia dapat meraih prestasi belajar yang optimal. Terdapat dua tahapan dalam rancangan intervensi ini, yaitu :

3.2.1. Tahapan Persiapan

Dalam tahap persiapan ini, ada dua hal yang dilakukan oleh peneliti antara lain :

1. Mempersiapkan pedoman wawancara untuk melihat perkembangan R setelah pelaksanaan konseling. Selanjutnya, wawancara akan dilakukan terhadap orang-orang yang mengetahui perilaku R sehari-hari, yaitu ibu, wali kelas, guru BP dan teman sekelas R. (pedoman wawancara terdapat pada lampiran 1)
2. Mempersiapkan kuesioner *self regulated learning* dari Ardianingsih (2007) untuk melihat strategi belajar apa yang sudah dikembangkan oleh R dalam proses belajarnya sehingga dapat diperoleh informasi selain dari wawancara mengenai kemandirian R dalam belajar. Selain itu, kuesioner

SRL dapat digunakan untuk menggali informasi lebih jauh mengenai alasan dan penyebab dikembangkan maupun belum dikembangkannya strategi SRL dalam proses belajar R.

Dalam penelitian Ardianingsih (2007), penggunaan alat ukur ini ditujukan untuk siswa SMA dan pernah dipakai oleh Sinulingga (2007) yang penggunaannya ditujukan untuk siswa SD. Atas dasar hal tersebut, peneliti tidak melakukan modifikasi terhadap alat ukur tersebut, tetapi meminta pendapat dari *expert judgement* sebelum digunakan untuk anak berbakat tingkat SMP. Dimensi-dimensi dalam alat ukur tersebut mencakup strategi dari *self regulated learning* sebagaimana yang diuraikan pada bab II yang dikemukakan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (dalam Purdie, Hattie & Douglas, 1996), antara lain :

- Dimensi *Self Evaluating*
- Dimensi *Organizing and Transforming*
- Dimensi *Goal Setting and Planning*
- Dimensi *Seeking Information*
- Dimensi *Keeping Records and Monitoring*
- Dimensi *Environmental Structuring*
- Dimensi *Self Consequating*
- Dimensi *Rehearsing and Memorizing*
- Dimensi *Seeking Social Assistance*
- Dimensi *Review Records*

Alat ukur *self regulated learning* ini terdapat pada lampiran 2

3.2.2. Tahapan Intervensi

Pelaksanaan program intervensi manajemen waktu ini terdiri atas 4 (empat) tahap, yaitu :

1. Tahap I

Untuk memperoleh data awal (*baseline*) sebagai dasar penerapan program intervensi, ada dua hal yang dilakukan oleh peneliti antara lain :

- a) Melakukan wawancara terhadap orang-orang yang ada di sekitar R, antara lain : ibu R, teman sekelas, wali kelas dan guru BP. Hal ini bertujuan untuk melihat perkembangan perilaku R sejak pelaksanaan konseling.
- b) Meminta R untuk mengisi kuesioner SRL dan menggali informasi lebih lanjut berdasarkan hasil pengerjaan kuesioner tersebut dengan melakukan wawancara terhadap R. Hal ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai strategi *self regulated learning* yang sudah dilakukan oleh R dan melihat aspek mana yang masih perlu untuk dikembangkan.

2. Tahap II

Sebelum pelaksanaan intervensi, disampaikan kepada R hasil evaluasi yang telah dilakukan pada pertemuan sebelumnya. Kemudian dijelaskan mengenai beberapa aspek yang masih perlu dikembangkan oleh R terutama yang berkaitan dengan proses belajar sehingga perlu dilakukan intervensi untuk mengoptimalkan potensi R. Intervensi yang dilakukan selain berupa pemberian materi penetapan tujuan dan manajemen waktu, juga disertai dengan praktek atau latihan, sehingga R mendapat *insight* dan langsung dapat mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari.

Program intervensi direncanakan dalam satu kali pertemuan dengan durasi waktu kurang lebih 2 (dua) jam setengah yang diselingi dengan istirahat selama 30 menit. Pelaksanaannya akan dibagi menjadi 2 (dua) sesi, sebagai berikut :

SESI	WAKTU	MATERI	TUJUAN	KEGIATAN
I	09.00 s/d 09.20	Kontrak Belajar	Mencapai kesepakatan dengan R agar ia dapat fokus pada materi yang disampaikan dan pelaksanaan intervensi dapat berjalan dengan lancar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mendiskusikan hal-hal yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan selama intervensi. 2. Menuliskan hasil dan membubuhkan tanda kesepakatan.

	09.20 s/d 10.00	Penetapan Tujuan	Agar R mengetahui pentingnya penetapan tujuan dalam mencapai prestasi yang optimal	1. Permainan dart 2. <i>Debrief</i> permainan dart 3. Diskusi penetapan tujuan
II	10.30 s/d 12.00	Manajemen Waktu	Agar R dapat mengelola waktunya secara efektif dan efisien, yaitu dengan mengatur kegiatannya berdasarkan hal-hal yang penting dan yang mendesak untuk dilakukan	1. Studi kasus Manajemen waktu (terlampir) 2. Penjelasan <i>matrix</i> kuadran waktu (terlampir) 3. Latihan membuat jadwal harian (<i>form</i> terlampir) 4. Membuat jadwal harian selama seminggu sebagai bahan evaluasi 5. Penutupan

Tabel 3.1. Program intervensi

Uraian lengkap program intervensi dapat dilihat pada lampiran 3

Dalam intervensi ini, materi penetapan tujuan diberikan terlebih dulu karena peneliti ingin menekankan pada R bahwa ia perlu menetapkan tujuan dalam belajar. Selain itu, penetapan tujuan merupakan aspek pertama yang harus dilakukan dalam manajemen waktu seperti yang dikemukakan oleh Macan et. al. (1994, dalam Suwandi 1997).

Berkaitan dengan pelaksanaan jadwal kegiatan yang disusun sebagai bahan evaluasi, peneliti menilai bahwa dengan membuat dan melaksanakan jadwal kegiatan dapat melatih R melakukan kegiatan secara teratur dan menghindari terjadinya “bentrokan” maupun tergesa-gesa dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari.

3. Tahap III

Pada tahap ini, R diharapkan dapat melaksanakan kegiatannya sehari-hari sesuai dengan jadwal kegiatan yang telah disusunnya. Oleh karena kegiatan ini dilakukan pada masa liburan, maka peneliti meminta

bantuan orang tua untuk melakukan pengawasan terhadap kegiatan yang dilakukan oleh R dalam satu minggu. Sebelumnya, peneliti akan meng gandakan jadwal yang telah disusun R dan memberikan kepada orang tua R.

4. Tahap IV

Pada tahap ini, peneliti dan R secara bersama melakukan evaluasi terhadap efektivitas strategi manajemen waktu yang telah diterapkan. Selain itu, orang tua akan menyampaikan hasil observasi dan pengawasannya selama seminggu tentang kegiatan R dikaitkan dengan jadwal yang telah disusun oleh R. Program intervensi ini dapat dikatakan berhasil atau efektif apabila R dapat memenuhi target yang telah ditetapkan pada tahap kedua.

Secara umum, tahapan program intervensi manajemen waktu dapat dijelaskan dalam tabel kegiatan sebagai berikut :

Tahap Persiapan

Tujuan	Kegiatan	Keterangan
Menetapkan metode yang tepat untuk memperoleh informasi sebagai data awal (analisa kebutuhan).	<ul style="list-style-type: none"> • Menyiapkan pedoman wawancara • Menyiapkan alat ukur SRL 	<ul style="list-style-type: none"> • Pedoman wawancara disusun berdasarkan 4 aspek (hubungan teman sebaya, prestasi belajar, perilaku di kelas dan <i>task commitment</i>). • Menggunakan alat ukur SRL Ardianingsih (2007)

Tabel 3.2. Tahap persiapan intervensi

Tahap Intervensi

Thp	Tujuan	Kegiatan	Keterangan
I	Memperoleh data awal dan melihat strategi SRL yang telah dikembangkan oleh R dan aspek mana yang perlu dikembangkan	<ul style="list-style-type: none"> • Wawancara terhadap ibu R, teman sekelas, wali kelas dan guru BP • Memberikan alat ukur SRL kepada R dan melakukan <i>probing</i> terhadap hasil pengisian 	Pelaksanaan wawancara dilakukan di sekolah, kecuali terhadap ibu R dilakukan di rumah R.

II	Memberikan intervensi kepada R agar dapat mengatur waktunya secara efektif dan efisien sehingga tujuan akademiknya dapat tercapai	<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan hasil pengisian SRL • Melakukan intervensi manajemen waktu dengan menyisipkan materi <i>goal setting</i> sebagai pengantar. 	Intervensi dilaksanakan dalam satu kali pertemuan dengan durasi waktu 2 (dua) jam setengah. Pelaksanaan terbagi atas 2 sesi.
III	Melihat implementasi manajemen waktu yang telah disusun oleh R.	<ul style="list-style-type: none"> • Pengawasan oleh guru dan orang tua R terhadap pelaksanaan jadwal kegiatan selama masa liburan yang telah disusun oleh R. 	Pengawasan dilakukan selama seminggu.
IV	Melihat efektivitas penerapan strategi manajemen waktu.	<ul style="list-style-type: none"> • Melakukan evaluasi terhadap efektivitas manajemen waktu bersama dengan orang tua, guru dan R. 	Program intervensi berhasil bila target kegiatan pada tahap kedua dapat terpenuhi

Tabel 3.3 Tahapan pelaksanaan intervensi



BAB IV

PELAKSANAAN PROGRAM

4.1. Tahapan Pelaksanaan Program

Sesuai dengan rancangan intervensi yang telah disusun, peneliti melakukan intervensi melalui dua tahap sebagai berikut :

4.1.1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, ada dua hal yang dilakukan peneliti yaitu :

1. Menyiapkan pedoman wawancara dan kuesioner SRL. Aspek-aspek yang ingin digali dalam wawancara adalah sebagai berikut :

- Hubungan R dengan teman sebaya.

Peneliti ingin melihat sejauh mana perkembangan hubungan yang sudah terjalin antara R dengan teman sebayanya, baik di rumah maupun di sekolah. Sebelum dilaksanakan konseling, R kurang memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan temannya terutama teman di kelasnya sehingga hal ini mempengaruhi motivasi belajarnya di sekolah.

- Prestasi belajar R.

Peneliti ingin melihat perkembangan prestasi belajar R di sekolah sejak pelaksanaan konseling, terutama mengenai nilai rapor semester ini.

- Perilaku R di kelas

Peneliti ingin melihat perubahan perilaku R saat di kelas dimana sebelumnya R banyak melakukan aktivitas-aktivitas yang tidak ada hubungannya dengan belajar.

- *Task commitment*

Peneliti ingin melihat komitmen R terhadap belajar dan pengerjaan tugas-tugasnya dari sekolah. Hal ini disebabkan sebelumnya R kurang memiliki komitmen terhadap belajarnya dan tugas-tugasnya juga sering terlambat meski mendapat teguran dari guru bidang studinya.

2. Menyiapkan kuesioner SRL yang disusun oleh Ardianingsih (2007) untuk melihat strategi belajar apa yang sudah dikembangkan oleh R. Dalam penelitiannya, Ardianingsih (2007) menerapkannya pada siswa SMA. Kuesioner ini juga pernah dipakai oleh Sinulingga (2008) dalam melakukan intervensi terhadap siswa SD. Oleh karena itu, peneliti meminta pendapat dari *expert judgement*, dalam hal ini adalah pembimbing peneliti. Hasilnya, kuesioner ini dapat digunakan untuk siswa akselerasi tingkat SMP.

4.1.2. Tahap Intervensi

Sesuai dengan rancangan program intervensi yang telah disusun, pelaksanaan intervensi terhadap R dilakukan dalam 4 (empat) tahap, yaitu :

1. Tahap I (*Self evaluation dan monitoring*)

Pada tahap ini, untuk melihat perkembangan perilaku R sejak dilakukan konseling terhadap R, maka peneliti melakukan dua hal, antara lain :

a) Wawancara

Wawancara dilakukan terhadap ibu R, guru BP, wali dan teman sekelas R yaitu Na dengan jadwal wawancara sebagai berikut :

- Hari Sabtu tanggal 6 Juni, wawancara terhadap ibu R dilaksanakan di rumahnya.
- Hari Senin tanggal 8 Juni, wawancara terhadap guru BP dan wali kelas dilaksanakan di sekolah.
- Hari Selasa tanggal 9 Juni, wawancara dilakukan di sekolah pada jam istirahat terhadap teman sekelas R yaitu Na.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

No.	Aspek	Kesimpulan
1.	Hubungan dengan teman sebaya	Saat ini, hubungan R dengan teman sebayanya baik di kelas maupun di rumah sudah lebih baik. R sudah dapat menyesuaikan diri dengan teman dikelasnya. R sudah tidak mudah marah atau tersinggung bila diganggu oleh teman-teman dikelasnya. Bahkan saat ini, R

		sedang melakukan pendekatan terhadap salah satu teman sekelasnya yaitu N. Di saat hari libur, terkadang R melakukan aktivitas bersama teman-teman semasa SD atau teman sekolahnya saat ini, seperti jalan-jalan ke <i>mall</i> .
2.	Prestasi Belajar	R mendapatkan nilai ulangan/ ujian yang lebih baik dibandingkan semester sebelumnya, terutama pada pelajaran Matematika dan Keterampilan Jasa. Pada saat penerimaan Rapor semester ini, R berada di peringkat 5 (lima) dikelasnya. Namun, mengenai tugas/ PR-nya, R masih sering terlambat dalam pengumpulannya sehingga nilai tugasnya tidak optimal.
3.	Perilaku di kelas	R sudah jarang melakukan aktivitas-aktivitas yang tidak ada hubungannya dengan belajar saat guru mengajar di kelas, seperti bermain HP saat guru mengajar. Meski masih bercanda dengan teman sebelahnya saat pelajaran berlangsung, tetapi hal tersebut masih dianggap wajar oleh gurunya.
4.	<i>Task Commitment</i>	Menurut ibunya, R sudah memiliki kesadaran untuk mengerjakan tugas setelah pulang sekolah. Terkadang R juga mengerjakan tugas kelompok bersama teman-temannya di rumah. Namun, berdasarkan wawancara dengan guru dan teman kelasnya, R masih sering terlambat dalam mengumpulkan tugas individu dan hasil kerjanya juga terlihat belum lengkap.

Tabel 3. Hasil wawancara

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa R sudah menunjukkan perubahan perilaku yang cukup baik pada 3 (tiga) aspek yaitu hubungan dengan teman sebaya, prestasi belajar dan perilakunya dikelas. Namun, R terlihat masih kurang memiliki *task commitment* yang baik terhadap tugas-tugasnya di sekolah.

b) Pengisian Kuesioner

Pelaksanaan pemberian kuesioner terhadap R dilakukan pada hari Jumat tanggal 19 Juni 2009. Kemudian, peneliti melakukan *probing*

terhadap R mengenai hasil pengisian kuesioner SRL. Berdasarkan kedua hal tersebut maka dapat diperoleh informasi mengenai dimensi *self regulated learning* sebagai berikut :

- *Dimensi Self Evaluating*

R tidak pernah melakukan evaluasi dengan temannya terhadap hasil belajar maupun pengerjaan tugasnya. Ia merasa tidak memiliki waktu untuk melakukan evaluasi bersama temannya sehingga merasa cukup dengan proses belajar yang telah ia lakukan dan pengerjaan tugas-tugasnya.

- *Dimensi Organizing and Transforming*

R tidak pernah melakukan organisasi terhadap informasi-informasi penting yang telah ia pelajari. Ia percaya dengan kemampuan ingatannya/ memorinya dimana dengan sekali membaca atau mendengar informasi, ia tidak akan lupa dengan informasi yang telah ia dapat. Menurutnya, dengan membuat ringkasan malah membuat waktu belajarnya semakin lama dan hanya sedikit informasi yang ia dapat karena waktu belajarnya habis untuk membuat ringkasan.

- *Dimensi Goal Setting and Planning*

Biasanya R melakukan perubahan strategi belajar bila ia masih belum memahami materi pelajaran, contohnya : bila hanya dengan mendengarkan materi pelajaran ia masih belum mengerti, maka ia membaca ulang materi tersebut dari buku. R tidak menetapkan target tertentu dalam belajar karena akan menambah beban bagi dirinya. Selain itu, ia tidak memiliki jadwal belajar yang teratur saat di rumah. Menurut R, dengan mengerjakan pekerjaan rumah, ia merasa sudah belajar. Jadi, ia bisa belajar setiap saat ketika ia ingin belajar.

- *Dimensi Seeking Information*

R memanfaatkan internet untuk mencari materi yang berkaitan dengan tugas yang ia kerjakan. Ia cenderung memilih internet daripada media lain seperti buku karena lebih cepat dan lebih mudah mencari dari internet. Selain itu, ia mengatakan bahwa ia belum tentu mendapatkan apa yang dibutuhkannya dari buku.

- *Dimensi Keeping Records and Monitoring*
R tidak memiliki catatan lain selain buku pelajaran. Di kelas, ia jarang mencatat materi pelajaran. Ia lebih suka mendengarkan daripada mencatat penjelasan guru. Setelah ulangan, R dan teman-teman saling berbagi mengenai soal-soal ulangan. Hal itu tidak dilakukan di kelas dan tidak dibahas secara khusus. Mereka akan membicarakannya ketika perjalanan pulang sekolah.
- *Dimensi Environmental Structuring*
R dapat belajar dalam kondisi apapun, baginya suasana disekitar yang ramai tidak akan mengganggu dirinya bila ia sudah berkonsentrasi untuk mempelajari suatu materi. Saat di rumah, ia bisa belajar bersama kakaknya meskipun terdengar suara musik dari radio kakaknya. R juga tidak perlu melakukan persiapan khusus untuk belajar, seperti menata meja belajar atau buku-buku yang akan ia pelajari
- *Dimensi Self Consequating*
Bermain akan membantunya untuk mengistirahatkan otaknya sehingga ia menganggap bermain sebagai hal yang penting. Ia juga mengatakan bahwa waktu bermainnya sangat sedikit, sehingga ia perlu melakukan aktivitas bermain di sela-sela belajar. Selain itu, bila ia merasa sudah belajar di sekolah ketika guru tidak hadir, maka ia tidak akan belajar ketika berada di rumah. Menurutnya, terlalu banyak belajar akan membuatnya jenuh. Disisi lain, saat R mendapatkan nilai bagus, ia mendapat kelonggaran dari orang tuanya untuk melakukan aktivitas yang disukainya.
- *Dimensi Rehearsing and Memorizing*
R jarang sekali membaca materi pelajaran yang akan diajarkan esok hari. Menurutnya, dengan mengerjakan soal-soal latihan sama saja dengan belajar. Namun, ketika akan ujian, ia cukup membaca sedikit materi untuk dapat mengingat materi pelajaran. Ia percaya bahwa ia mampu mengingat materi pelajaran meski hanya sedikit saja yang dibacanya.

- Dimensi *Seeking Social Assistance*

R tidak segan bertanya kepada teman, guru maupun saudaranya bila ia tidak memahami materi pelajaran. Terkadang ia berdiskusi dengan teman yang duduk disebelahnya sesaat pelajaran usai. Bahkan, saat mengerjakan tugas kelompok, ia juga berdiskusi tentang materi yang dianggap sulit. Hal ini menurutnya dapat mengurangi waktu belajarnya di rumah.

- Dimensi *Review Records*

R mengatakan bahwa terkadang ia melihat kembali bukunya setelah ulangan bila ia merasa belum yakin dengan jawaban yang ia tulis pada saat ulangan. Namun, bila ia merasa yakin dengan hasil yang ia kerjakan, ia tidak akan melihat kembali buku pelajarannya.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner *self regulated learning*, sudah terlihat beberapa strategi belajar yang telah dilakukan oleh R. Namun, terdapat beberapa strategi yang masih perlu dikembangkan, antara lain :

- *self evaluating*
- *organizing and transforming,*
- *goal setting and monitoring,* dan
- *keeping records and monitoring.*

Sebenarnya R mampu mengembangkan keempat strategi tersebut, hanya saja ia merasa akan menambah beban baginya dan juga kurang memiliki waktu yang cukup untuk melakukannya. Ia khawatir waktu belajarnya semakin lama dan waktu bermainnya semakin berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa strategi yang belum dikembangkan lebih disebabkan kurang adanya pengaturan waktu yang baik sehingga R kurang optimal dalam belajar dan pengerjaan tugas-tugasnya. Oleh karena itu, peneliti akan memberikan intervensi berupa pelatihan manajemen waktu kepada R agar ia lebih memiliki regulasi terhadap dirinya dan mampu serta terbiasa mengatur kegiatannya sehari-hari. Selain itu, dengan pelatihan ini diharapkan ia dapat menggunakan waktunya secara efektif.

2. Tahap II (*Goal setting dan strategic planning*)

Sebenarnya program intervensi direncanakan akan dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 21 Juni 2009 di rumah R. Namun, R menolak pelaksanaan di rumahnya karena ia khawatir ibunya akan turut memperhatikan jalannya pelatihan. Oleh karena itu, pelaksanaan intervensi dilakukan di SMPN 41 pada hari Senin tanggal 22 Juni 2009. Oleh pihak sekolah, peneliti diberi kesempatan untuk melaksanakan intervensi di ruang BP.

Sebelum melakukan intervensi terhadap R, peneliti memberikan evaluasi terhadap hasil pengisian kuesioner SRL. Selain itu, peneliti juga memberikan penjelasan mengenai alasan peneliti melakukan intervensi terhadap R pada pertemuan yang kedua, yaitu pelatihan manajemen waktu. Peneliti menambahkan bahwa hal ini perlu bagi R agar ia terbiasa untuk menggunakan waktunya secara efektif sehingga ia dapat meraih prestasi belajar yang optimal. Selanjutnya, peneliti menerangkan kegiatan yang akan dilaksanakan selama intervensi. Berikut ini adalah uraian pelaksanaan program intervensi manajemen waktu terhadap R :

SESI I

Waktu : 09.00 s/d 10.30 WIB

Materi :

- **Harapan dan Kekhawatiran (09.00 s/d 09.20)**

Kegiatan :

Setelah peneliti menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan dalam pelatihan, peneliti menanyakan kepada R tentang harapan-harapannya terhadap pelatihan yang akan dilakukan. Peneliti memberi waktu 5 menit kepada R dan memintanya untuk menuliskan harapan-harapannya pada selembar kertas. Kemudian, peneliti meminta R untuk menuliskan kekhawatirannya terhadap pelatihan yang akan diberikan. (hasil terlampir)

Selanjutnya, peneliti mengajak berdiskusi tentang harapan dan kekhawatirannya yang telah ia tulis. Berdasarkan diskusi yang dilakukan dapat diambil kesimpulan tentang harapan dan kekhawatiran R sebagai berikut :

Harapan R :

- Bisa mengatur jadwal

- Bisa menyeimbangkan antara waktu bermain dan belajar
- Prestasi belajarnya meningkat
- Bisa memenuhi target

Kekhawatiran R :

- Tidak bisa memenuhi jadwal
- Malas ketika belajar
- Tidak bisa mengejar target
- Bosan karena terus diatur jadwal

Peneliti menjelaskan bahwa dalam pelatihan manajemen waktu, R akan diajarkan dan dilatih untuk dapat mengelola waktu secara efektif dan efisien. Dengan adanya pengelolaan waktu yang baik, R akan dapat menyeimbangkan berbagai macam kegiatannya sehari-hari, terutama dalam hal belajar. Apabila ia konsisten dalam menjalankannya, maka prestasi belajarnya akan semakin meningkat. Selain itu, dalam pelatihan akan disisipkan materi tentang pentingnya penetapan tujuan dalam belajar. Hal ini penting karena dengan adanya penetapan tujuan/ target (baik jangka pendek maupun panjang), kita dapat lebih fokus dalam mengelola waktu yang kita miliki, demikian juga sebaliknya.

- **Kontrak Belajar (09.20 s/d 09.35)**

Kegiatan :

Agar pelatihan dapat berhasil dijalankan, serta untuk mewujudkan harapan dan meminimalisir kekhawatiran yang ada, maka peneliti dan R memerlukan suatu kesepakatan. Kemudian R dipandu untuk membuat kontrak belajar bersama. Peneliti menekankan bahwa kontrak belajar ini tidak hanya berlaku untuk peserta tetapi juga untuk peneliti. Lebih lanjut peneliti mengatakan kalau peneliti hanya memfasilitasi, namun keberhasilan tergantung pada diri R sendiri. Setelah semua hal selesai disepakati, R diberi kesempatan untuk menandatangani kontrak belajar sebagai bukti kesepakatan. Selanjutnya, peneliti juga ikut menandatangani kontrak belajar tersebut.

Berikut ini adalah isi kontrak belajar yang ditulis oleh R :

- Tidak boleh makan dan minum selama pelaksanaan, kecuali jam istirahat.
- Tidak boleh menerima telepon atau sms
- Melakukan hal lain yang tidak ada hubungannya dengan pelatihan seperti membaca buku
- Berkhayal

Berdasarkan kontrak belajar yang telah dituliskan, peneliti dan R menarik kesimpulan bahwa selama pelatihan dilaksanakan, R akan mengikuti kegiatan dengan serius dan tidak akan melakukan hal-hal seperti yang telah disepakati.

- **Penetapan Tujuan (09.35 s/d 10.30)**

Kegiatan :

- Permainan *dart*

Di awal sesi, peneliti mengajak R untuk menata ruang sedemikian rupa sehingga cukup lapang untuk melakukan permainan *dart*. Selanjutnya, peneliti menjelaskan terlebih dahulu tentang tata cara bermain *dart* dalam pelatihan ini. Dalam permainan ini terdiri dari dua babak dan tiap babak, R diberi kesempatan sebanyak 3 kali untuk melempar *dart* pada papan *dart*. Sebelumnya, peneliti meminta R mengisi form permainan *dart* untuk babak pertama yang sudah disiapkan.

Babak I :

Pada babak pertama, R mengambil jarak 2 meter untuk melempar *dart* dengan target poin 7, 8 dan 6. Hasil yang diperoleh R pada babak pertama tidak ada yang sesuai dengan target yang telah ditetapkan dimana *dart* yang dilempar R menancap pada poin 6, 3, 2.

Babak II :

Pada babak kedua, R mengambil jarak 1 meter untuk melempar *dart* dengan target poin 7, 6 dan 5. Hasil yang diperoleh R pada babak kedua sesuai dengan target yang telah ditetapkannya.

Berikut adalah hasil permainan *dart* yang telah dilakukan :

Babak I			
	Jarak	Target	Hasil
Skor/ Poin	2 meter	7, 8, 6	6, 3, 2
Alasan	Sesuai kemampuan saya, saya hanya bisa mendapatkan angka seperti itu		
Tingkat keyakinan	7 = 90%	8 = 80%	6 = 95%

Tabel 4. Hasil permainan dart babak 1

Babak II			
	Jarak	Target	Hasil
Skor/ Poin	1 meter	7, 6, 5	7, 6, 5
Alasan	Dilihat dari hasil sebelumnya, kemampuan saya sangat minim sehingga saya memilih target yang lebih kecil.		
Tingkat keyakinan	7 = 80%	6 = 65%	5 = 70%

Tabel 5. Hasil permainan dart babak 2

- *Debrief:*

Pada awal *debrief*, R mengira bahwa permainan *dart* yang dilakukan berkaitan dengan keyakinan diri. Peneliti mengiyakan jawaban R dan menambahkan bahwa sebenarnya permainan *dart* tersebut berkaitan dengan pentingnya penetapan tujuan dalam melakukan sesuatu. Peneliti mengaitkannya dengan proses belajar dimana dalam belajar kita perlu menetapkan tujuan atau target-target tertentu. R berkata, "*saya nggak biasa membuat target kak, karena malah bikin saya tertekan, jadi ada beban gitu, entar malah nggak tercapai.*" Peneliti menjelaskan bahwa dengan adanya penetapan tujuan atau target dalam belajar justru akan membantu kita untuk tetap fokus pada tujuan yang ingin diraih. Tujuan tersebut dapat berupa tujuan jangka pendek maupun panjang.

Peneliti menanyakan target jangka pendek dan jangka panjang yang ingin diraih R saat ini. R mengatakan bahwa target jangka pendeknya saat ini adalah dapat meraih peringkat ketiga di kelas pada semester depan, sedangkan target jangka panjangnya adalah masuk SMAN 8 Jakarta.

Namun, ia masih belum yakin dengan tujuan yang ia inginkan. Ia mengatakan bahwa saat ini ia baru memiliki keyakinan 60% untuk dapat meraihnya. Ketika peneliti menanyakan alasannya, R berkata, *"yah, nggak tahu ya, kan namanya pengen boleh aja, lagian aku masih males belajar juga, banyakan baca komiknya, makanya aku belum yakin."* Ia menambahkan bahwa ketika ia sedang belajar, terkadang ia selingi dengan membaca komik. Bahkan, ia cenderung lebih banyak membaca komik daripada belajar. Oleh karena itu, ia tidak optimal dalam mengerjakan tugas-tugasnya dan juga sering terlambat dalam pengumpulannya.

Peneliti menjelaskan lagi mengenai pentingnya penetapan tujuan dalam belajar bila ia ingin meraih hasil yang ia inginkan. Peneliti menyarankan bahwa hal pertama yang dilakukan R adalah mengatur kegiatannya sehari-hari melalui pengaturan waktu yang baik. Sebelum peneliti mengakhiri sesi pertama, peneliti menanyakan apakah penetapan tujuan dalam belajar merupakan hal yang penting, R mengiyakan pertanyaan peneliti. Peneliti juga menanyakan apakah ia memerlukan pengaturan waktu yang baik untuk dapat meraih tujuan yang ditetapkannya, R menyetujuinya.

SESI II

Waktu : 11.00 s/d 12.30 WIB

Materi : Manajemen waktu

Kegiatan :

- Studi kasus manajemen waktu

Sebelum memulai sesi kedua, peneliti berbincang-bincang dengan R untuk mencairkan suasana. Selanjutnya, peneliti mengawali sesi kedua dengan memberi R selembar kertas. Peneliti membacakan kasus dan meminta R untuk membuat urutan prioritas situasi yang dihadapi. Peneliti memberi waktu 15 menit kepada R untuk mengerjakan pada kertas yang telah dibagikan kepadanya. (studi kasus terdapat pada lampiran 3)

Setelah R selesai mengerjakan, peneliti meminta R untuk membacaknya serta menyebutkan alasan pemilihan urutan situasi. Urutan dan alasan pemilihan situasi sebagai berikut :

1. Mengerjakan tugas dari sekolah

Alasan :

“Soalnya mengerjakan tugas sama aja dengan belajar, apalagi kalau mau ulangan kan tugas-tugas harus sudah selesai semua”

2. Mencari materi tambahan pelajaran di internet

Alasan :

“Mencari bahan tambahan bisa sambil main internet”

3. Bermain *play station*

Alasan :

“Belajar harus diselingi dengan bermain, kalau nggak bisa bikin bosan”

4. Mengangkat telepon tidak kenal

Alasan :

“Kan nggak susah cuman angkat telepon aja”

5. Membantu teman yang kecelakaan lalu lintas

Alasan :

“Namanya teman, ya harus ditolong, meskipun mau ulangan, kan kasihan”

6. Membaca komik

Alasan :

“Kan bisa sambil belajar terus berhenti sebentar baca komik”

7. Bermain dengan teman

Alasan :

“Yah.. pastilah kalau bermain sama teman, masa belajar terus”

8. Menonton acara musik di TV pada malam hari

Alasan :

“Saya bisa belajar sambil nonton atau dengerin musik”

9. Membuat ringkasan materi

Alasan :

“Kalau perlu sih.. tp selama ini belum pernah bikin ringkasan”

10. Pergi ke mall

“Kalau ada yang ngajak, kalau nggak ya males..”

Peneliti menanyakan tentang dasar atau kriteria dari penyusunan urutan kegiatan dalam contoh kasus. R mengatakan bahwa dasar pemilihannya adalah mana yang dianggapnya lebih penting, seperti mengerjakan tugas lebih penting daripada bermain *play station* bila menjelang ulangan umum. Namun, bila tidak ada ulangan umum, kedua hal tersebut dianggapnya sebagai hal yang sama penting. Bahkan, R mengatakan bahwa ia lebih memilih bermain *play station* terlebih dulu dibanding mengerjakan tugas karena dengan bermain *play station* dapat membuatnya merasa “*fresh*” saat mengerjakan tugas.

Peneliti mengaitkan contoh kasus tersebut dengan R sebagai siswa akselerasi. R menerangkan bahwa sebagai siswa akselerasi memang yang paling penting adalah belajar atau mengerjakan tugas, tetapi ia perlu “*refreshing*” agar ia bisa berpikir dengan jernih saat belajar. Namun, ia mengakui bahwa terkadang ia tidak belajar atau mengerjakan tugas karena sudah lelah bermain *play station* atau membaca komik. Sambil tertawa ia berkata, “*keenakan mainnya jadi lupa sama yang lainnya, nggak inget lagi mana yang penting dan mana yang nggak.*”

Peneliti mengaitkan dengan materi sesi pertama yaitu penetapan tujuan. R mengatakan bahwa dengan cara yang ia lakukan selama ini, ia tidak yakin dapat meraih peringkat ketiga karena teman sekelasnya rata-rata lebih rajin dibanding dirinya. Namun, ia tidak tahu harus berbuat apa lagi karena bermain baginya sangat menyenangkan. Kemudian, peneliti menjelaskan tentang pengaturan kegiatan sehari-hari berdasarkan *matrix* manajemen waktu.

- Penjelasan *matrix* kuadran waktu

Sebelum menjelaskan tentang *matrix* kuadran waktu, peneliti menanyakan apakah R pernah mendengar atau mengetahui tentang hal tersebut. R menjawab bahwa ia belum pernah mengetahuinya. Selanjutnya, peneliti menjelaskan tentang *matrix* kuadran waktu yang ditampilkan melalui

slide dengan menggunakan laptop. Setelah itu, peneliti menanyakan apa yang dirasakan R pada tiap-tiap zona dalam *matrix*. R berkata, "kalau zona 1 kayaknya bikin stress karena banyak kegiatan yang harus dilakukan pada saat itu juga. Nah, kalau zona 2 sepertinya paling pas nih.. nggak dikejar-kejar waktu untuk melakukan sesuatu, seperti belajar materi IPA jauh-jauh hari, jadi lebih siap kalau ulangan. Itu juga, baca Alquran memang penting tapi bisa kapan saja, abis sholat atau pas mengaji di Musholla, iya kan.. Zona 3 itu nggak mesti kita yang melakukan, bisa orang lain, seperti menjawab telepon masuk, kan bisa orang lain yang ngerjain.. Kalau zona 4 itu isinya aktivitas yang menyenangkan (sambil tertawa kecil), tapi nggak ada kaitannya sama belajar, tapi justru itu yang enak sebenarnya, yah.. tapi kapan aja bisa dikerjain sih, kalau liburan sih pasnya itu.."

Selanjutnya, peneliti memberi kesempatan kepada R untuk menanyakan hal-hal yang belum ia mengerti terutama mengenai *matrix* kuadran waktu. R mengatakan bahwa ia telah memahami materi yang diberikan oleh peneliti.

- Latihan membuat jadwal harian dalam 1 (satu) minggu

Peneliti memberikan *form* jadwal harian selama satu minggu kepada R dan memintanya untuk menuliskan kegiatan sehari-hari yang ia lakukan. Setelah menuliskan pada kegiatannya pada *form* tersebut, peneliti mendiskusikannya dikaitkan dengan *matrix* kuadran waktu. Peneliti menanyakan tentang konsistensi R dalam belajar pada *form* yang telah dikerjakannya. R mengatakan bahwa ia jarang belajar dan lebih banyak memanfaatkan waktunya untuk membaca komik saat belajar.

Peneliti mengingatkan kembali tentang pentingnya penetapan tujuan dalam belajar dan mengaitkannya dengan *matrix* kuadran waktu. R mengatakan bahwa selama ini ia melakukan hal-hal yang tidak penting dan tidak mendesak untuk dilakukan, seperti bermain *play station* atau membaca komik. Ia menambahkan bahwa selama ini kegiatannya sehari-hari tidak pernah terjadwal. Ia mau belajar bila ia ingin belajar atau harus mengerjakan tugas yang harus segera dikumpulkan besok. Ia menyadari bahwa bila ia lebih mampu memanfaatkan waktu belajarnya dengan baik, ia dapat meraih

peringkat satu sekalipun. Selanjutnya, peneliti memberikan tips langkah-langkah untuk dapat mengatur waktu secara efektif, antara lain sebagai berikut :

1. Memutuskan apa yang menjadi prioritas
2. Mengatur aktivitas berdasarkan skala aktivitas, yaitu dengan matrix kuadran waktu.
3. Mulai menuliskan *draft* “rencana kerja”
4. Menuliskan daftar tugas yang harus dikerjakan (*to do list*)
5. Segera mempraktekkan.

Di akhir sesi, peneliti membuat kesimpulan mengenai materi yang telah dilaksanakan pada kedua sesi, yaitu pentingnya penetapan tujuan dan manajemen waktu. Peneliti memberi kesempatan bertanya tentang materi yang telah diberikan. R mengatakan bahwa ia telah mengerti dan akan mencoba mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Selanjutnya, peneliti membagikan lagi *form* kegiatan harian dalam seminggu dan meminta R untuk menuliskan kegiatannya selama satu minggu ke depan. Setelah R selesai, peneliti menggandakan *form* tersebut sebanyak 2 (dua) kali. *Form* asli dibawa oleh peneliti dan 1 (satu) *copy* diberikan kepada ibu R sebagai bahan evaluasi kegiatan R dan 1 (satu) *copy* lainnya dipegang oleh R sebagai pedoman kegiatannya selama seminggu serta evaluasi bagi dirinya sendiri.

3. Tahap III (*Strategy implementations dan monitoring*)

Pada tahap ini, R diberi kesempatan untuk melaksanakan jadwal yang telah disusunnya selama seminggu. Observasi terhadap jadwal kegiatan tersebut hanya dilakukan oleh ibu R. Hal ini disebabkan R telah memasuki masa liburan sekolah sehingga tidak ada aktivitas belajar di sekolah, kecuali kegiatan widya wisata ke Bandung pada hari Rabu dan Kamis. Jadwal kegiatan harian yang disusun, dimulai tanggal 23 Juni sampai dengan tanggal 29 Juni 2009. Setelah seminggu pelaksanaan observasi, peneliti akan melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan jadwal kegiatan tersebut.

4. Tahap IV (*Strategy-outcome monitoring*)

Pada tahap ini, peneliti melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan jadwal kegiatan yang disusun R. Sebenarnya evaluasi dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 30 Juni 2009, yaitu sehari setelah jadwal kegiatan tersebut berakhir. Namun, peneliti baru dapat bertemu dengan ibu R pada hari Kamis tanggal 2 Juli 2009. Ibu R menyampaikan bahwa secara umum R sudah melaksanakan jadwal kegiatan yang disusunnya. Namun, ada beberapa kegiatan yang dilakukan tidak sesuai dengan jadwal kegiatan. Ibu R membuat catatan singkat bila R melakukan kegiatan tidak sesuai dengan jadwal yang disusunnya. Berdasarkan observasi ibu R diperoleh informasi sebagai berikut :

- Hari Selasa/ 23 Juni 2009.

Pada hari Selasa, R tidak melakukan aktivitas belajar sama sekali. Ibunya sempat mengingatkan tentang jadwal kegiatan yang disusunnya, tetapi R mengatakan bahwa hari Selasa ini merupakan hari pertama liburan dan ia ingin santai dulu. Ibunya hanya mengiyakan jawaban R. Kegiatan yang dilakukan R sesuai dengan jadwal pada hari ini adalah mengaji. Selebihnya, R bermain *play station* dan membaca komik di kamarnya.

- Hari Rabu dan Kamis tanggal 24 s/d 25 Juni 2009

Tidak dilakukan observasi karena R ada kegiatan widya wisata ke Bandung bersama dengan teman sekelasnya.

- Hari Jumat/ 26 Juni 2009.

Pada hari Jumat, R menceritakan kegiatan yang dilakukannya selama widya wisata kepada ibunya. Pada pagi itu, R hanya menonton TV bersama kakak laki-lakinya. R terlihat belajar setelah sholat Jumat. Namun, ibu R tidak mengetahui apa yang dikerjakan oleh R pada saat itu. Ibunya hanya melihat bahwa R belajar lebih lama dari jadwal yang ia susun. Menurut ibunya, R mengerjakan tugas sampai sekitar jam tiga sore karena ketika ibunya bangun dari tidur siang, ibunya masih melihat R belajar.

Di malam hari, R terlihat mengerjakan tugas setelah ia mengaji. Namun, tidak lama kemudian R terlihat tidur di kamarnya. Ibu R

menyangka bahwa R masih kelelahan setelah mengikuti kegiatan wisata.

- Hari Sabtu/ 27 Juni 2009.

Pada Sabtu pagi, R terlihat belajar setelah sholat Subuh. Ketika ditanya oleh ibunya, R menjawab bahwa ia mengganti waktu belajar tadi malam. Ia mengatakan bahwa semalam ia masih merasa lelah sehingga ia tertidur.

Pada siang hari, teman-teman SD bermain ke rumah dan mengajak R untuk jalan-jalan ke Margo City. Namun, R menolak karena ia masih ada banyak tugas dari sekolah yang harus ia kerjakan. Ibunya sempat merasa heran dengan perilaku R. Biasanya, ia mengikuti ajakan temannya bila diajak jalan-jalan.

Ibunya mencatat bahwa pada hari ini, R terlihat melakukan kegiatan sesuai dengan jadwal kegiatan yang ia susun. Hanya saat malam hari, ia terlihat belajar sebentar kemudian bermain *play station* dengan kakaknya.

- Hari Minggu/ 28 Juni 2009.

Pada hari Minggu, kegiatan yang dilakukan sesuai dengan jadwal kegiatan hanya pada malam hari. Hal ini disebabkan, ayah R mengajak seluruh anggota keluarga jalan-jalan keliling kota di siang hari. Selain makan bersama di luar, mereka menyempatkan diri ke toko buku Gramedia Matraman.

Di malam hari, R terlihat mengerjakan tugas setelah pulang mengaji. Menurut ibunya, mungkin tugas dari sekolah cukup banyak sehingga R terlihat belajar tidak seperti biasanya.

- Hari Senin/ 29 Juni 2009.

Di pagi hari, ibunya melihat bahwa R sedang mengerjakan kembali tugasnya. Ketika ibunya bertanya, R menjawab bahwa guru Biologi memberi tugas yang banyak sehingga ia harus mengejar target. (ibu tidak mengetahui target apa yang harus diselesaikan). Bila tidak, ia tidak akan dapat mengumpulkan tugas pada hari pertama masuk sekolah. Ia juga mengatakan bahwa ia ingin mengganti jam belajarnya pada minggu kemarin karena masih banyak waktu yang terbuang.

Menurut ibunya, pada hari itu ayahnya sedang ada *meeting* dan menginap di hotel. Oleh karena itu, ayahnya mengajak anggota keluarganya untuk menginap di hotel. Hal ini menyebabkan kegiatan yang dilakukan tidak sesuai dengan jadwal yang disusun oleh R.

Selain melakukan evaluasi berdasarkan observasi ibunya, peneliti juga menanyakan tentang jadwal kegiatan kepada R. R menceritakan bahwa target belajarnya pada masa liburan adalah mengerjakan tugas Biologi hingga selesai. Namun, target yang ia susun saat pelaksanaan program adalah menyelesaikan pengerjaan LKS Biologi hingga bab III. Hingga saat ini, ia belum menyelesaikan target yang ia tetapkan. Ia baru menyelesaikan hingga bab 2 dan akan mulai mengerjakan bab 3.

Pada saat peneliti menanyakan tentang hal-hal yang ia rasakan sebelum dan setelah adanya intervensi, R mengatakan bahwa dengan membuat jadwal sebenarnya lebih memudahkannya untuk mengatur waktunya sehari-hari. Awalnya, ia merasa berat untuk memenuhi jadwal kegiatan yang ia susun. Namun, ia mengingat kembali target yang ia tetapkan sehingga ia merasa harus mengerjakan tugasnya untuk dapat memenuhi target yang ia tetapkan.

4.2. Tahapan Evaluasi Pelaksanaan Program

Untuk melihat efektivitas pelaksanaan program intervensi, peneliti melakukan evaluasi pada tiap tahap, sebagai berikut :

- **Tahap Persiapan**

Penyusunan pedoman wawancara sangat berguna untuk mengetahui kondisi R saat ini (setelah pelaksanaan konseling), terutama yang berkaitan dengan masalah yang dialami saat penanganan kasus terhadap R. Penggunaan alat ukur SRL yang disusun Ardianingsih (2007) berguna untuk memperoleh informasi mengenai strategi belajar yang sudah maupun yang masih belum dikembangkan oleh R. Selain itu, adanya alat ukur tersebut memudahkan peneliti karena peneliti meminta pendapat dari *expert judgement* untuk penggunaannya.

- Tahap Intervensi

Tahap	Evaluasi
I	<p>Secara umum pelaksanaan wawancara dan pengisian kuesioner SRL berjalan dengan lancar. Peneliti tidak mengalami kesulitan yang berarti dalam melakukan kegiatan tersebut karena dari pihak sekolah dan orang tua cukup kooperatif dan memberi kesempatan pada peneliti untuk pelaksanaannya. (hasil wawancara terdapat pada lampiran 7)</p>
II	<ul style="list-style-type: none"> • Sebelum pelaksanaan program pelatihan, perlu disampaikan terlebih dulu kepada R mengenai hasil pengisian kuesioner SRL. Hal ini penting agar ia mengetahui alasan pelaksanaan intervensi terhadap dirinya. • Secara umum, pelaksanaan pelatihan terhadap R di SMPN 41 berjalan dengan lancar. Peneliti tidak mengalami kesulitan untuk mendapatkan izin dari pihak sekolah mengenai pelaksanaan pelatihan. Ruang tempat pelaksanaan cukup memadai. Peneliti hanya perlu menata ruangan agar bisa digunakan selama pelatihan, terutama untuk permainan <i>dart</i> yang memerlukan <i>space</i> yang cukup. R tampak kooperatif dan memperhatikan dengan serius materi yang disampaikan.
III	<ul style="list-style-type: none"> • Jadwal yang disusun R bersamaan dengan jadwal liburan, sehingga pengawasan terhadap pelaksanaan kegiatan hanya bisa dilakukan oleh ibu. Peneliti juga memiliki keterbatasan untuk melakukan observasi terhadap pelaksanaan kegiatan tersebut sehingga informasi yang diperoleh sebagai bahan evaluasi keberhasilan dianggap kurang menyeluruh. • Adanya kegiatan wisata menyebabkan pelaksanaan observasi kegiatan oleh ibu tidak dapat berjalan seminggu penuh sesuai dengan jadwal yang direncanakan. <p>Oleh karena itu, pelaksanaan penelitian sebaiknya dilaksanakan tidak bertepatan dengan jadwal kegiatan di sekolah sehingga dapat diperoleh hasil yang optimal.</p>
IV	<p>Pelaksanaan evaluasi kegiatan mengalami sedikit kendala, dimana pada saat peneliti akan melakukan evaluasi, R sekeluarga tidak berada di rumah, sehingga pelaksanaan mundur selama 4 (empat) hari. Namun, akhirnya dapat diperoleh informasi tentang pelaksanaan kegiatan yang dilakukan R selama seminggu.</p>

Tabel 6. Hasil evaluasi pelaksanaan program intervensi

Secara umum, pelaksanaan program intervensi dapat berjalan cukup lancar. Peneliti melihat adanya perubahan tingkah laku R dalam belajar dibandingkan sebelumnya, diantaranya sebagai berikut :

- R sudah berusaha untuk memenuhi jadwal kegiatan yang ia susun. Ia juga mengganti waktu belajarnya di hari lain bila ia tidak belajar pada hari sebelumnya.
- Ia sudah mulai membuat target dalam belajar terutama dalam mengerjakan tugasnya. Meski belum mencapai target yang ia tetapkan tetapi ia sudah berusaha untuk memenuhinya.

Di sisi lain, peneliti juga melihat bahwa orang tua terlihat masih kurang berperan tua dalam proses belajar R. Orang tua hanya mengingatkan tetapi tidak pernah mengecek apa yang dilakukan oleh R saat belajar.

Peneliti akan menyampaikan hasil evaluasi pelaksanaan program ini kepada orang tua R. Hasil program intervensi ini hanya merupakan langkah awal agar R memiliki perilaku regulasi diri. Selanjutnya, orang tua dapat melanjutkan program intervensi ini dengan bekerja sama dengan guru dan saudara kandung R agar perilaku regulasi diri lebih terbentuk dalam diri R. Orang tua dapat menerapkan penyusunan jadwal kegiatan harian untuk mengontrol aktivitas R sehari-hari. Dalam melakukan pengawasan, saudara kandung R (kakak) dapat dilibatkan apabila orang tua mengalami kendala atau berhalangan dalam melakukannya. Selain itu, orang tua dapat lebih melibatkan diri dalam proses belajar seperti dalam menetapkan tujuan yang spesifik. Hal ini penting untuk meningkatkan *task commitment* R terhadap tugas-tugasnya sehingga ia dapat meningkatkan prestasi belajarnya.

BAB V

DISKUSI, KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Diskusi

Berdasarkan alat ukur yang disusun oleh Ardianingsih (2007) dapat disimpulkan bahwa dari 10 strategi *self regulated learning* yang dikemukakan oleh Zimmerman dan Martinez-Pons (1996), ada 4 strategi yang belum diterapkan oleh R, yaitu : *self evaluating, organizing and transforming, goal setting and monitoring*, dan *keeping records and monitoring*. Pada dasarnya, keempat strategi tersebut dapat dilakukan oleh R. Hanya saja, R masih merasa mengalami kendala dalam mengatur waktu kegiatannya. R masih belum dapat menggunakan waktu belajarnya secara efektif. Selain itu berdasarkan hasil wawancara dapat diambil kesimpulan bahwa permasalahan *task commitment* R juga disebabkan tidak adanya pengaturan waktu kegiatan sehari-hari sehingga R belum dapat menyeimbangkan antara waktu belajar dan bermain. Oleh karena itu, peneliti melakukan intervensi manajemen waktu dalam program intervensi ini.

Target pelaksanaan program intervensi ini adalah agar R menjadi terbiasa untuk menggunakan waktunya secara efektif dalam usahanya mencapai prestasi belajar yang optimal. Berdasarkan hasil evaluasi, target yang ingin dicapai belum dapat dicapai sepenuhnya. Hal ini disebabkan adanya beberapa kendala yang dihadapi selama pelaksanaan intervensi, yaitu :

- Jadwal kegiatan yang disusun oleh R bersamaan dengan waktu liburan sehingga pelaksanaan observasi terhadap kegiatan R hanya dapat dilakukan oleh ibunya sendiri. Oleh karena itu, evaluasi untuk melihat keberhasilan program intervensi tergantung pada hasil observasi yang dilakukan oleh ibunya.
- Adanya wisata selama dua hari ke Bandung menyebabkan observasi tidak dapat dilakukan selama seminggu penuh.

Berdasarkan hasil observasi ibu, dapat disimpulkan bahwa R sudah menunjukkan adanya perubahan perilaku dalam belajar. R sudah berusaha

untuk memenuhi jadwal kegiatan yang disusunnya. Meski belum mencapai target belajar yang ia tetapkan, dalam dirinya sudah tumbuh kesadaran untuk melakukan usaha untuk memenuhi target belajarnya. Dengan kesadaran sendiri, ia mengganti waktu belajarnya yang tersita pada hari-hari sebelumnya. Hal ini belum pernah dilakukan sebelumnya oleh R, namun sejak diberikan intervensi manajemen waktu, R mulai belajar untuk melakukan regulasi terhadap kegiatannya, terutama dalam belajar. Zimmerman (dalam Montalvo & Torres, 2004) mengemukakan bahwa siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar akan terlibat secara aktif baik dari segi metakognitif, motivasi maupun dalam berperilaku selama proses belajar.

Di sisi lain, dalam pelaksanaan evaluasi, peneliti melihat bahwa orang tua terlihat masih kurang berperan dalam proses belajar R. Orang tua hanya mengingatkan tetapi tidak pernah mengecek apa yang dilakukan oleh R saat belajar. Padahal saat ini R masih berada pada masa transisi dalam tahapan perkembangannya. S. Schwarz (dalam Djani 1983) mengemukakan bahwa karena anak berbakat tampil sebagai anak yang menonjol, maka orang tua menganggap bahwa anak tersebut tidak perlu dididik lagi di rumah. Anak berbakat ini tampak lebih matang dari anak-anak lainnya sehingga orang tua merasa tidak perlu mengarahkan perkembangan anaknya dengan memberikan stimulasi yang cukup.

Zimmerman (1989) juga mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi *self regulated learning*, yaitu proses dari dalam diri, perilaku, dan lingkungan. Ketiga hal ini berpengaruh terhadap pelaksanaan *self regulated learning* oleh siswa. Dalam diri R mulai tumbuh kesadaran untuk melakukan regulasi dan sudah ditampilkan melalui perilaku yang ditampilkannya. Namun, dari faktor lingkungan tampaknya R memerlukan dukungan dan pengawasan dari orang tua, guru serta saudaranya.

Berkaitan dengan pelaksanaan evaluasi program intervensi, dalam penelitian ini evaluasi hanya dilakukan berdasarkan hasil observasi. Tentu saja hal ini merupakan kendala tersendiri jika observasi atau evaluasi dilakukan oleh orang tua. Tidak adanya pencatatan atau penilaian secara kualitatif membuat penilaian evaluasi tidak memiliki data yang obyektif. Ada

baiknya dalam penelitian selanjutnya evaluasi juga dibuat dalam suatu pengukuran yang bersifat kualitatif (obyektif). Dengan demikian data evaluasi dapat lebih lengkap.

5.2. Kesimpulan

Berdasarkan analisis terhadap hal-hal yang diperoleh dalam pelaksanaan program intervensi, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- Secara umum, pelaksanaan intervensi dapat berjalan dengan lancar meski mengalami beberapa kendala, seperti waktu pelaksanaan intervensi bersamaan dengan jadwal liburan sekolah. Hal ini menyebabkan observasi terhadap pelaksanaan jadwal kegiatan hanya bisa dilakukan oleh ibu.
- Hasil evaluasi pelaksanaan intervensi menunjukkan bahwa dalam diri R sudah mulai tumbuh kesadaran untuk memenuhi jadwal kegiatan yang disusunnya. Ia juga mulai terdorong untuk memenuhi target yang ditetapkannya walaupun hasil yang dicapainya belum sepenuhnya terpenuhi, namun sudah ada usaha yang mengarah pada pencapaian targetnya tersebut.
- Hasil evaluasi keberhasilan program intervensi menunjukkan bahwa pada dasarnya target yang ingin dicapai belum terpenuhi sepenuhnya. Program intervensi ini belum menggambarkan sepenuhnya keberhasilan R dalam mengelola waktunya. Selain itu, belum dapat dijadikan jaminan bahwa R akan menunjukkan perilaku regulasi diri yang lebih baik di kemudian hari.

5.3. Saran

Berdasarkan program intervensi yang telah dilaksanakan, beberapa saran yang dapat dilakukan agar pelaksanaan program berikutnya dapat berjalan lebih optimal, sebagai berikut :

- Berkaitan dengan pelaksanaan program intervensi, sebaiknya disesuaikan dengan jadwal kegiatan di sekolah. Hal ini penting agar mendapatkan hasil yang menyeluruh tentang keberhasilan program intervensi. Selain itu, agar pengawasan terhadap kegiatan dapat dilakukan oleh peneliti, guru dan orang tua.

- Hasil program intervensi ini hanya merupakan langkah awal agar R mampu mengelola waktunya dengan baik. Selanjutnya, orang tua dapat melanjutkan program intervensi ini dengan menerapkan penyusunan jadwal kegiatan harian untuk mengontrol aktivitas R sehari-hari serta bekerja sama dengan guru dan saudara kandung R untuk melatih agar R lebih mampu mengelola waktunya secara efektif.



DAFTAR PUSTAKA

- Ardianingsih, Euis Dwi. (2007). *Pengaruh Ketangguhan dan Penggunaan Strategi-Strategi Self Regulated Learning Terhadap Self Efficacy Siswa Kelas 3 SMA*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Depok (Skripsi Tidak Diterbitkan).
- Amiati, P.H., Munandar, S.C.U. dan Bonang, E. (2009). *Hubungan Antara Pengaturan Diri Dalam Belajar, Self Efficacy, Lingkungan Belajar, dan Intelegensi Dengan Prestasi Belajar*. *Gifted Review : Jurnal Keberbakatan dan Kreativitas*, Vol. 03., No. 01.
- Djani, Sisika Soraya (1983). *Pengaruh perubahan keluarga di masa yang akan datang terhadap sikap orang tua di Indonesia dalam mendidik anak berbakat*. Skripsi Teoritik Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Depok.
- Gagne, Ellen D. (1985). *The Cognitive Psychology of School Learning*. New York : Holt, Rineheart and Winston.
- Hawadi, Reni Akbar (2004). *Akselerasi A-Z*. Jakarta : PT. Gramedia.
- Hawadi, Reni Akbar. (2002). *Identifikasi Keberbakatan Intelektual melalui Metode Non-Tes dengan Pendekatan Konsep Keberbakatan Renzulli*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Kelompok Kerja Pengembangan Pendidikan Anak Berbakat (KKPPAB). (1986) *Laporan Pengembangan Pelayanan Pendidikan Anak Berbakat*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Montalvo, F. T. & Torres, M. C. G. (2004). *Self Regulated Learning: Current and Future Directions*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 2(1), 1-34. ISSN: 1696 – 2095
- Munandar, S.C.U. (1992). *Mengembangkan Bakat dan Kreativitas Anak Sekolah*. Jakarta: Grasindo.
- Purdie, N., Hattie, J., Douglas, G., (1996). *Student Conception of Learning and their use of self regulated learning strategies: A cross cultural comparison*. *Journal of Educational Psychology*, 88(1). 87-100.
- Schunk D. H. & Zimmerman B. J. (2003). *Handbook of Psychology, Volume 7 Educational Psychology*. Weiner, Irving, B (Ed.), *Self Regulation and Learning* (pp. 59-78). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Siegle, Del., Reis, Sally., McCoach, D, Betsy. At <http://gifted.uconn.edu/siegle/selfregulation/section0.html>. 14 maret 2008.
- Sinulingga, Laura T. V. (2008). *Pengkondisian Belajar Pada Siswa Melalui Pendekatan Self Regulated Learning*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Depok. (Tugas Akhir Tidak Diterbitkan)
- Slavin, R.E. (1994). *Educational Psychology: Theory and Practice* (4th edition). Needham Heights, Massachusetts: Allyn and Bacon.

- Suwandi, Susan. (1997). *Hubungan antara manajemen waktu dengan peran ibu bekerja*. Depok: Fakultas Psikologi Universitas I (skripsi tidak dipublikasikan).
- Wihandini, Hesti (2001). *Hubungan manajemen waktu dengan laman digunakan untuk bekerja dan komitmen terhadap tugas pada m S-1 program ekstensi*. Depok : Fakultas Psikologi Universitas I (skripsi tidak dipublikasikan).
- Woolfolk, Anita. (2004). *Educational Psychology*. Edisi ke-9. Mass: Allyn & Bacon
- Zimmerman, B.J. & Cleary, T.J. (2006). *Adolescent's Development of Agency: The Role of Self efficacy Beliefs and Self-Regulation*. Retrieved December 15, 2008 from the World Wide.
- Zimmerman, B.J. & Martinez-Pons, M. (2004). *Pursuing Academic Regulation: A 20-year Methodological Quest*. Dalam Tan, O (2004). *Thinking About Thinking, What Educators Need to Know* (74). Singapore: McGraw Hill Education (Asia).
- Zimmerman, B.J. (1989). *A Social Cognitive View of Self Regulated Learning*. Journal of Educational Psychology, 81, 329-339.
- Zimmerman, B.J. (2004). *Becoming self regulated learner: an overview*. Retrieved April 20, 2008 from the World Wide <http://www.findarticles.com/p/articles/pdf>
- Zimmerman, B.J. (2008, April 25). *SRL Manual* (2006). 28 April 2008. zimmerman@gc.cuny.edu.



PEDOMAN WAWANCARA

1. Hubungan dengan teman sebaya
 - Bagaimana penyesuaian diri R dengan teman-temannya di kelas ? Apakah ia masih mengalami kesulitan bergaul dengan teman di kelas ?
 - Kegiatan apa saja yang dilakukan R dengan teman-temannya?
2. Prestasi Belajar
 - Apa yang anda ketahui tentang prestasi R di sekolah ?
 - Bagaimana prestasi belajar R pada semester ini ?
 - Bagaimana dengan nilai-nilai ulangan R ? apakah mengalami peningkatan ?
 - Bagaimana dengan nilai-nilai tugas ?
 - Bagaimana dengan peringkat R di kelas ?
3. Perilaku di kelas
 - Apa yang dilakukan R saat pelajaran di kelas ?
 - Apakah R terlihat aktif saat guru mengajar ?
 - Adakah aktivitas lain yang dilakukan R saat pelajaran ? Contohnya ?
 - Apakah R pernah dimarahi oleh guru karena melakukan aktivitas lain saat guru mengajar ?
 - Apakah R pernah mendapat sanksi dari guru karena berbuat sesuatu yang tidak ada kaitannya dengan belajar ?
4. *Task Commitment*
 - Bagaimana hasil pengerjaan tugas-tugas R saat ini?
 - Apakah ia tepat waktu dalam pengumpulan tugas individu ? Apa penyebabnya?
 - Pada mata pelajaran apa saja R terlambat pengumpulannya ? Mengapa ?
 - Bagaimana dengan nilai R bila ia terlambat mengerjakan dan mengumpulkan tugas/ PR ?
 - Bagaimana reaksi guru saat R terlambat mengumpulkan tugas ?
 - Sanksi apa yang diberikan oleh guru bagi siswa yang terlambat mengumpulkan tugas ?
 - Bagaimana dengan tugas-tugas kelompok ? Apakah R aktif dalam pengerjaannya?
 - Bagaimana dengan proses belajar di rumah ? Apakah ada jadwal belajar yang teratur?

Lampiran 2

KUESIONER SRL

Petunjuk Pengisian :

Sejumlah pernyataan di bawah ini digunakan untuk menggambarkan diri seseorang. Bacalah setiap pernyataan di sebelah kiri. Kemudian nilailah untuk masing-masing pernyataan, seberapa kuat anda setuju atau tidak setuju bahwa pernyataan tersebut menggambarkan diri anda.

Berilah tanda (\checkmark) pada kolom :

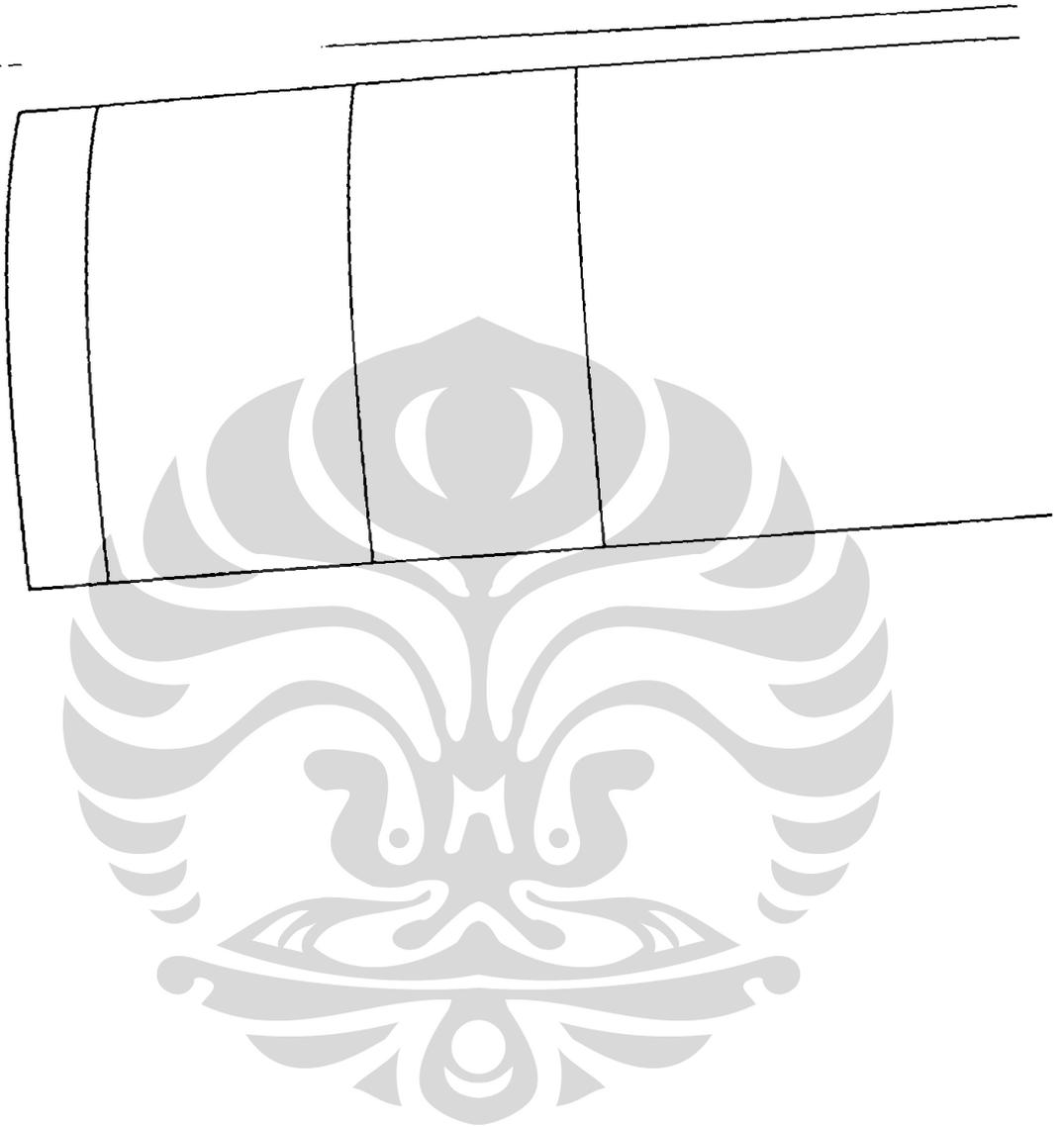
- STS, bila anda **SANGAT TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut.
- TS, bila anda **TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut.
- ATS, bila anda **AGAK TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut.
- AS, bila anda **AGAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut.
- S, bila anda **SETUJU** dengan pernyataan tersebut.
- SS, bila anda **SANGAT SETUJU** dengan pernyataan tersebut

No	PERNYATAAN	STS	TS	ATS	AS	S	SS
1.	Dimensi Self Evaluating						
	Saya meminta bantuan teman untuk menguji apakah saya telah menguasai pelajaran yang akan diujikan besok.						
	Saya meminta bantuan teman untuk memeriksa pekerjaan rumah yang telah saya kerjakan.						
2.	Dimensi Organizing and Transforming						
	Saya menggaris bawahi materi penting yang sudah dipelajari.						
	Setelah mempelajari pokok bahasan pelajaran, saya membuat ringkasan.						
3.	Dimensi Goal Setting and Planning						
	Ketika saya menyadari melakukan kesalahan dalam belajar, saya segera mengubah strategi belajar.						
	Saya mulai belajar secara intensif satu hari sebelum ujian.						
4.	Dimensi Seeking Information						
	Saya memanfaatkan topik yang berhubungan dengan tugas yang saya kerjakan.						
	Membaca dan mencari buku yang berhubungan dengan pelajaran sangat membosankan						
5.	Dimensi Keeping Records and Monitoring						
	Saya memiliki catatan lain disamping catatan yang diberikan guru						
	Setelah ulangan saya membahas soal-soal yang tidak dapat saya kerjakan bersama teman-teman						

No	PERNYATAAN	STS	TS	ATS	AS	S	SS
6.	Dimensi <i>Environmental Structuring</i>						
	Saya mengasingkan diri dari sesuatu yang mengganggu bila sedang belajar.						
	Saya tidak dapat belajar secara baik tanpa persiapan.						
7.	Dimensi <i>Self Consequating</i>						
	Bila belum memahami apa yang dibaca dari buku pelajaran, saya belum dapat bersenang-senang.						
	Memanfaatkan ketidakhadiran guru dengan tetap belajar membuat jam belajar di rumah berkurang.						
8.	Dimensi <i>Rehearsing and Memorizing</i>						
	Saya membaca kembali catatan pelajaran untuk esok hari setiap malam.						
	Saya berusaha mengingat materi pelajaran agar dapat mengerjakan soal-soal latihan atau ujian.						
9.	Dimensi <i>Seeking Social Assistance</i>						
	Saya segan meminta bantuan teman, walaupun saya kesulitan mengerjakan tugas dari guru.						
	Saya menyediakan waktu berdiskusi dengan teman .						
10.	Dimensi <i>Review Records</i>						
	Setelah ulangan saya melihat kembali buku catatan untuk memperkirakan soal yang dikerjakan benar maupun salah.						
	Saya membaca kembali catatan dalam menghadapi ujian.						

PROGRAM INTERVENSI MANAJEMEN WAKTU**SESI 1 (09.00 – 10.00)**

No.	Materi	Waktu	Tujuan	Kegiatan
1.	Kontrak Belajar	09.00 – 09.20	Mencapai kesepakatan dengan R agar ia dapat fokus pada materi yang disampaikan dan pelaksanaan pelatihan dapat berjalan dengan lancar	<p>Berdiskusi dengan R tentang hal-hal yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan selama pelatihan. Peneliti akan menegaskan bahwa kesepakatan yang dibuat tidak hanya berlaku untuk R, tetapi juga untuk peneliti.</p> <p>Menuliskan hasil kesepakatan tersebut pada selembar kertas dan membubuhkan tanda kesepakatan pada lembar tersebut.</p>
3.	Penetapan Tujuan	09.20 – 10.00	Agar R mengetahui pentingnya penetapan tujuan dalam mencapai prestasi yang optimal.	<p>Permainan <i>dart</i> Permainan dilakukan dalam dua babak. Pada tiap babak, R mendapatkan kesempatan tiga kali melempar <i>dart</i> pada papan. Pada babak I, sebelum melakukan lemparan, R diminta untuk mengisi <i>form</i> permainan <i>dart</i> yang berisi tentang target lemparan yang ingin dicapai, keyakinannya untuk mencapai target dan alasan pemilihan target. Begitu pula pada babak kedua, sebelum melakukan lemparan, R diminta mengisi <i>form</i> permainan <i>dart</i> untuk babak kedua.</p> <p><i>Debrief</i> permainan <i>dart</i> Peneliti menggali faktor-faktor yang berperan dalam permainan <i>dart</i>, seperti : hal-hal yang</p>



dirasakannya saat melempar pada babak I dan II, apakah ada perbedaan yang dirasakan pada babak I dan II, apa yang menjadi pertimbangan R dalam menentukan target pada babak I dan II, apakah ada perubahan strategi yang dilakukan pada babak I dan II, apa yang ia rasakan ketika berhasil atau gagal dalam memenuhi target.

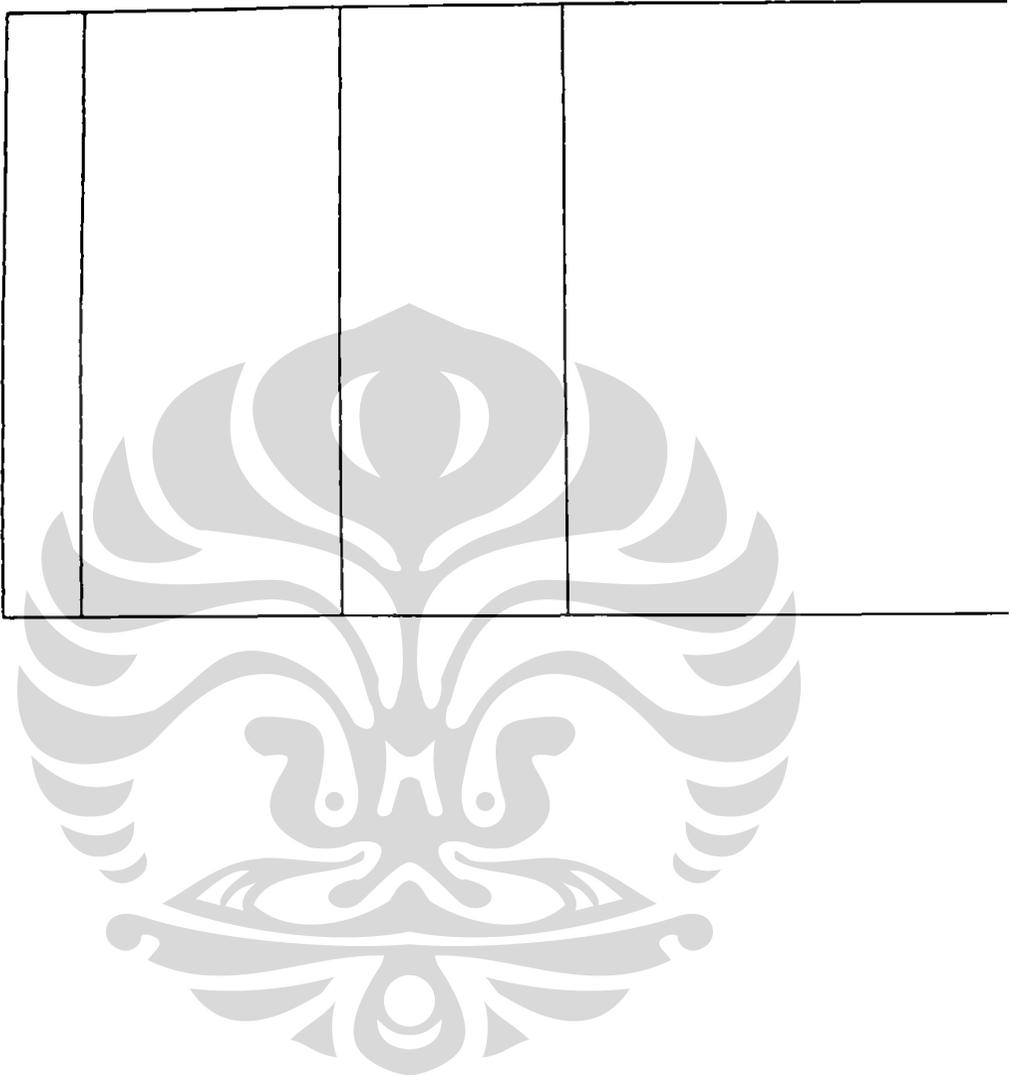
Diskusi penetapan tujuan

Mengaitkan permainan *dart* dengan pentingnya penetapan tujuan terutama dalam rangka mencapai prestasi akademik yang optimal.



SESI 2 (11.00 – 12.30)

No.	Materi	Waktu	Tujuan	Kegiatan
1.	Manajemen Waktu	10.30 – 12.00	Agar R dapat mengelola waktunya secara efektif dan efisien, yaitu dengan mengatur kegiatannya berdasarkan hal-hal yang penting dan yang mendesak untuk dilakukan.	<ul style="list-style-type: none"> - Studi kasus manajemen waktu Memberi R selembat kertas dan membacakan sebuah contoh kasus. Kemudian, peneliti meminta R untuk menuliskan 10 urutan situasi atau kegiatan yang ada dalam contoh kasus tersebut. Setelah selesai, peneliti akan menggali faktor-faktor yang menjadi pertimbangan R dalam membuat urutan kegiatan tersebut. - Penjelasan <i>matrix</i> kuadran waktu Setelah menjelaskan materi <i>matrix</i> kuadran waktu, peneliti akan menanyakan kepada R tentang hal-hal yang dirasakannya pada tiap zona, seperti apa yang terjadi bila ia berada pada tiap zona, zona mana yang paling nyaman, zona mana yang penuh tekanan dan yang tidak membantu kita dalam mencapai tujuan. - Latihan membuat jadwal harian Memberi R <i>form</i> jadwal kegiatan harian selama seminggu dan memintanya untuk membuat jadwal kegiatan sehari-harinya disesuaikan dengan materi kuadran waktu yang telah diberikan. Setelah selesai, peneliti akan berdiskusi dengan R tentang jadwal kegiatan yang telah disusunnya dikaitkan dengan <i>matrix</i> kuadran waktu.



- Membuat jadwal sebagai bahan evaluasi
Di akhir kegiatan, peneliti akan meminta R untuk menyusun kegiatan yang akan dilakukan dalam satu minggu ke depan, yaitu kegiatan yang akan dilakukan pada masa liburan. Peneliti akan melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan jadwal kegiatan yang disusun R.
- Penutupan
Peneliti menerangkan secara singkat kegiatan yang telah dilakukan pada dua sesi pelatihan dan mengaitkannya dengan tujuan belajar yang ingin dicapai oleh R. Peneliti juga mengingatkan R tentang pelaksanaan jadwal kegiatan yang telah disusun R dan akan melakukan evaluasi setelahnya.

Lampiran 4

Studi Kasus Manajemen Waktu

Situasi:

Saat ini kamu sedang menghadapi ulangan umum. Sedangkan kamu dihadapkan dengan beberapa kegiatan seperti :

1. Bermain dengan teman.
2. Membaca Komik.
3. Pergi ke Mall.
4. Mengerjakan tugas dari sekolah.
5. Membuat ringkasan materi
6. Bermain *Play Station*
7. Mengangkat telepon tidak dikenal
8. Membantu teman yang kecelakaan lalu lintas.
9. Menonton acara musik di TV pada malam hari
10. Mencari Materi tambahan pelajaran di Internet.

Kamu diminta untuk mengurutkan kegiatan-kegiatan di atas dari yang paling ingin kamu dahulukan sehubungan dengan keadaan kamu saat ini. Waktu pengerjaan 15 menit.

MATRIX MANAJEMEN WAKTU

	MENDESAK	TIDAK MENDESAK
P E N T I N G	<p>Mendesak dan Penting Contoh Aktivitas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menyelesaikan tugas dari sekolah yang dikumpulkan besok siang. • Pergi ke dokter karena sakit. • Belajar untuk Ulangan Matematika besok pagi. • Memenuhi panggilan Guru BP <p>ZONA 1</p>	<p>Tidak Mendesak tapi Penting Contoh Aktivitas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belajar materi IPA jauh-jauh hari sebelum Ulangan tiba. • Berolah raga dan makan makanan sehat supaya stamina tubuh baik. • Mempelajari ayat-ayat suci Al-Quran. • Mendengarkan curhat-an teman dekat kita yang sedang ada masalah. <p>ZONA 2</p>
T D K P E N T I N G	<p>Mendesak tapi Tidak Penting Contoh Aktivitas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menjawab telepon-telepon yang masuk. • Menerima tamu/teman yang tiba-tiba datang berkunjung ke rumah <p>ZONA 3</p>	<p>Tidak Mendesak dan Tidak Penting Contoh Aktivitas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menonton acara musik di TV pada malam hari • Membaca dan mem-forward <i>junk email</i> ke teman-teman dekat kita • Jalan-jalan ke Mall tiap malam minggu • Bermain PS atau membaca komik <p>ZONA 4</p>

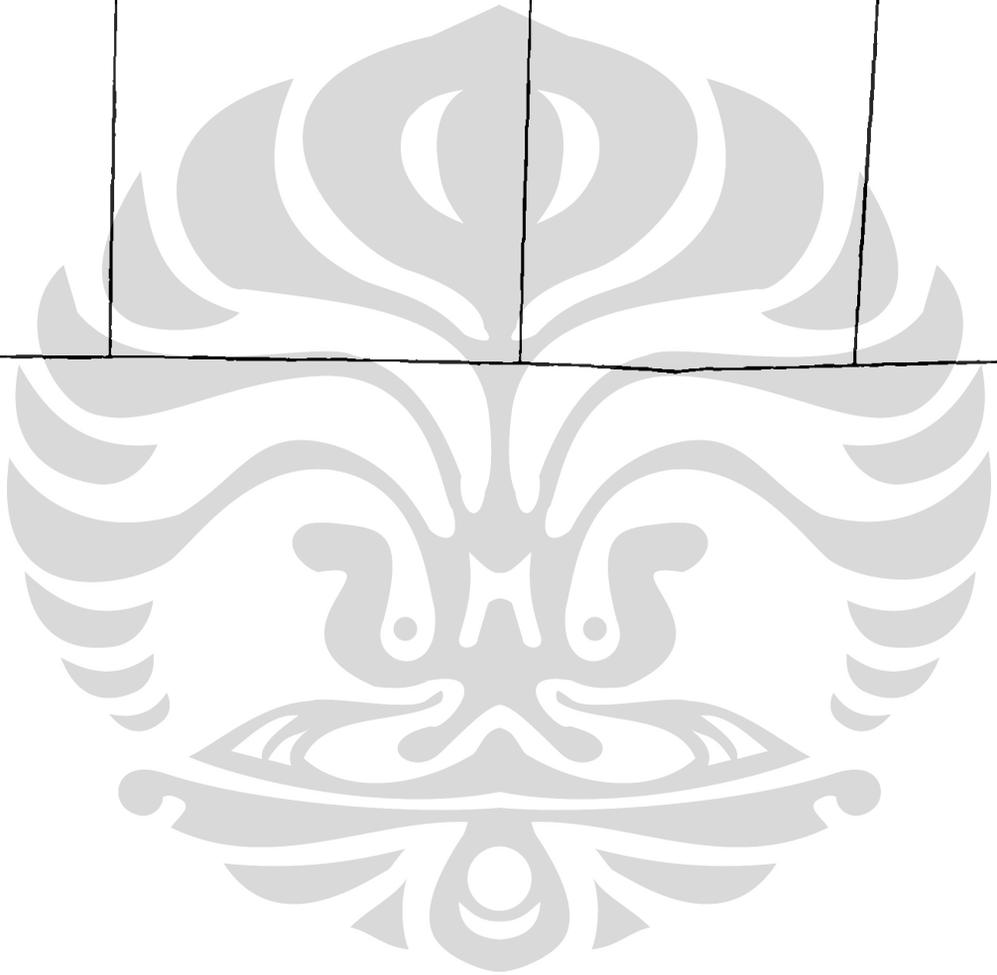
HASIL WAWANCARA PERKEMBANGAN PERILAKU

Aspek	Orang Tua	Teman	Wali Kelas
Hubungan dgn Teman	<ul style="list-style-type: none"> • Semakin membaik, terkadang bersama teman mengerjakan tugas kelompok bersama teman sekolah di rumah. • Terkadang jalan-jalan bersama teman sekolah atau teman SD bila hari libur 	<ul style="list-style-type: none"> • Terkadang masih suka iseng • Sudah tidak mudah marah bila diganggu • Tertarik (pendekatan) dengan teman sekelas (N) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada masalah dengan teman di kelas • Sedang pendulum dengan teman sel (N)
Prestasi Belajar	Peringkat di kelas meningkat (peringkat 5)	Nilai pelajaran semakin baik, terutama pada mata pelajaran Matematika, Keterampilan Jasa	<ul style="list-style-type: none"> • Nilai ulangan semakin baik sehingga peringkat di kelas meningkat • Nilai tugas belum perubahan
Perilaku di kelas	Tidak ada laporan dari guru mengenai perilaku R saat di kelas sehingga menganggap tidak ada masalah	<ul style="list-style-type: none"> • Masih suka berbicara dengan teman yang duduk disamping saat pelajaran, tetapi sudah tidak sesering dulu • Masih main HP di kelas saat guru mengajar tetapi sudah berkurang 	<ul style="list-style-type: none"> • Mendapat laporan guru kalau perilaku di kelas sudah lebih dibanding sebelum meski terkadang berbicara dengan teman yang duduk disebelah terutama saat mengajar.
Task Commitment	<ul style="list-style-type: none"> • Sudah mau mengerjakan tugas • Orang tua tidak pernah 	<ul style="list-style-type: none"> • Sudah mau bekerja kelompok meski terkadang agak susah 	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas kelompok tidak ada masalah • Mendapat laporan

RA PERKEMBANGAN PERILAKU "R"

R	Wali Kelas	Guru BP	R
<p>masih suka mudah anggu pendekatan) n sekelas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada masalah dengan teman di kelas • Sedang pendekatan dengan teman sekelas (N) 	<ul style="list-style-type: none"> • Penyesuaian diri dan pergaulan dengan teman di sekolah semakin baik • Sedang pendekatan dengan teman sekolah (N) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak ada masalah, baik-baik saja • Tidak merasa tertarik dengan teman di kelas (N) • Bermain dengan teman sebaya di rumah setelah pulang sekolah • Hari libur jalan-jalan bersama teman sekolah atau teman SD
<p>semakin pada mata matematika, a</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nilai ulangan semakin baik sehingga peringkat di kelas meningkat • Nilai tugas belum ada perubahan 	<p>Nilai ulangan lebih baik dibandingkan nilai pada semester sebelumnya</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Nilai ulangan beberapa sudah mendapatkan nilai yang baik, tetapi untuk nilai tugas biasa-biasa saja. • Peringkat di kelas meningkat
<p>berbicara an yang aping saat tapi sudah dulu FP di kelas ngajar tetapi ng</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mendapat laporan dari guru kalau perilaku R dikelas sudah lebih baik dibanding sebelumnya meski terkadang suka berbicara dengan teman yang duduk disebelahnya terutama saat guru mengajar. 	<p>Belum mendapat laporan dari guru mengenai perilaku R saat di kelas maupun di sekolah.</p>	<p>Terkadang masih merasa jenuh saat di kelas</p>
<p>u bekerja meski agak susah</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas kelompok tidak ada masalah • Mendapat laporan dari 	<ul style="list-style-type: none"> • Mendapat laporan dari beberapa guru bahwa R masih terlambat 	<ul style="list-style-type: none"> • Tugas kelompok lebih mudah karena dikerjakan bersama

	<p>menyuruh untuk belajar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Belum mendapat laporan dari guru tentang R • Tidak pernah mengecek atau mengawasi R saat mengerjakan tugas 	<p>diajak bila mengerjakan tugas di rumah teman yang lain.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tugas individu masih sering terlambat mengumpulkan 	<p>guru bahwa R s terlambat d mengerjakan tugas masih belum kor atau lengkap pengerjaannya.</p>
--	---	---	---



<p>mengerjakan teman</p> <p>idu masih terlambat</p> <p>n</p>	<p>guru bahwa R sering terlambat dalam mengerjakan tugas dan masih belum komplit atau lengkap hasil pengerjaannya.</p>	<p>mengumpulkan tugas</p>	<p>teman sehingga tidak pernah terlambat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tugas individu masih terlambat tetapi tidak seperti dulu lagi • Belum membuat prioritas untuk melakukan kegiatan sehari-hari. • Mengerjakan tugas setelah pulang sekolah bila tidak merasa capek • Masih merasa belajar membosankan dan belajar ketika mengerjakan tugas saja • Masih suka membaca komik saat belajar • Masih suka bermain PS ketika orang tua tidak ada di rumah meski sudah dilarang.
--	--	---------------------------	---