

## **PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN METODE *PROBLEM BASED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMPN 7 PALEMBANG**

**Dila Julianti<sup>1</sup> Amrina Jaya<sup>2</sup> Fadhlina Rozzaqyah<sup>3</sup>**

<sup>1/2/3</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya  
e-mail: fadhlina@fkip.ac.id

### **ABSTRAK**

Disiplin belajar merupakan faktor penting dalam mendukung keberhasilan akademik peserta didik. Namun, kenyataannya masih banyak peserta didik yang menunjukkan kurangnya kesadaran dalam mengatur waktu belajar dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan bimbingan kelompok dengan metode Problem Based Learning (PBL) dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMP Negeri 7 Palembang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan (action research) dengan model siklus yang meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian berjumlah delapan peserta didik kelas IX yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui pretest dan posttest berupa soal pilihan ganda untuk mengukur pemahaman manajemen waktu. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor rata-rata dari 50 pada pretest menjadi 88,75 pada posttest. Hasil analisis N-Gain sebesar 0,79 (79,23%) menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan metode PBL sangat efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Dengan demikian, pendekatan ini dapat menjadi solusi alternatif dalam menangani permasalahan kedisiplinan belajar di sekolah.

**Kata kunci:** *bimbingan kelompok, kedisiplinan belajar, problem based learning*

### **ABSTRACT**

*Learning discipline is an essential factor in supporting students' academic success. However, many students still show a lack of awareness in managing their study time and completing assignments on time. This study aims to determine the effectiveness of implementing group counseling using the Problem-Based Learning (PBL) method to improve students' learning discipline at SMP Negeri 7 Palembang. This research employed an action research design with a cyclical model consisting of planning, implementation, observation, and reflection stages. The research subjects were eight ninth-grade students selected through purposive sampling. Data were collected using pretest and posttest in the form of multiple-choice questions to assess time management understanding. The results showed an increase in the average score from 50 (pretest) to 88.75 (posttest). The N-Gain analysis result of 0.79 (79.23%) indicates that the implementation of group counseling with the PBL method is highly effective in improving students' learning discipline. Therefore, this approach can be an alternative solution to address learning discipline issues in schools.*

**Keywords:** *group counseling, learning discipline, problem-based learning*

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan memiliki peran sentral dalam membentuk karakter dan kepribadian peserta didik, tidak hanya dari aspek kognitif tetapi juga dalam pengembangan sikap dan perilaku. Salah satu aspek penting yang menjadi indikator keberhasilan proses pendidikan adalah "kedisiplinan belajar". Sayangnya, permasalahan terkait rendahnya kedisiplinan belajar masih menjadi tantangan di berbagai satuan pendidikan, termasuk di SMPN 7



Palembang. Fenomena seperti keterlambatan mengumpulkan tugas, ketidakhadiran tanpa alasan yang jelas, serta kurangnya tanggung jawab dalam mengikuti kegiatan pembelajaran mencerminkan perlunya perhatian lebih dalam membentuk sikap disiplin siswa.

Kedisiplinan belajar merupakan bentuk kepatuhan peserta didik terhadap aturan dan norma yang mengatur proses belajar, baik yang bersumber dari luar maupun yang berasal dari kesadaran pribadi. Menurut Hurlock (1990), kedisiplinan adalah proses pembelajaran untuk mengembangkan pengendalian diri, sehingga seseorang dapat bertindak sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku. Sedangkan menurut Suryabrata (2004), kedisiplinan belajar adalah sikap mental yang tercermin dalam perilaku konsisten dan tertib dalam menjalankan kewajiban akademik. Sikap ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal seperti motivasi, minat, dan kondisi emosional, maupun faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, gaya mengajar guru, dan dinamika kelas (Slameto, 2010).

Kedisiplinan belajar membawa dampak yang signifikan dalam dunia pendidikan. Dampak positifnya antara lain peningkatan prestasi akademik, pengembangan tanggung jawab, dan kesiapan menghadapi tantangan belajar. Sebaliknya, kedisiplinan yang rendah dapat memicu berbagai dampak negatif seperti menurunnya performa akademik, terbentuknya kebiasaan menunda-nunda, hingga munculnya sikap tidak peduli terhadap proses pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai disiplin dalam diri siswa sejak dini.

Salah satu pendekatan yang relevan dan efektif untuk membentuk serta meningkatkan kedisiplinan belajar adalah melalui bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan membantu siswa mengembangkan potensi dirinya melalui dinamika kelompok yang terarah. Prayitno (2004) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah proses bantuan kepada individu dalam kelompok yang dirancang untuk mendorong perkembangan pribadi dan sosial secara optimal. Winkel (2005) juga menambahkan bahwa bimbingan kelompok menciptakan ruang reflektif bagi peserta didik untuk saling bertukar pengalaman, membangun empati, dan belajar mengelola perilaku secara mandiri.

Agar bimbingan kelompok berjalan lebih menarik dan kontekstual, perlu dikombinasikan dengan metode pembelajaran yang mampu mengaktifkan peran siswa secara langsung. Salah satu metode yang sesuai adalah Problem Based Learning (PBL). PBL merupakan pendekatan pembelajaran yang menitikberatkan pada penyelesaian masalah nyata sebagai stimulus belajar. Barrows & Tamblyn (1980) menyebutkan bahwa PBL mendorong siswa untuk berpikir kritis, bekerja kolaboratif, dan mengembangkan rasa tanggung jawab terhadap proses belajar. Dalam konteks kedisiplinan, PBL memiliki keunggulan karena menuntut keterlibatan aktif, konsistensi dalam proses, dan penyelesaian tugas tepat waktu.

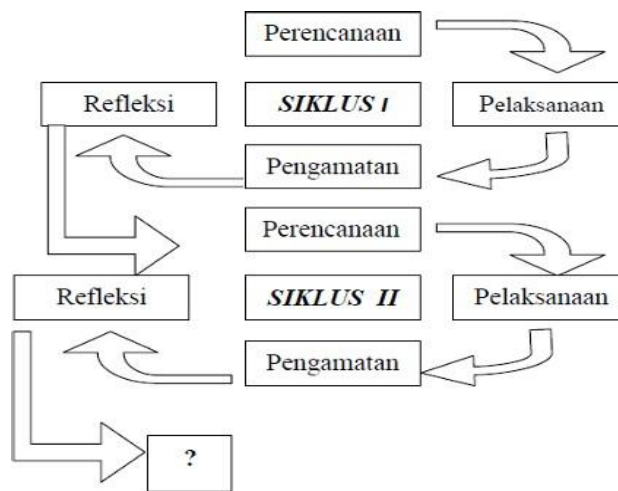
Penelitian oleh Suwandi (2021) menunjukkan bahwa penerapan PBL dalam pembelajaran di tingkat SMP meningkatkan kedisiplinan belajar siswa sebesar 28%,



ditunjukkan melalui meningkatnya kehadiran, ketepatan waktu mengerjakan tugas, dan partisipasi aktif di kelas. Hal ini membuktikan bahwa integrasi antara bimbingan kelompok dan metode PBL berpotensi menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMPN 7 Palembang. Dengan demikian, artikel ini akan membahas bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok yang dipadukan dengan metode Problem Based Learning dapat menjadi solusi inovatif dalam membentuk dan meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik secara sistematis dan terarah.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK), dengan menggunakan model tindakan yang dikembangkan oleh Kemmis dan McTaggart (Audinah et al., 2024, hlm. 54). Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi (Arikunto, 2021, hlm.42).



Gambar 1. Siklus Penelitian Tindakan

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 7 Palembang, dimulai pada 17 Februari 2025 hingga 17 April 2025. Pelaksanaan siklus pertama dilakukan pada 20 Februari 2025, sementara siklus kedua berlangsung pada 17 April 2025. Subjek penelitian berjumlah delapan siswa kelas IX 9 SMP Negeri 7 Palembang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan hasil AKPD. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data berupa tes pretest dan posttest sebanyak 10 butir soal pilihan ganda yang mengukur pemahaman tentang manajemen waktu. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis N-Gain Score untuk membandingkan hasil pretest dan posttest pemahaman manajemen waktu para peserta didik.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

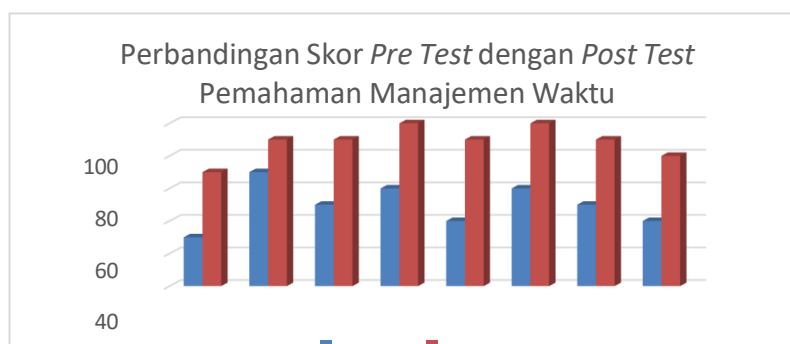
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan **layanan bimbingan kelompok dengan metode Problem Based Learning (PBL)** dalam meningkatkan **kedisiplinan belajar** peserta didik. Permasalahan kedisiplinan belajar masih sering dijumpai di kalangan siswa, khususnya pada jenjang pendidikan menengah pertama, yang ditandai dengan rendahnya kesadaran dalam mematuhi jadwal belajar,



mengerjakan tugas tepat waktu, serta mengikuti aturan yang berlaku di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan layanan yang mampu mengatasi masalah tersebut secara lebih mendalam dan partisipatif. Salah satu pendekatan yang relevan adalah metode *Problem Based Learning* dalam layanan bimbingan kelompok, yang mengajak siswa terlibat secara aktif dalam mengenali dan menyelesaikan permasalahan mereka sendiri (Hidayati & Prasetyo, 2021).

Tabel 1. Deskripsi Data Peningkatan Kedisiplinan Belajar Setiap Peserta Didik

No.	Nama	Pre-Test	Post-Test	Selisih	Skor Ideal	N-Gain	N-Gain Score (%)
1	AD	30	70	40	70	0,57	57,14
2	NA	70	90	20	30	0,67	66,67
3	DR	50	90	40	50	0,80	80,00
4	KH	60	100	40	40	1,00	100,00
5	FM	40	90	50	60	0,83	83,33
6	FP	60	100	40	40	1,00	100,00
7	EA	50	90	40	50	0,80	80,00
8	AY	40	80	40	60	0,67	66,67
<b>Rata-rata (Mean)</b>	-	<b>50,00</b>	<b>88,75</b>	<b>38,75</b>	<b>50,00</b>	<b>0,79</b>	<b>79,23</b>



Berdasarkan hasil pretest dan posttest terhadap delapan peserta didik kelas IX 9 SMP Negeri 7 Palembang, diperoleh **peningkatan skor yang signifikan** dalam hal kedisiplinan belajar. Rata-rata skor pretest sebelum layanan diberikan adalah **50**, sedangkan skor posttest meningkat menjadi **88,75**, sehingga terdapat selisih peningkatan sebesar **38,75 poin**. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memiliki pengaruh positif terhadap perubahan perilaku belajar siswa. Untuk menilai tingkat efektivitas dari peningkatan tersebut, digunakan analisis **N-Gain Score**, yang dalam penelitian ini menghasilkan nilai rata-rata sebesar **0,79 atau 79,23%**.

Berdasarkan klasifikasi efektivitas menurut Hake (1999), nilai N-Gain antara  $0,7 \leq g < 1,0$  termasuk dalam kategori **tinggi**, yang berarti bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode PBL sangat efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Wibowo dan Nurdin (2022), yang menemukan bahwa metode PBL dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan keterlibatan aktif siswa serta memfasilitasi pembentukan sikap bertanggung jawab terhadap proses belajarnya.

Secara individual, sebagian besar peserta menunjukkan peningkatan signifikan. Misalnya, dua peserta didik berinisial **KH dan FP** mencapai nilai N-Gain sebesar **1,00 (100%)**, yang menunjukkan **peningkatan maksimal**. Ini berarti mereka mengalami perubahan sikap belajar yang sangat baik setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Sementara peserta lain seperti **DR, FM, dan EA** mencatat skor N-Gain antara **0,80–0,83**, yang masih dalam kategori **tinggi**. Adapun siswa seperti **AD dan AY**, meskipun menunjukkan peningkatan yang lebih rendah, tetap mencatat skor N-Gain sebesar **0,57 (57,14%)** dan **0,67 (66,67%)**, yang termasuk dalam kategori **sedang menuju tinggi** (Utami & Sari, 2023).

Peningkatan ini tidak terjadi secara kebetulan, melainkan merupakan hasil dari proses bimbingan kelompok yang dirancang secara sistematis menggunakan pendekatan PBL. Dalam setiap sesi, peserta diajak untuk mengidentifikasi permasalahan yang mereka hadapi terkait dengan kedisiplinan belajar, menganalisis faktor penyebabnya, dan mendiskusikan solusi secara berkelompok. Kegiatan ini melibatkan mereka secara aktif, sehingga siswa merasa memiliki peran dalam proses perubahan dirinya. Penelitian oleh Rahman dan Cahyono (2024) juga menunjukkan bahwa pendekatan PBL membantu siswa mengembangkan kesadaran diri, keterampilan berpikir kritis, serta meningkatkan motivasi intrinsik mereka untuk belajar lebih disiplin.

Selain itu, pendekatan kelompok memungkinkan siswa saling belajar dari pengalaman teman-temannya, memberikan dukungan emosional, serta membangun rasa tanggung jawab sosial terhadap kemajuan bersama. Hal ini sangat penting dalam membentuk karakter siswa secara lebih menyeluruh (Putri & Hapsari, 2021). Lingkungan kelompok yang suportif dan terbuka turut memperkuat dampak positif dari proses bimbingan yang dilakukan.

Dengan demikian, berdasarkan data empiris dan dukungan teori terkini, dapat disimpulkan bahwa **penerapan bimbingan kelompok dengan metode Problem Based Learning terbukti efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik**, khususnya di tingkat SMP. Pendekatan ini mampu menciptakan pengalaman belajar yang reflektif, bermakna, dan memberdayakan siswa untuk berubah. Oleh karena itu, layanan seperti ini sangat layak untuk terus dikembangkan dan diterapkan secara lebih luas di lingkungan pendidikan, khususnya sebagai bagian dari strategi pengembangan karakter siswa di sekolah.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan **bimbingan kelompok dengan metode Problem Based Learning (PBL) terbukti efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik** kelas IX 9 di SMP Negeri 7 Palembang. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata dari pretest sebesar 50 menjadi posttest sebesar 88,75, dengan selisih rata-rata sebesar 38,75 poin. Analisis N-Gain menghasilkan skor rata-rata sebesar 0,79 atau 79,23%, yang termasuk dalam kategori tinggi.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan PBL dalam bimbingan kelompok mampu mendorong peserta didik untuk lebih memahami, menyadari, dan memperbaiki perilaku kedisiplinan belajar melalui proses diskusi, pemecahan masalah, serta refleksi bersama. Selain meningkatkan kedisiplinan belajar, metode ini juga mengembangkan kemampuan berpikir kritis, tanggung jawab, dan kesadaran diri siswa dalam menjalani



kewajiban akademiknya. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan PBL dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi yang efektif dalam mengatasi permasalahan kedisiplinan belajar di sekolah.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Audinah, A., Sumarni, L., & Pratama, R. (2024). Implementasi Model Penelitian Tindakan Kemmis dan McTaggart dalam Praktik Konseling. *Jurnal Penelitian Tindakan Pendidikan*, 10(1), 54–63.
- Barrows, H. S., & Tamblyn, R. M. (1980). *Problem-Based Learning: Pendekatan dalam Pendidikan Kedokteran*. New York: Springer Publishing Company.
- Hake, R. R. (1999). *Analisis Skor Perubahan/Gain*. Indiana University. Diakses dari <http://www.physics.indiana.edu/~sdi/AnalyzingChange-Gain.pdf>
- Hidayati, N., & Prasetyo, R. (2021). Efektivitas Problem-Based Learning dalam Layanan Konseling Kelompok. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 4(2), 113–121.
- Hurlock, E. B. (1990). *Perkembangan Anak* (Edisi ke-6). New York: McGraw-Hill.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, M. A., & Hapsari, L. D. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Peningkatan Disiplin Belajar Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 80–89.
- Rahman, M. A., & Cahyono, R. (2024). Problem-Based Learning sebagai Strategi Konseling untuk Mengembangkan Keterampilan Sosial dan Akademik. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Konseling*, 8(1), 59–68.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabrata, S. (2004). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Suwandi, A. (2021). Dampak Problem-Based Learning terhadap Disiplin Siswa di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Praktik Pendidikan Inovatif*, 5(2), 70–78.
- Utami, D. L., & Sari, M. W. (2023). Analisis Skor N-Gain dalam Mengevaluasi Efektivitas



Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 9(2), 120–127.

Wibowo, H., & Nurdin, A. (2022). Implementasi Model PBL untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar Siswa SMP. *EduCounsel: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 45–52.

Winkel, W. S. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Lembaga Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

