

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pondok pesantren menjadi salah satu lembaga pendidikan yang memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan spiritual, intelektual, dan sosial santri. Melalui sistem pendidikan berasrama, santri menjalani berbagai kegiatan yang telah terjadwal, seperti ibadah, pengajian, serta mengikuti pendidikan formal. Kondisi ini menuntut santri mampu mengatur waktu, mengendalikan diri, dan bertanggung jawab terhadap proses belajarnya. Namun, tidak semua santri mampu mengelola belajar secara mandiri. Padatnya aktivitas sering membuat santri kesulitan merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan belajar. Oleh karena itu, kemampuan *self-regulated learning* sangat penting untuk mendukung keberhasilan belajar santri di lingkungan pesantren (Nita, 2020).

Self-Regulated Learning (SRL) adalah kemampuan seseorang untuk mengelola proses belajarnya sendiri melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. *Self-Regulated Learning* terdiri dari tiga fase, yaitu *forethought*, *performance*, dan *self-reflection*. Peserta didik dengan SRL yang baik mampu menetapkan tujuan, memilih strategi belajar yang tepat, serta mengevaluasi hasil belajarnya, sehingga berkontribusi pada peningkatan prestasi dan kemandirian belajar (Zimmerman, 2000).

Santri baru sering menghadapi berbagai kesulitan pada masa awal tinggal di pesantren. Mereka perlu menyesuaikan diri dengan lingkungan, aturan, serta tuntutan belajar yang berbeda dari sebelumnya. Banyak di antara mereka mengalami kendala dalam membagi waktu antara kegiatan pesantren dan sekolah, merasa lelah, serta belum mampu menentukan prioritas belajar, sehingga berdampak pada kesiapan dan hasil belajar. Sebagai peserta didik di pesantren, santri memiliki tanggung jawab ganda, yaitu mempelajari ilmu agama dan mengelola belajar secara mandiri. Oleh karena itu, kemampuan *self-regulated learning* (SRL) sangat penting, namun masih banyak santri yang kesulitan mengatur waktu, kurang termotivasi, dan belum memiliki tujuan belajar yang jelas (Rosyidah, 2024).

Padatnya aktivitas di pesantren sering membuat santri kesulitan membagi waktu dan menjaga konsistensi belajar. Kelelahan setelah menjalani kegiatan seharian menyebabkan sebagian santri menjadi pasif, menunda tugas, dan masih bergantung pada arahan orang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan pengaturan diri dalam belajar belum berkembang optimal. Temuan penelitian juga mengungkapkan bahwa tingkat *self-regulated learning* santri masih relatif rendah akibat jadwal yang padat dan minimnya pembinaan keterampilan belajar mandiri (Zimmerman, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2026 di Pondok Pesantren Al Ihya Ulumaddin Putri Kesugihan, ditemukan bahwa masih terdapat santri baru yang mengalami kesulitan dalam mengelola kegiatan belajar secara mandiri, seperti mengatur waktu, menyelesaikan tugas tepat waktu, dan menentukan strategi belajar. Hasil pengukuran awal menunjukkan bahwa terdapat 16 santri baru dengan tingkat *self-regulated learning* kategori rendah, yang kemudian dibagi menjadi 8 santri kelompok eksperimen dan 8 santri kelompok kontrol. Pemilihan santri baru didasarkan pada kondisi mereka yang sedang berada dalam tahap awal penyesuaian dengan aturan, jadwal kegiatan, dan tuntutan belajar di pesantren. Padatnya kegiatan pesantren dipandang sebagai salah satu kondisi lingkungan yang dihadapi santri, bukan sebagai satu-satunya penyebab rendahnya *self-regulated learning*, karena kemampuan tersebut juga dapat dipengaruhi oleh motivasi, kemampuan akademik, dan karakteristik individu. Meskipun *self-regulated learning* penting bagi seluruh santri, penelitian ini difokuskan pada santri baru agar sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan subjek penelitian.

Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi ideal dan kenyataan di lapangan. Secara ideal, santri diharapkan mampu mengatur proses belajarnya secara mandiri, namun pada kenyataannya sebagian santri masih mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, merencanakan, dan mengelola strategi belajar. Selain itu, penelitian tentang peningkatan *self-regulated learning* pada santri melalui layanan bimbingan

kelompok dengan teknik *problem solving* masih terbatas. Penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada siswa sekolah umum dan mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dalam meningkatkan *self-regulated learning* pada santri.

Berdasarkan kondisi tersebut juga, diperlukan layanan pendampingan yang dapat membantu santri mengatasi kesulitan belajar. Salah satu layanan yang tepat adalah bimbingan kelompok karena memberikan kesempatan bagi santri untuk saling berbagi pengalaman, berdiskusi, dan menemukan solusi melalui dinamika kelompok. Bimbingan kelompok merupakan layanan bantuan yang diberikan dalam suasana kelompok untuk membahas permasalahan pendidikan, pribadi, sosial, maupun karier (Jahju, 2022). Penelitian juga menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* efektif meningkatkan kemandirian belajar siswa (Nisa, 2023).

Bimbingan kelompok bertujuan membantu anggota memahami dan menerima dirinya secara lebih positif. Layanan ini juga mendorong tumbuhnya rasa percaya diri serta penghargaan terhadap diri sendiri. Melalui dinamika kelompok, peserta didik dapat mengembangkan keterampilan sosial dan kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Selain itu, bimbingan kelompok melatih kemampuan mengarahkan diri dan memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, peserta didik diharapkan mampu menetapkan tujuan yang

realistis dan bertanggung jawab terhadap perkembangan dirinya (Rismi, 2022).

Menurut Wanda dan Ahmad (2023) dalam artikel Kemampuan *self-regulated learning* (SRL) sangat penting dimiliki oleh santri agar mampu mengelola, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Namun, berbagai temuan menunjukkan bahwa tingkat *self-regulated learning* santri masih relatif rendah, terutama dalam hal pengaturan waktu, motivasi, dan perencanaan belajar.

Menurut Zimmerman (2016) *self-regulated learning* dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu komitmen terhadap tujuan belajar, keyakinan diri (*self-efficacy*), dan penggunaan strategi pembelajaran. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan siswa terhadap kemampuannya berhubungan erat dengan motivasi dan penerapan strategi belajar mandiri; semakin efektif strategi yang digunakan, semakin tinggi pula keberhasilan yang dicapai. Zimmerman juga menjelaskan tiga aspek pengaturan diri, yaitu metakognitif (kesadaran dan pengelolaan proses berpikir), motivasi (dorongan untuk mengendalikan diri berdasarkan keyakinan akan kemampuan), dan perilaku (upaya mengatur tindakan serta memanfaatkan lingkungan yang mendukung belajar).

Self regulated learning adalah kemampuan individu yang sangat penting dalam mendorong kreativitas dan faktor eksternal juga memengaruhi tingkat kreatifitas peserta didik seperti penggunaan model pembelajaran yang kurang efektif (Oktariani, 2024). *Self regulated*

learning yang ada di dalam diri santri membuat santri siap untuk mengikuti kegiatan belajar karena rasa tanggung jawab dan alasan di dalam diri santri. Sehingga santri dapat mengontrol waktu mereka untuk mencapai tujuan pembelajaran mereka (Wanda & Ahmad, 2023).

Penerapan teknik *problem solving* dalam bimbingan kelompok mendorong santri untuk terlibat aktif dalam mengatasi kesulitan belajarnya. Santri dibimbing untuk mengidentifikasi permasalahan, merumuskan alternatif solusi, serta menilai hasil yang diperoleh. Proses ini melatih kemampuan merencanakan, memantau, dan mengevaluasi diri sebagai bagian dari *self-regulated learning*. Secara umum, *problem solving* merupakan teknik pembelajaran yang mengajak peserta didik memecahkan masalah berdasarkan fakta atau peristiwa yang ada, kemudian menentukan solusi yang tepat atas permasalahan yang dihadapi (Shidiq, 2024).

Pendekatan *problem solving* merupakan metode penyampaian materi yang menjadikan masalah sebagai dasar pembahasan untuk dianalisis dan dipadukan guna menemukan solusi oleh peserta didik. Permasalahan tersebut dapat berasal dari guru, hasil kesepakatan antara guru dan siswa, maupun dari siswa sendiri, yang selanjutnya dibahas dan dipecahkan melalui kegiatan pembelajaran (Dwi, 2018).

Pendekatan *problem solving* mempunyai suatu kelebihan yaitu : menghubungkan pengajaran dengan kehidupan sehari-hari, karena masalah yang diangkat dalam kegiatan belajar mengajar diambil dari kehidupan anak didik sehari-hari, dapat merangsang kemampuan intelektual dan daya pikir

anak didik, dapat melatih dan membiasakan anak didik untuk menghadapi dan memecahkan masalah secara cermat, mampu melatih anak didik untuk berpikir secara sistematis dan menghubungkannya dengan masalah–masalah lainnya, karena dalam kehidupan senantiasa dihadapkan pada masalah-masalah yang menuntut pemecahan secara sistematis (Dwi, 2018).

Teknik lain tidak dipilih dalam penelitian ini karena dinilai memiliki keterbatasan jika dikaitkan dengan peningkatan *self-regulated learning*. Teknik *punishment* berisiko menurunkan motivasi dan membuat santri bergantung pada kontrol dari luar. *Modeling* lebih tepat untuk mencontohkan perilaku baru, bukan melatih pengaturan diri secara mandiri. *Positive reinforcement* efektif memperkuat perilaku yang sudah ada, tetapi kurang menekankan proses perencanaan, pemantauan, dan evaluasi belajar. Sementara itu, desensitisasi umumnya digunakan untuk mengatasi fobia atau kecemasan, sehingga kurang relevan dengan masalah belajar. Pemberian hadiah dan hukuman juga belum optimal dalam menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab, sehingga teknik *problem solving* dianggap lebih sesuai dengan tujuan penelitian (Setiawan, 2024).

Alasan memilih teknik ini menurut Alyani, teknik *problem solving* dipilih karena lebih tepat untuk mengembangkan *self-regulated learning*, yakni kemampuan mengatur, mengontrol, memantau, dan mengevaluasi proses belajar secara mandiri. Berbeda dengan *punishment* yang menekankan kontrol eksternal dan berisiko menurunkan motivasi, *modeling* yang berfokus pada peniruan, *positive reinforcement* yang hanya

memperkuat perilaku yang sudah ada, serta desensitisasi yang digunakan untuk mengatasi kecemasan, teknik *problem solving* menempatkan konseli sebagai pihak yang aktif. Melalui teknik ini, konseli dilatih mengenali masalah, menyusun alternatif solusi, dan menilai keberhasilan strategi yang digunakan, sehingga lebih efektif dalam menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab belajar sebagai inti dari *self-regulated learning* (Wulandari & Alyani, 2022).

Menurut Narawidia dkk., teknik *problem solving* dianggap lebih efektif dibandingkan teknik lainnya karena secara langsung melatih kemampuan *self-regulated learning* dalam proses pembelajaran. Berbeda dengan *punishment* yang bertumpu pada kontrol dari luar, *modeling* yang menekankan peniruan perilaku, serta *positive reinforcement* yang sekadar memperkuat perilaku yang sudah terbentuk, teknik *problem solving* menuntut keterlibatan aktif individu dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi belajarnya. Oleh sebab itu, teknik ini dinilai lebih mampu meningkatkan kemandirian dan tanggung jawab belajar (Narawidia et al., 2022).

Penulis merujuk pada penelitian yang relevan mengenai bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self-regulated learning*, yaitu Penelitian tersebut berjudul “Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Time Management* sebagai Upaya Peningkatan *Self-Regulated Learning* Mahasiswa Manajemen Pendidikan Islam IAI Ngawi Tahun 2020/2021”. Tujuan penelitian ini adalah meningkatkan kemampuan pengaturan diri

akademik mahasiswa melalui layanan bimbingan kelompok berbasis manajemen waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mengikuti layanan tersebut, *self-regulated learning* mahasiswa meningkat. Peningkatan terlihat dari kedisiplinan mengumpulkan tugas, kemampuan mengatur waktu, menyusun rencana belajar, serta memantau pelaksanaan jadwal. Selain itu, mahasiswa juga lebih mampu mengurangi tekanan akibat pengelolaan waktu yang kurang baik. Dengan demikian, bimbingan kelompok dengan pendekatan time management terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan *self-regulated learning* mahasiswa (Dananier & Khotimah, 2021).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bimbingan kelompok efektif meningkatkan regulasi diri siswa. Penelitian Nisa (2023) pada siswa SMK membuktikan bahwa teknik *problem solving* dapat meningkatkan kemandirian dan pengelolaan belajar. Namun, penelitian tersebut dilakukan di sekolah umum. Penelitian tentang penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan *self-regulated learning* pada santri di pesantren masih terbatas. Padahal, pesantren memiliki karakteristik khusus seperti jadwal yang padat dan sistem berasrama, sehingga memerlukan pendekatan yang sesuai dengan kondisi tersebut. Hal inilah yang menjadi kebaruan dalam penelitian ini (Nisa, 2023).

Kondisi santri di pesantren, khususnya santri baru yang masih mengalami kesulitan dalam mengatur belajar secara mandiri, maka penelitian tentang Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan

Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan *Self-Regulated Learning* pada Santri penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan kemandirian belajar santri di lingkungan pesantren (Zimmerman & Schunk, 2011).

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan intervensi yang mampu melatih santri mengelola masalah belajar secara sistematis melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. Layanan bimbingan kelompok memungkinkan peserta saling berbagi pengalaman dan belajar melalui dinamika kelompok, sedangkan teknik *problem solving* membantu individu mengidentifikasi masalah, merumuskan alternatif solusi, serta mengambil keputusan secara rasional dan terarah (Corey, 2026). Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dipilih sebagai strategi intervensi yang relevan dan kontekstual di lingkungan pesantren untuk meningkatkan kemampuan *self-regulated learning* santri.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang berkaitan dengan *self-regulated learning* di pondok pesantren sebagai berikut:

1. Sebagian santri masih mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar secara mandiri.
2. Sebagian santri belum mampu mempertahankan motivasi belajar secara konsisten.

3. Sebagian santri masih mengalami kesulitan dalam merencanakan dan mengelola strategi belajar secara mandiri.
4. Padatnya kegiatan di lingkungan pesantren menjadi salah satu kondisi yang perlu diperhatikan dalam pengelolaan proses belajar santri.

Identifikasi tersebut merupakan permasalahan yang ditemukan dalam studi pendahuluan dan menjadi fokus dalam penelitian ini. Selain permasalahan tersebut, terdapat kemungkinan faktor lain yang berkaitan dengan *self-regulated learning*, seperti kemampuan akademik, motivasi, dan karakteristik individu, tetapi faktor-faktor tersebut tidak menjadi fokus penelitian.

C. Batasan Masalah

Untuk menjaga agar fokus penelitian tetap jelas dan terarah, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Subjek penelitiannya adalah santri putri yang baru masuk di pondok pesantren al ihya ulumaddin
2. Variabel penelitian yang terdapat yaitu variabel independen adalah bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dan variabel dependen adalah peningkatan *self-regulated learning*. Peningkatan *self-regulated learning* ini akan diukur menggunakan kuesioner *self-regulated learning* yang sudah tervalidasi.
3. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental design* model *nonequivalent control group design*.

4. Lokasi untuk penelitian yaitu lingkungan putri pondok pesantren Al Ihya Ulumaddin Kesugihan.
5. Perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving diberikan sebanyak 4 sesi, masing-masing berdurasi 60 menit, selama 2 minggu.
6. Subjek penelitian dipilih dari santri yang memiliki *tingkat self-regulated learning* rendah berdasarkan hasil pretest menggunakan skala *self-regulated learning*, yaitu santri yang memperoleh skor berada pada kategori rendah atau sesuai norma instrumen yang digunakan.
7. Periode penelitian adalah pengumpulan data yang akan dilakukan dalam periode tertentu selama proses penelitian berlangsung sesuai dengan jadwal akademik pondok pesantren dan ketersediaan subjek penelitian.

D. Fokus dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana kondisi *self-regulated learning* santri sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*?
2. Apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat meningkatkan *self-regulated learning* santri?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kondisi *self-regulated learning* santri sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*.
2. Untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dapat meningkatkan *self-regulated learning* santri.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan konseptual bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya mengenai layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dalam meningkatkan *self-regulated learning* santri. Kemampuan *self-regulated learning* mencakup kemampuan dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajar secara mandiri (Zimmerman, 2000). Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan layanan bimbingan yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan belajar mandiri pada santri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Konselor Sekolah atau Pesantren

Penelitian ini bermanfaat bagi konselor karena dapat menjadi panduan dalam memilih dan menerapkan layanan bimbingan kelompok yang efektif. Hasil penelitian memberi gambaran bahwa teknik *problem solving* dapat membantu santri mengatasi masalah belajar dan meningkatkan kemandirian belajar, sehingga konselor dapat memanfaatkan dalam program layanan BK (Prayitno, 2022).

b. Bagi Santri

Penelitian ini dapat memberi pengalaman belajar yang membantu mereka lebih mandiri dalam mengatur proses belajar. Melalui bimbingan kelompok, santri belajar memahami masalah belajar yang dihadapi, mencari Solusi, serta memperbaiki cara belajar agar lebih terarah (Zimmerman, 2016)

c. Bagi Pengelola Pondok Pesantren

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai masukan dalam pengembangan program pembinaan akademik di pesantren. Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat mendukung perkembangan pesantren dapat mengembangkan program yang lebih sesuai dengan kebutuhan mereka (Prayitno, 2022).

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai layanan bimbingan kelompok, teknik *problem solving*, dan *self-regulated learning* pada lingkungan pendidikan yang berbeda.