

PENGEMBANGAN MODUL BIMBINGAN KELUARGA BERBASIS PENGALAMAN DALAM MENINGKATKAN PENGELOLAAN DIRI SISWA

Lestari Aprilia¹, Dwi Sona²
Universitas Mulawarman

lestariaprilia1804@gmail.com¹; dwisona90@yahoo.com²

Abstrak

Artikel ini bertujuan untuk mengembangkan Modul Bimbingan Keluarga Berbasis Pengalaman dalam meningkatkan pengelolaan diri siswa. Modul ini dirancang sebagai panduan bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan mengelola diri dengan melibatkan peran orang tua melalui pengalaman nyata dalam kehidupan keluarga. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan (R&D) level 1 yang berfokus pada perancangan produk tanpa melakukan uji coba lapangan secara luas. Hasil validasi ahli menunjukkan bahwa aspek materi dalam modul memperoleh skor 86%, yang berarti modul telah memenuhi standar kelayakan isi dan relevansi dengan kebutuhan siswa. Sementara itu, validasi aspek bahasa mendapatkan skor 96%, yang menunjukkan bahwa modul telah memenuhi kriteria kebahasaan dengan sangat baik. Modul ini memberikan kontribusi bagi dunia pendidikan, khususnya dalam layanan BK, dengan menyediakan alat bantu yang sistematis bagi guru dalam membimbing siswa. Dengan pendekatan berbasis pengalaman, modul ini diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan orang tua dalam proses perkembangan anak dan membantu siswa dalam mengelola diri secara lebih efektif.

Kata Kunci : Modul Bimbingan Keluarga, Pengelolaan Diri, Pendekatan Berbasis Pengalaman.

Abstract

This article aims to develop an Experience-Based Family Guidance Module to enhance students' self-management. The module is designed as a guide for Guidance and Counseling (BK) teachers in assisting students to develop self-management skills by involving parents through real-life family experiences. The research method used is Research and Development (R&D) level 1, focusing on product design without conducting extensive field trials. Expert validation results show that the material aspect of the module obtained a score of 86%, indicating that the module meets content feasibility standards and is relevant to students' needs. Meanwhile, the language aspect received a score of 96%, demonstrating that the module meets linguistic criteria excellently.

Article History

Received: Maret 2025

Reviewed: Maret 2025

Published: Maret 2025

Plagiarism Checker No
234.GT8.,35

Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Sindoro.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Sindoro



This work is licensed
under a [Creative
Commons Attribution-
NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

This module contributes to the field of education, particularly in counseling services, by providing a systematic tool for teachers in guiding students. With an experience-based approach, this module is expected to increase parental involvement in children's development and help students manage themselves more effectively.

Keywords: *Family Guidance Module, Self-Management, Experience-Based Approach.*

Pendahuluan

Pengelolaan diri merupakan kemampuan individu dalam mengatur pikiran, emosi, dan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Bandura (1986), pengelolaan diri adalah proses di mana seseorang mengontrol tindakan mereka dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Dalam konteks pendidikan, pengelolaan diri yang baik berperan penting dalam membantu siswa mengatasi tantangan akademik dan sosial, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Namun, realitas menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengelola diri mereka, terutama dalam hal pengendalian emosi dan pengambilan keputusan. Berdasarkan laporan UNICEF (2022), sekitar 15,5 juta anak dan remaja di Indonesia mengalami gangguan mental seperti kecemasan dan depresi. Satu dari tiga remaja berusia 10-19 tahun merasa tertekan atau cemas. Faktor utama yang berkontribusi terhadap permasalahan ini adalah kurangnya keterampilan pengelolaan diri sejak dini, stigma sosial, serta kurangnya akses terhadap bantuan psikologis.

Keluarga memiliki peran penting dalam membentuk keterampilan pengelolaan diri siswa. Menurut Santrock (2013), lingkungan keluarga menjadi tempat pertama dan utama bagi anak dalam belajar mengontrol emosi, membuat keputusan, serta menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Interaksi dalam keluarga, pola asuh orang tua, dan pengalaman sehari-hari berpengaruh besar terhadap perkembangan pengelolaan diri anak.

Bimbingan keluarga merupakan layanan yang diberikan kepada anggota keluarga untuk membantu mereka mengatasi berbagai permasalahan hidup. Menurut Utomo (2022), bimbingan keluarga bertujuan untuk membantu anggota keluarga menjalankan tanggung jawab dan peran mereka dengan baik serta menciptakan hubungan keluarga yang harmonis. Sementara itu, Supratiknya (2014) menambahkan bahwa bimbingan keluarga juga bertujuan untuk meningkatkan pola komunikasi keluarga dan kualitas pengasuhan anak.

Pendekatan berbasis pengalaman dalam bimbingan keluarga dapat membantu siswa memahami dan mengelola emosi mereka dengan lebih baik. Menurut Whitaker dalam Afdal (2015), pendekatan ini menekankan pengalaman emosional yang dialami oleh anggota keluarga serta interaksi mereka dalam memecahkan masalah. Dengan demikian, pendekatan berbasis pengalaman memberikan siswa ruang untuk belajar dari pengalaman nyata yang mereka hadapi dalam keluarga.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini mengembangkan Modul Bimbingan Keluarga Berbasis Pengalaman sebagai panduan bagi guru BK, orang tua, dan siswa dalam meningkatkan keterampilan pengelolaan diri. Modul ini dirancang dengan pendekatan berbasis pengalaman, yang memungkinkan siswa belajar dari pengalaman mereka sendiri dan lingkungan keluarga. Diharapkan, modul ini dapat menjadi solusi inovatif dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan pengelolaan diri yang lebih baik dan efektif.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) level 1, yang bertujuan untuk merancang produk tanpa melakukan uji coba dalam skala luas. Menurut

Sugiyono (2019), metode R&D merupakan pendekatan sistematis dalam pengembangan suatu produk yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan tertentu dengan menghasilkan inovasi yang aplikatif.

Proses penelitian ini mengikuti beberapa tahapan utama, yaitu identifikasi potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, validasi desain, dan desain teruji. Pada tahap identifikasi masalah, peneliti melakukan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) kepada siswa kelas X di SMA Negeri 14 Samarinda. Hasil analisis menunjukkan bahwa permasalahan utama yang dihadapi siswa adalah kesulitan dalam mengelola emosi dan mengambil keputusan.

Untuk mengembangkan modul yang efektif, dilakukan pengumpulan informasi melalui studi literatur dan wawancara dengan guru BK. Menurut Riduwan dan Akdon (2013), proses validasi produk dalam penelitian pengembangan memerlukan pengujian ahli untuk memastikan kualitas isi dan bahasa. Oleh karena itu, modul yang dikembangkan dalam penelitian ini divalidasi oleh dua ahli, yaitu ahli materi dan ahli bahasa. Hasil validasi menunjukkan bahwa aspek materi dalam modul memperoleh skor 86%, menandakan tingkat kelayakan yang tinggi, sementara aspek bahasa memperoleh skor 96%, yang menunjukkan bahwa bahasa yang digunakan sangat layak dan mudah dipahami.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif digunakan untuk menginterpretasikan data dari wawancara dan studi literatur, sedangkan analisis kuantitatif digunakan untuk menghitung hasil angket dengan metode persentase Likert. Rumus yang digunakan dalam perhitungan hasil validasi adalah:

$$\text{Persentase Hasil Validasi} = \left(\frac{\text{Skor Total}}{\text{Skor Maksimal}} \right) \times 100\%$$

Berdasarkan kriteria kelayakan penelitian, modul dinyatakan layak jika memperoleh nilai validasi di atas 61%, dengan kategori sangat layak apabila hasil validasi berada dalam rentang 81-100%.

Penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan modul yang dapat digunakan sebagai panduan bagi guru BK, siswa, dan orang tua dalam meningkatkan keterampilan pengelolaan diri siswa melalui pendekatan berbasis pengalaman. Dengan adanya validasi internal, penelitian ini memberikan dasar bagi pengembangan lebih lanjut, baik dalam skala yang lebih luas maupun dalam format digital agar lebih mudah diakses oleh pengguna.

Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan berdasarkan metode penelitian pengembangan level 1 yang dikembangkan oleh Sugiyono (2019). Fokus utama penelitian ini adalah mengidentifikasi potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, validasi desain, dan desain teruji. Berdasarkan hasil pra-penelitian di SMA Negeri 14 Samarinda, ditemukan bahwa banyak siswa mengalami kesulitan dalam mengelola diri, terutama dalam mengendalikan emosi dan membuat keputusan. Hal ini diperoleh dari hasil analisis Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yang menunjukkan bahwa salah satu permasalahan utama siswa adalah kurangnya kemampuan dalam pengelolaan diri, khususnya dalam mengendalikan emosi.

Pengumpulan informasi dilakukan melalui studi literatur dan wawancara dengan guru BK. Hasil wawancara menunjukkan bahwa lingkungan keluarga memiliki peran besar dalam membentuk keterampilan pengelolaan diri siswa. Namun, pendekatan bimbingan keluarga yang melibatkan peran orang tua masih jarang diterapkan di sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini mengembangkan modul bimbingan keluarga berbasis pengalaman untuk membantu siswa meningkatkan pengelolaan diri melalui keterlibatan aktif orang tua dan guru BK.

Pada tahap validasi desain, modul yang telah dikembangkan diuji oleh dua ahli, yaitu ahli materi dan ahli bahasa. Hasil validasi oleh ahli materi menunjukkan bahwa modul memperoleh skor 86%, yang berarti modul ini memiliki kelayakan tinggi dalam aspek isi dan relevansi dengan kebutuhan siswa. Sementara itu, validasi oleh ahli bahasa menghasilkan skor 96%, menunjukkan bahwa modul telah memenuhi standar kebahasaan yang baik dan mudah dipahami oleh pengguna. Hasil ini menunjukkan bahwa modul yang dikembangkan layak digunakan sebagai alat bantu dalam layanan bimbingan keluarga di sekolah.

Dengan adanya modul ini, diharapkan layanan bimbingan keluarga di sekolah dapat lebih optimal dalam membantu siswa mengatasi masalah pribadi yang berkaitan dengan pengelolaan diri. Modul ini juga dapat menjadi referensi bagi guru BK dalam memberikan layanan yang lebih sistematis dan terarah. Penelitian selanjutnya dapat mengaplikasikan saran dari validator untuk mengembangkan produk dan uji coba produk dalam skala yang lebih luas serta dikembangkan dalam format digital agar lebih mudah diakses oleh siswa dan orang tua.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Pengembangan Modul Bimbingan Keluarga Berbasis Pengalaman dalam Meningkatkan Pengelolaan Diri Siswa, dapat disimpulkan bahwa modul yang dikembangkan memiliki tingkat validitas yang baik dan layak digunakan dalam layanan bimbingan bagi siswa dan orang tua. Hasil validasi materi menunjukkan bahwa modul memiliki tingkat kelayakan sebesar 86%, yang menandakan bahwa isi modul cukup baik, komprehensif, serta sesuai dengan kebutuhan pengguna dalam mendukung pengelolaan diri siswa. Selain itu, hasil validasi bahasa menunjukkan nilai 96%, yang berarti bahwa bahasa yang digunakan dalam modul telah memenuhi kriteria kebakuan, kejelasan, serta keterbacaan yang sangat baik.

Modul ini telah dirancang agar mudah dipahami oleh pengguna serta dapat digunakan sebagai panduan bagi guru BK dalam memberikan layanan bimbingan yang efektif. Dengan demikian, pengembangan modul ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengelolaan diri siswa melalui pendekatan berbasis pengalaman, sekaligus memberikan wawasan dan strategi yang tepat bagi orang tua dan guru dalam mendukung perkembangan siswa..

Daftar Pustaka

- Afdal. (2015). Pemanfaatan Konseling Keluarga Eksperensial untuk Penyelesaian Kasus Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(1), 76-79.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Riduwan, & Akdon. (2013). *Rumus dan Data dalam Penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Santrock, J. W. (2013). *Perkembangan Anak (Edisi ke-12)*. Jakarta: Erlangga.
- Setiardi, D. (2017). Keluarga Sebagai Sumber Pendidikan Karakter Bagi Anak. *Tarbawi: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2).
- Sinombor, S. H. (2024). *Separuh Remaja Kita Mengalami Kekerasan Emosional, Perempuan Paling Tinggi*. Kompas.Id.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian & Pengembangan (Research and Development)*. Bandung: Alfabeta.

- Supratiknya, R. (2014). *Bimbingan dan Konseling Keluarga: Teori dan Praktik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- UNICEF. (2022). *The State of the World's Children 2022: On My Mind - Promoting, Protecting, and Caring for Children's Mental Health*. New York: UNICEF.
- Utomo, P., Prayogi, F., & Pahlevi, R. (2022). *Bimbingan dan Konseling Keluarga: Pola Asuh Orang Tua dan Implikasinya terhadap Penanaman Nilai-Nilai Karakter pada Anak*. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(1), 35.
- Whitaker dalam Afdal. (2015). *Pendekatan Berbasis Pengalaman dalam Bimbingan Keluarga*.