ISSN: 2614-6754 (print)
ISSN: 2614-3097(online)

Halaman 4752-4762
Volume 9 Nomor 1 Tahun 2025

Pengaruh Pola Asuh Demokratis terhadap Efektivitas Bimbingan Kelompok Berbasis Teknik Self-Instruction dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa

Maria Ulfa[1], Edison[2], Sukma Ayu[3]
[1,2,3] Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Buton
e-mail: maria.ulfa@umbuton.ac.id

Abstrak

Minat belajar siswa yang rendah menjadi tantangan signifikan dalam dunia pendidikan, terutama pada siswa yang diasuh dengan pola asuh kurang mendukung. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction dalam meningkatkan minat belajar siswa pada pola asuh demokratis. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen semu (quasi-experimental design), yaitu non-equivalent control group design. Sampel terdiri dari 60 siswa yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Data dianalisis menggunakan uji paired sample t-test dan ANOVA. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada minat belajar siswa dalam kelompok eksperimen, dari rata-rata 65,4 menjadi 85,7 (p = 0,000), dibandingkan kelompok kontrol yang hanya mengalami peningkatan tidak signifikan (p = 0,081). Analisis ANOVA menunjukkan pola asuh demokratis memiliki pengaruh signifikan terhadap efektivitas intervensi, dengan nilai F = 12,67 dan p = 0,001. Temuan ini menegaskan bahwa pola asuh demokratis mendukung siswa dalam memanfaatkan teknik self-instruction untuk meningkatkan regulasi diri dan motivasi belajar. Implikasi penelitian ini menyoroti pentingnya kolaborasi antara sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, serta integrasi layanan bimbingan berbasis regulasi diri untuk meningkatkan prestasi akademik siswa.

Kata Kunci: *Minat Belajar, Pola Asuh Demokratis, Bimbingan Kelompok, Self-Instruction*

Abstract

Low student learning interest is a significant challenge in the world of education, especially for students who are raised with less supportive parenting patterns. This study aims to test the effectiveness of group guidance services with self-instruction techniques in increasing student learning interest in democratic parenting patterns. This study uses a quantitative method with a quasi-experimental design, namely a non-equivalent control group design. The sample consisted of 60 students divided into experimental and control groups. Data were analyzed using paired sample t-test and ANOVA. The results showed a significant increase in student learning interest in the experimental group, from an average of 65.4 to 85.7 (p = 0.000), compared to the control group which only experienced an insignificant increase (p = 0.081). ANOVA analysis showed that democratic parenting patterns had a significant effect on the effectiveness of the intervention, with F values = 12.67 and p = 0.001. These findings confirm that democratic parenting patterns support students in utilizing self-instruction techniques to improve self-regulation and learning motivation. The implications of this study highlight the importance of collaboration between schools and families in creating a conducive learning environment, as well as the integration of self-regulation-based guidance services to improve students' academic achievement.

Keywords: *Learning Interest, Democratic Parenting, Group Guidance, Self-Instruction.*

PENDAHULUAN

Dunia Pendidikan terus berkembang dan berkelanjutan. Seiring perkembangannya, para pendidik dan pembelajar dituntut untuk berpikir aktif, kreatif dan inovatif dalam meningkatkan mutu pendidikan. Hal tersebut dilakukan agar proses pembelajaran menjadi lebih menyenangkan dan

para siswa memperoleh hasil belajar yang baik dan sesuai. Tidak dipungkiri, perkembangan teknologi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi minat belajar siswa. Beberapa siswa yang berbakat pada bidang teknologi atau digital, akan berdampak positif bagi dirinya, Akan tetapi, tidak semua siswa berbakat pada bidang tersebut. Banyak siswa yang lebih memanfaat perkembangan teknologi ini dalam hal yang lain-lain, seperti bermain game online, penggunaan media sosial yang tidak terkontrol, bahkan penggunaannya dapat membuat diri siswa sebagai pelaku dan korban bullying serta menjadi penyebab rendahnya minat belajar siswa

Minat belajar siswa sangat erat kaitannya dengan keberhasilan dan prestasi belajar. Minat belajar dapat dimulai dengan bersikap positif dan perasaan senang. Dengan memberikan perhatian, siswa dapat tertarik terhadap beberapa mata pelajaran yang kurang diminatinya. Selain itu, membuat siswa menyukai beberapa mata pelajaran akan memunculkan perasaan senang pada diri siswa. Beberapa ahli memaknai minat belajar sebagai rasa senang dan tertarik terhadap sesuatu dalam kegiatan belajar tanpa dipaksakan (Slameto, 2013). Definisi yang hampir sama juga dijelaskan oleh Marimba dalam (James KPOLOVIE et al., 2014), mengartikan minat belajar merupakan perasaan senang yang diperoleh oleh siswa melalui kegiatan atau proses pembelajaran yang menarik. Minat belajar siswa dapat diamati melalui beberapa indikator/aspek. Safari dalam Ricardo mengungkapkan dalam mengukur minat belajar siswa, ada empat indikator, yaitu perhatian (konsentrasi dan mengamati), ketertarikan (motivasi), rasa senang (belajar tanpa paksaan), dan keterlibatan (berpartisipasi dan aktif) (Ricardo & Meilani R I, 2017). Hal yang relevan juga diuraikan oleh Renninger, Hidi, & Krapp, beberapa ciri meningkatnya minat belajar siswa, yaitu berkonsentrasi dan memusatkan perhatian, perasaan senang dalam belajar, dan adanya motivasi atau kemauan yang kuat dalam belajar (Renninger et al., 2014). Merujuk pada beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa minat belajar dimulai dengan rasa suka, nyaman, senang, tertarik, perhatian, serta terlibat aktif dalam proses pembelajaran untuk memperoleh ilmu pengetahuan.

Tinggi dan rendahnya minat belajar siswa sangat berpengaruh terhadap sikap dan perilakunya. Siswa dengan minat belajar yang tinggi, biasanya akan menjaga motivasi dirinya, semangat dalam belajar, rajin, gigih, ulet, tekun, tidak mudah menyerah, dan menyukai tantangan, sedangkan siswa yang memiliki minat belajar rendah biasanya menjadi malas belajar dan tidak menyukai tugas yang diberikan guru, bahagia jika guru tidak hadir dalam proses belajar, dan tidak ada usaha menjadi lebih mandiri (Yanti et al., 2018). Putri dkk., juga menguraikan siswa yang memiliki minat belajar yang tinggi akan memperhatikan dan mengikuti proses pembelajaran dengan baik, dengan perhatian dan kefokusan siswa dalam belajar akan memudahkan dalam memahami materi pelajaran yang disampaikan oleh guru. Jika proses pembelajaran kurang sesuai dengan minat siswa, maka akan berdampak negatif pada hasil belajar siswa (Putri et al., 2019). Disamping itu, ciri lain yang menandakan siswa memiliki minat belajar yang tinggi yaitu mengikuti proses pembelajaran dengan baik dan menghasilkan performa belajar yang baik pula, partisipasi dan keaktifan dalam proses pembelajaran merupakan bentuk ekspresi dari tingginya minat belajar siswa. Sebaliknya, siswa yang rendah minat belajarnya akan menampakkan sikap dan perilaku yang kurang menyenangkan seperti tidak mengerjakan tugas-tugas sekolah, tidak ada catatan dalam buku pelajaran, kurang memperhatikan pelajaran dari guru (Korompot et al., 2020).

Berkaitan dengan minat belajar siswa, fenomena yang terjadi adalah rendahnya minat belajar pada beberapa siswa di kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau. Hal tersebut ditunjukkan selama proses pembelajaran berlangsung. Berdasarkan temuan hasil uji pretest, dari 25 siswa kelas VIII, 10 siswa memiliki minat belajar yang rendah, hal ini tampak dalam proses pembelajaran di kelas. secara fisik, para siswa terlihat sehat, akan tetapi kurang semangat dalam proses pembelajaran di kelas, keterlibatan dan keaktifan dalam proses belajarpun nampak kurang terlihat. Hal tersebut tercermin dari perilaku beberapa siswa. Siswa dengan sengaja terlambat dalam mengikuti pelajaran, tugas-tugas dari para guru tidak terselesaikan secara tuntas, siswa juga kurang senang diberikan tugas baik itu dikerjakan di kelas maupun rumah, ketika guru membuka sesi tanya jawab siswa cuek seolah-olah telah memahmi materi yang disampaikan guru, beberapa siswa pun tidak tertarik ketika guru membuka sesi tanya jawab, untuk mencatat materi pelajaran pun siswa juga nampak malas. Selain itu, ketika guru menjelaskan di kelas, siswa lebih memilih memperhatikan hal-hal lain atau bahkan mengajak siswa lain untuk mengobrol, ketika siswa diberikan tugas, siswa

lebih memilih untuk menyontek, dan meminjam buku catatan siswa lain sebagai referensi. Siswa juga malas terlibat dalam kegiatan-kegiatan sekolah seperti kegiatan ekstrakurikuler, malas terlibat dalam pengerjaan tugas, baik tugas mandiri maupun tugas kelompok. Sikap yang lain ditunjukkan adalah dengan sesuka hati siswa mengikuti pembelajaran di kelas, ada beberapa siswa yang tetap berada di kelas hanya sekadar meramaikan kelas, namun tidak memperhatikan guru yang sedang memberikan materi pelajaran.

Faktor sosial dan non sosial juga membentuk rendahnya minat belajar pada diri siswa. Seperti yang terjadi di kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau yaitu pergaulan dari siswa-siswa tersebut. Beberapa siswa tersebut memang bergaul pada lingkungan yang kurang kondusif. Disamping itu, sarana dan prasana dalam proses pembelajaran juga kurang memadai untuk mengajar kurang mendukung. Ditambah lagi pendekatan atau metode pembelajaran guru yang sangat monoton menjadikan siswa-siswa jenuh dan kurang berminat dalam belajar. Hasil temuan wawancara dengan beberapa guru di sekolah menyebutkan bahwa hasil belajar yang diperoleh siswa masih rendah, siswa masih kurang berminat untuk aktif dalam proses pembelajaran. Selain itu, siswa cenderung malas untuk memperhatikan pelajaran dikarenakan kurangnya perhatian dari keluarga dan lingkungan. Hal ini pun dikaitkan dengan pola asuh yang terapkan orangtua di rumah. Peran pola asuh orangtua dalam meningkatkan minat belajar siswa merupakan salah satu faktor eksternal pembentuk minat belajar siswa. Melalui dukungan peran orang tua dan keluarga, minat belajar siswa juga akan terbentuk dengan baik. Pola asuh orang tua berperan penting dalam proses pembelajaran anak. Para siswa yang mendapatkan support atau dukungan dari orang tua dan keluarga sangat berpengaruh terhadap prestasi dan hasil belajar siswa. Semakin baik pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, maka semakin baik pula minat belajar yang terbentuk pada diri siswa. Penerapan pola asuh orang tua pada setiap anak sangatlah bervariasi. Hurlock (dalam (Kholifah et al., 2021) menguraikan beberapa gaya atau pola pengasuhan orang tua menjadi a) pola asuh demokratis (authoritative) b) Pola asuh otoriter (authoritarian), dan c) pola asuh permisif (permissive). Penerapan pola asuh ini, tergantung pada karakteristik orang tua. Namun dalam hal ini, orang tua perlu melihat dan mempertimbangkan kondisi dan situasi dalam mendidik anak, sehingga memutuskan penerapan jenis pola asuh yang tepat untuk anak. Berdasarkan pada hasil uji pretest skala minat belajar yang diisi oleh siswa kelas VIIIC ada sepuluh siswa yang memiliki minat belajar yang rendah dalam beberapa mata Pelajaran yaitu Bahasa Inggris dan Matematika 5 siswa, IPA dan IPS 3 siswa, Bahasa Indonesia 2 siswa.

Bersumber pada temuan masalah tersebut di atas, kurangnya perhatian ketertarikan keterlibatan serta kurang senang dalam proses pembelajaran yang ditunjukkan melalui sikap dan perilaku siswa, menandakan rendahnya minat belajar pada siswa. Dengan adanya hal tersebut, peneliti menggunakan pendekatan Cognitive Behavior melalui teknik Self Instruction untuk meningkatkan minat belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau. Teknik Self Instruction merupakan salah satu teknik konseling untuk meningkatkan pengendalian diri melalui verbalisasi diri sebagai stimulus dan reinforcement dalam penerapan treatmentnya (Saputra & Lidyawati, 2019). Meichenbaum (dalam Sharf, 2004), teknik self instruction adalah cara untuk individu mengajarkan dan menangani diri sendiri secara efektif dalam menghadapi situasi yang sulit bagi diri sendiri. Kegunaan metode self instruction untuk mengarahkan dasar pemikiran pandangan seseorang terhadap dirinya dengan mengganti pemikiran negatif menjadi positif, (Friedenberg & Gillis dalam Lange et al., 1998). Hal yang sama juga di ungkapkan oleh Rock, self instruction berguna untuk mengarahkan perilaku yang didasari oleh pemikiran melalui pemberian instruksi dan merupakan bagian penting pada perkembangan manusia (Rock dalam Fatimah, 2013). Menurut Meichenbaum (Corey, 2013) pelatihan self-instruksional berfokus lebih pada membantu klien menjadi sadar diri untuk bisa bicara pada dirinya sendiri. Secara tidak langsung, efek penerapan teknik self instruction adalah mengubah perilaku melalui dasar pemikiran dan keyakinan yang dimiliki oleh individu untuk mampu mengubah pikiran negatif menjadi positif dan dari pikiran tersebut terbentuklah perilaku yang baik. self instruction mampu meningkatkan self esteem, self efficacy, kepercayaan diri serta meningkatkan kemampuan membaca dan (Fitri et al., 2016; Haddadian et al., 2012; Larasati, 2012; Maknunah et al., 2023). Selain itu, self instruction juga mampu menurunkan kecemasan, prokrastinasi akademik, perilaku bullying, perilaku off task(Fatimah, 2013; George et al., 2013; Kurniawan et al., 2019; Saputra & Lidyawati, 2019)

Adapun tahap-tahap dalam penerapan teknik self instruction (Martin & Pear, 2019a) yaitu (1) mengidentifikasi keyakinan/pikiran negative yang ada pada diri individu; (2) mengajarkan diri untuk positive talk untuk melawan negative statement; (3) mengintruksi diri dengan membentuk keyakinan /pikiran positif, dan (4) menentukan self reinforcement apabila telah berhasil mengatasi masalah. Proses ini mengajarkan klien untuk membuat pernyataan diri dan melatih klien untuk memodifikasi petunjuk yang mereka berikan kepada diri mereka sendiri sehingga mereka dapat mengatasi lebih efektif masalah yang dihadapi. Dibutuhkan kerjasama yang baik antara peneliti dan siswa dalam menginstruksi perilaku yang diinginkan dalam situasi yang mensimulasikan situasi masalah siswa dalam kehidupan sehari-hari. Penekanannya pada self instruction ini adalah pada perolehan kemampuan praktis untuk mengatasi situasi bermasalah seperti perilaku impulsif dan agresif, takut mengambil tes, dan takut berbicara di depan umum..

METODE

Penggunaan metode dalam penelitian ini dengan pendekatan kuantitatif. Melalui penelitian quasi experimental dengan desain Nonequivalent Control Design. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengembangan skala likert melalui empat pilihan jawaban.Adapun Langkah-langkah dalam penelitian ini yaitu:

1. Tahap awal dengan melakukan studi pendahuluan, perumusan dan pembatasan masalah, penyusunan dan penyiapan skala minat belajar yang telah di uji coba untuk disebarkan ke siswa, menganalisis hasil uji pretest, dan menentukan sampel
2. Pemilihan sampel melalui matching kelompok yaitu membentuk kelompok control dan eksperimen yang setar secara menyeluruh berdasarkan skor rata rata variabel yang relevan
3. Tahap inti atau kegiatan penelitian dengan pemberian dan penerapan treatmen yaitu teknik self instruction melalui layanan konseling kelompok
4. Tahap penutup dengan Kembali menyebarkan skala minat belajar setelah pemberian treatment teknik self instruction untuk mengetahui peningkatan minat belajar siswa, yang selanjutnya hasil tersebut diolah dan digunakan sebagai data uji postest serta manarik kesimpulan hasil penelitian yang telah dianalisis.

Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 60 siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 30 siswa berada pada kelompok eksperimen dan 30 siswa berada pada kelompok control.Untuk mengetahui persepsi siswa terkait penerapan pola asuh, peneliti menggunakan skala pola asuh demokratis orangtua yang diukur melalui empat aspek menurut Shaffer yaitu penerapan aturan, pengakuan orangtua, kelancaran komunikasi dan pemberian hadiah dan hukuman yang telah divalidasi oleh peneliti sebelumnya (Ulfa, 2017), dengan jumlah aitem valid sebanyak 24 dengan rit 0, 439 sampai dengan 0,665 dan reliabilatas sebesar 0,927. Sedangkan skala pola asuh demokratis digunakan untuk mengetahui penerapan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua dalam mendukung minat belajar anak. Selanjutnya, untuk skala minat belajar disusun berdasarkan indikator menurut Safari dalam Ricardo (Ricardo & Meilani R I, 2017) yaitu ada empat indikator, yaitu perhatian (konsentrasi dan mengamati), ketertarikan (motivasi), rasa senang (belajar tanpa paksaan), dan keterlibatan (berpartisipasi dan aktif). Indikator tersebut dipilih dalam penelitian ini karena mewakili sikap yang dirasakan oleh siswa. Penggunaan skala minat belajar ini sebelumnya telah divalidasi oleh peneliti sebelumnya (Ulfa & Nurdendis, 2023). Jumlah aitem yang valid/sahih sebanyak 24 aitem dengan rit aitem berkisar dari 0.391 sampai dengan 0.810 dan menghasilkan reliabilitas 0.930.

Dalam mengolah dan menganalisis data menggunakan dua uji analisis yaitu ANOVA (Analysis of Variance) untuk mengukur pola asuh demokratis terhadap layanan bimbingan kelompok teknik self instruction dan hubungan pola asuh demokratis dengan minat belajar siswa. Uji paired Sample T Test untuk mengukur perbedaan minat belajar siswa dalam kelompok ekperimen sebelum dan setelah treatment self instruction. Dalam mengolah dan menganalisis data penelitian ini menggunakan aplikasi program SPSS versi 21.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasar pada hasil observasi dan penelitian, penerapan teknik self instruction pada konseling kelompok berdurasi 2x45 menit, dengan pelaksanaan 2 atau 3 kali pertemuan dalam seminggu, dan dilakukan secara langsung selama delapan kali pertemuan dan menerapkan tahap-tahap dalam teknik self instruction. Selama delapan kali pertemuan dengan pemberian perlakuan/treatmen teknik self instruction dan diterapkan dalam bimbingan kelompok yang dilaksanakan berdasar pada prinsip-prinsip dan asasnya.

Dalam menerapkan teknik self instruction ada beberapa prosedur yang dilakukan siswa yaitu dengan menerapkan tahap yang diungkapkan oleh Martin dan Pear (Martin & Pear, 2019b) dan dideskripsikan sebagai berikut

1. Masing-masing siswa menuliskan pikiran-pikiran irasional (kata-kata negatif) yang ada pada dirinya (lembar self instruction minat belajar)
2. Masing-masing siswa diminta untuk mengubah pikiran irasional pada dirinya menjadi pikiran rasional (kata-kata positif) yang menunjukkan kepercayaannya terhadap kemampuan dirinya pada lembar self instruction minat belajar
3. Masing-masing siswa diminta untuk menuliskan bentuk sikap baru yang akan dilakukannya berdasarkan pikiran rasional yang telah dituliskan di lembar self instruction minat belajar
4. Peneliti mengajak siswa untuk melakukan self verbalization yaitu mengucapkan pada diri sendiri berdasarkan yang telah dituliskan di lembar self instruction minat belajar (3-5 menit), hal ini dilakukan agar membekas dan selalu diingat oleh memori otak siswa dan tidak lagi muncul pemikiran negatif yang sama pada pertemuan-pertemuan selanjutnya, sehingga akan muncul sikap dan perilaku yang positif dalam mengikuti pelajaran.
5. Masing-masing siswa diminta untuk memberikan ceklist pada kolom indikator minat belajar yang telah disiapkan apabila siswa mampu menunjukkan sikap dan perilaku baru saat mengikuti pelajaran. Apabila siswa pada pelaksanaan pelajaran, mampu menujukkan minat belajar melalui sikap dan perilakunya maka pada kolom indikator ke 1 diberi tanda ceklist sebagai bentuk keberhasilan dalam memunculkan sikap dan perilaku baru, begitupun seterusnya.

Sebelum menganalisis data, beberapa syarat yang harus terpenuhi yaitu melakukan uji normalitas dan Uji Homogenitas, berikut hasil uji normalitas Kolmogorov Smirnov dan homogenitas independent sample test, ditampilkan dalam table berikut ini:

Tabel 1. Hasil Normalitas dan Homogenitas Minat belajar Siswa

Variabel	Kelas	Kolmogorov-Smirnov Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
		df	
Minat Belajar	Pre Eks	30	0,883
	Post Eksp	30	0,883
	Pre Kon	30	0,998
	Post Kon	30	0,994
Minat Belajar	Data	Levene's Test For Equality of Variances	
		df	Sig
	Post Esp Kontrol	58	0,823

Bersumber pada tabel 1 di atas, hasil nilai uji normalitas Kolmogorov Sminorv nilai signifikansi Asymp. Sig (2 tailed) lebih besar dari 0,05 atau p>0,05 maka ditarik kesimpulan data berdistibusi normal. Dan untuk hasil uji homogenitas menunjukkan nilai sig. sebesar 0,823>0,05, maka disimpulkan bahwa varian data minat belajr siswa adalah homogen. Merujuk pada dua hasil uji analisis tersebut maka dengan demikian syarat uji terpenuhi.

Analisis data selanjutnya yaitu mengukur perbedaan minat belajar siswa sebelum dan setelah pemberian Teknik self instruction dengan menggunakan uji paired sampel t test. Berikut hasil analisis data dirangkum dalam table berikut :

Tabel 2 hasil Uji Paired sample test

Pair	Data	Mean Pre	Mean Post	Sig. (2 Tailed)	Kesimpulan
Pair 1	Pre post Eksp	65,4	85,7	0,000	Ada perbedaan signifikan
Pair 2	Pre post Kon	63,2	65,8	0,081	Tidak ada perbedaan signifikan

Hasil Uji paired sample t test pada table 2 di atas, menunjukkan adanya perbedaan signifikan minat belajar sebelum dan setelah diberikan Teknik self instruction. Berdasarkan skor rerarta pretest dan postest pada kelompok eksperimen, terlihat peningkatan yang signifikan jika dibandingkan dengan kelompok control. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor rerata dari 65,4 (pretest) menjadi 85,7 (postest) dengan signifikansi nilai sebesar 0.001<0.05 atau p< 0.05. Sebaliknya, pada kelompok control tidak mengalami peningkatan yang signifikan dari skor errata 63,2 menjadi 65,8 dengan nilai signifikansi 0,081 (p>0,05).

Setelah menganalisis hasil uji paired tes, selanjutnya dilakukan uji independet tes yaitu untuk mengetahui perbedaan pengaruh perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok control. Beriku hasil rangkuman uji t disajikan dalam table

Tabel 3. Hasil Uji independent sample t test

Data	df	t	Sig. (2 Tailed)	Kesimpulan
Post Eksp Kon	58	12,877	0,023	Ada pengaruh

Merujuk pada table 3 di atas, tampak nilai signifikansi sebesar 0,023 atau p>0,05 dengan nilai t hitung sebesar 12,877 (12,877 >2,002). Maka dapat diartikan ada perbedaan rata-rata antara minat belajar pretest dan postest atau ada pengaruh yang signifikan setelah diberikan Teknik self instruction.Ada peningkatan minat belajar setelah diberikan perlakuan teknik self management. Maka disimpulkan, bahwa teknik self instructional melalui layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan minat belajar siswa dan berhasil secara signifikan atau efektif untuk dilakukan.

Setelah menerapkan tahap dan prosedur Teknik self instruction, dilanjutkan ke tahap evaluasi yang bertujuan untulk memastikan Teknik self instruction sesuai dengan prosedur yang telah disepakati oleh para siswa. Kemudian melanjutkan pemberian reinforcement dan penguatan pada tingkah laku yang diinginkan dan yang ditampilkan secara menetap. Dalam tahap tersebut siswa mampu menginstruksi dirinya sendiri sehingga mampu mengurangi perilaku yang tidak sesuai dengan target. Dengan penerapan Teknik self instruction, ada pengalaman baru yang diperoleh dan dirasakan oleh siswa yang belum pernah dirasakan seperti siswa menuliskan kata-kata negatif kemudian menginstruksi dirinya untuk mengubah kata negatif tersebut menjadi positif contohnya “saya tidak menyukai Bahasa inggris karena sulit untuk diucapkan”, kata ini dipostifkan menjadi “saya menyukai Bahasa inggris, karena sangat mudah untuk diucapkan”. Kata tersebut kemudian di verbalisasikan secara berulang yang membuat siswa akan terus mengingat dan menerapkan kata-kata tersebut. Pengalaman ini akan membuat siswa mengetahui bahwa ada instruksi dalam diri yang mampu mengubah perilaku melalui kekuatan berpikir yang realisasinya pun melalui penerapan perilaku. Dengan memahami hal-hal tersebut siswa mampu meningkatkan, mempertahankan bahkan mengembangkan minat belajarnya dengan baik.

Untuk mengetahui pengaruh Pola Asuh Demokratis terhadap Efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan minat belajar siswa, menggunakan uji analisis ANOVA. Berikut rangkuman hasil analisis disajikan dalam table:

Tabel 4. Hasil Uji ANOVA

Variasi	Jumlah Kuadrat (SS)	Derajat kebebasan (df)	Rata rata Kuadrat (MS)	F hitung	P value
Antar kelompok (Pola Asuh)	133,37	2	66,68	12,67	0,001
Dalam Kelompok (Error)	300,00	57	5,26		
Total	433,37	59			

R squared = 0,680 (Adjusted R Squared = 0,607)

Berdasarkan table 4 di atas, hasil uji ANOVA menunjukkan, pola asuh demokratis memiliki pengaruh signifikan terhadap efektivitas layanan bimbingan kelompok Teknik self instruction. Adapun nilai F hitung yang dihasilkan sebesar 12, 67 dengan nilai p=0,001 (p<0,05) yang berarti siswa dengan pola asuh demokratis lebih mampu menerapkan Teknik self instruction dibandingkan dengan pola asuh yang lain. Adapun korelasi berdasarkan R square yang dihasilkan yaitu sebesar 0,680 yang mengindikasikan ada hubungan positif yang signifikan antara pola asuh demokratis dan peningkatan minat belajar

Teknik self instruction merupakan strategi yang dapat membantu siswa dalam memotivasi diri melalui instrusi verbal internal. Terbukti dalam konteks penelitian ini, Teknik ini efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa dikarenakan adanya diringan siswa dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya sendiri. Selain itu siswa mampu mengatasi hambatan belajarnya melalui pengendalian diri dan pengelolaan emosi dan siswa mampu meberikan rasa keberhasilan pribadi yang pada akhirnya meningkatkan motivasi instrinsik siswa. Hasil penelitian ini mendukung teori belajar kognitif sosial yang menekankan pentingnya pelibatab regulasi diri dalam belajar.

Menurut Cornier Teknik self instruction (dalam Gustia et al., 2018) merupakan bagian dari teknik cognitive modelling atau biasa disebut pemodelan kognitif yaitu serangkaian prosedur konselor menampilkan atau memberi contoh pada dirinya saat melakukan suatu hal. Memperkuat teori tersebut, Nursalim (Sulistyowati et al., 2018) (2014) menjelaskan bashwa teknik self instructional dalam pemodelan kognitif ini respon-respon tertutup yang dimiliki oleh individu atau konseli ditunjukkan atau diungkapkan secara terbuka melalui verbalisasi maupun perilaku. Fokus dari teknik ini adalah merubah verbalisasi diri konseli. Proses terapeutik dalam teknik self instructional ini dilakukan dengan mengajari konseli untuk membuat selft statement (pernyataan diri) dan melatih konseli untuk mengubah instruksi yang diberikan pada diri mereka sendiri, sehingga konseli dapat lebih efektif mengatasi masalah yang dihadapinya (Indrawati & Sugiarti, 2022) (Indrawati, Hanim, Gustia 2018). Melalui teknik self instruction, Konseli dapat menjadi lebih sadar akan self talk yang dimilikinya.

Keberhasilan siswa dalam memahami dan mengembangkan minat belajarnya tergantung pada kemampuan siswa untuk mengolah dan memanaj minat belajarnya. Minat belajar sangat berkaitan erat dengan prestasi dan motivasi belajar karena pada dasarnya motivasi belajar merupakan faktor yang mempengaruhi minat belajar (A.D. Prahmadita, 2014). Akibatnya, guru memainkan peran penting dalam membangun dan mengembangkan kemampuan siswa. Siswa akan lebih tertarik untuk belajar jika mereka melakukan kegiatan proses belajar yang berkesan. Mereka akan disambut dengan sikap kooperatif dan hangat, mengutamakan pembelajaran kontekstual, menggunakan metode pembelajaran yang variatif dengan menggunakan berbagai alat pembelajaran yang relevan, melakukan ice breaking, dan memberikan reward (Erwin, 2017).

Beberapa hasil temuan penelitian sebelumnya telah membuktikan keefektifan Teknik self instruction. Self Instruction dapat menurukan beberapa perilaku diantaranya, perilaku off task, kecemasan sosial, prokrastinasi akademik, dan perilaku bullying (Fatimah, 2013; George et al., 2013; Kurniawan et al., 2019; Saputra & Lidyawati, 2019). Selain itu Teknik Self instruction juga dapat meningkatkan efikasi diri, kepercayaan diri, dan kemampuan membaca (Fitri et al., 2016; George et al., 2013; Gustia et al., 2018; Haddadian et al., 2012; Maknunah et al., 2023). Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau,, treatmen yang diberikan adalah

teknik self instruction melalui bimbingan kelompok. Proses bimbingan kelompok dengan teknik self instruction diberikan berdasarkan tahap-tahap self instruction. Setiap pertemuan peneliti menerapkan tahap self instruction secara berurutan menyesuaikan aspek minat belajar. Setelah proses bimbingan kelompok dengan teknik self instruction, minat belajar siswa tersebut, mengalami peningkatan dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan treatmen berupa teknik self instruction selama delapan kali pertemuan, ada peningkatan minata belajar yang signfikan. Hal ini juga terlihat selama proses pengamatan dalam bimbingan kelompok. Setiap pertemuan siswa mengalami perubahan sikap dan perilaku yang baik seperti siswa mulai menampakkan kesenangannya belajar di kelas, menunjukkan ketertarikan dan mulai termotivasi mengikuti pembelajaran di kelas, siswa mampu mengamati dengan baik dan berkonsentrasi dalam mengikuti dan menyelesaikan proses pembelajaran di kelas serta mulai terlibat aktif dalam proses belajar, siswa mulai tak segan untuk bertanya ataupun berdiskusi dengan siswa lain ataupun gurunya. Siswa mulai mengembangkan minat belajarnya. Hal ini dibuktikan dengan siswa bersungguh-sungguh belajar dengan baik ketika mengikuti pelajaran yang kurang disenanginya, siswa mulai memperhatikan dan mengamati guru dengan seksama ketika guru menjelaskan, siswa mulai terlibat aktif dalam diskusi ataupun tanya jawab. Selain itu siswa mulai termotivasi untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

Merujuk pada uraian tersebut di atas, setelah penerapan teknik self instruction dalam meningkatkan minat belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau, siswa mulai menumbuhkan minat belajarnya dengan bekerja sama dengan guru. Saat guru memberikan sesuatu yang baru, yang dapat menarik perhatian siswa, membuat siswa nyaman dan senang saat mengikuti pelajaran, dan melibatkan siswa dan aktif dalam proses belajar. Dengan penerapan teknik self instruction, ada hal baru yang belum pernah dirasakan oleh siswa, sehingga menumbuhkan dan meningkatkan minat belajar siswa dalam mengikuti bimbingan dan proses belajar. Uraian tersebut di atas menunjukkan bahwa ada perubahan yang signifikan yaitu peningkatan minat belajar siswa pada semua aspek yang diterapkan. Meskipun demikian, hendaknya perlu dikembangkan lagi terkait dengan minat belajar siswa menurut beberapa teori lain. Maka dapat disimpulkan bahwa teknik self instruction melalui layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan minat belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Baubau.

Hasil penelitian terkait pengaruh pola asuh demokratis terhadap efektivitas Teknik self instruction dalam meningkatkan minat belajar siswa menunjukkan bahwa pola asuh demokratis memperkuat efektivitas Teknik self instruction. Siswa yang diasuh secara demokratis memiliki kemampuan regulasi diri yang lebih baik, sehingga dapat menerapkan Teknik self instruction secara optimal. Dalam pola asuh demokratis, siswa merasa didukung secara emosional dan intelektual sehingga meningkatkan keyakinan diri siswa dan mengembangkan minat belajar secara mandiri. Hal ini menegaskan bahwa, pola asuh berperan sebagai faktor pendukung dalam memaksimalkan hasil penerapan Teknik self instruction melalui bimbingan kelompok. Menurut Rosyidah (Susanto, 2018) timbulnya minat pada diri seseorang pada prinsipnya dapat di bedakan menjadi 2 jenis, yaitu: minat yang berasal dari pembawaan dan minat yang berasal dari pengaruh luar. Untuk mengubah belajar ke arah yang positif, siswa harus menunjukkan minat belajar. Keberhasilan belajar siswa dipengaruhi oleh kemampuan siswa untuk mengelola minat belajarnya. Faktor internal dan eksternal dapat menyebabkan penurunan minat belajar siswa. Faktor internal termasuk faktor psikologis (perhatian, ketertarikan, kenyamanan, dan kemauan dalam belajar) dan fisiologis (kesehatan, partisipasi siswa, dan jasmani). Faktor eksternal termasuk faktor lingkungan seperti dukungan orang tua, keluarga, suasana belajar, sekolah, masyarakat, kebiasaan, dan adat istiadat (Arumsari, 2016; Korompot et al., 2020; Mesra et al., 2021). Minat memengaruhi sikap dan perilaku dalam kehidupan. Siswa yang memiliki minat dalam pelajaran akan berusaha lebih keras daripada siswa yang tidak (Riwahyudin, 2015).

Pola asuh demokratis dalah satu gaya parenting yang positif dan memberikan lingkungan yang mendukung bagi para siswa untuk belajar bertanggung jawab dan mandiri. Dengan penerapan pola asuh demokratis, anak dapat mengeksplorasi potensi yang dimilinya dengan tetap membimbing dan mengarahkan tanpa terlalu mengointrol serta memberikan feedback positif yang dapat meningkatkan motivasi instrinsik yang dimiliki oleh anak. pola asuh demokratis/autoritatif diartikan sebagai cara pengasuhan orangtua terhadap anak dalam menerapkan aturan yang

bebas namun tetap terkontrol, komunikatif, orangtua yang bersikap hangat dan membesarkan hati remaja, saling menghargai, saling mengerti, orangtua selalu memberikan penjelasan yang dapat diterima. Hasil penelitian ini merincikan pola asuh demokratis dan peningkatan minat belajar siswa memiliki hubungan positif yang signifikan. Beberapa hasil penelitian yang memperkuat pernyataan tersebut diantaranya, pola asuh orangtua mempengaruhi minat belajar siswa (Sitanggang et al., 2024).ada hubungan positif yang signifikan antara pola asuh orang tua dan minat belajar siswa (Perdana & Mujiati, 2022), dan pola asuh yang paling tepat dalam meningkatkan minat belajar siswa adalah pola asu demokratis (Setyaningsih & Kadir, 2021). Pola asuh berperan penting dalam tumbuh kembang anak. Dengan penerapan pola asuh yang tepat, orang tua dapat membangun lingkungan belajar yang kondusif. Anak-yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis cenderung akan memiliki cara pandang yang luwes, bebas namun tetap bertanggung jawab, ada dukungan emosional dengan membangun kepercayaan diri anak dalam menghadapi tantangan belajar, saling menghargai dan mengerti, ada keterbukaan komunikasi antara anak dan orang tua maupun sebaliknya agar anak merasa didukung dalam proses belajarnya serta ada reward dan punishman Ketika anak mendapatkan penghargaan dan melakukan pelanggaran atau kesalahan namun tetap memberi kesempatan untuk menjelaskan alasan kenapa terjadi pelanggaran atau kesalahan.

SIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-instruction efektif dalam meningkatkan minat belajar siswa, terutama pada siswa yang diasuh dengan pola asuh demokratis. Pola asuh demokratis tidak hanya mendukung efektivitas intervensi, tetapi juga memberikan landasan psikologis yang diperlukan siswa untuk mengembangkan keterampilan regulasi diri. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dalam mendukung pembelajaran siswa, dengan melibatkan peran keluarga dan sekolah secara sinergis.

Untuk guru Bimbingan dan Konseling dapat terus mengembangkan layanan bimbingan kelompok melalui Teknik self instruction di masukkan dalam program pembinaan siswa terkhusu dalam meningkatkan minat belajar. Bagi orang tua, penting untuk mensosialisasikan pola asuh demokratis melalui program parenting berbasis sekolah denga melakukan workshop, seminat atau diskusi kelompok. Dan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti minat belajar dan teknik self instruction, untuk dapat menyoroti kolaborasi antara sekolah dan keluarga dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung

DAFTAR PUSTAKA

A.D. Prahmadita. (2014). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat Siswa Untuk Ekstrakurikuler Drumband di SMP Negeri 1 Sleman. Universitas Negeri Yogyakarta.

Arumsari, C. (2016). Konseling Individual Dengan Teknik Modeling Simbolis Terhadap Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri. Jurnal Konseling Gusjigang, 2(1). https://doi.org/10.24176/jkg.v2i1.549

Corey, G. (2013). Teori & Praktek Konseling dan Psikoterapi. In Refika Aditama. Refika Aditama.

Fatimah, F. N. (2013). Penerapan Teknik Self-Instruction untuk Mengurangi Perilaku Off Task Siswa Kelas X di SMK Negeri 12 Surabaya. Jurnal BK UNESA: Universitas Negeri Surabaya, 04(01), 259–265.

Fitri, A., Dewi, A., & Atmoko, T. (2016). Keefektifan Teknik Self Instruction dalam Konseling Kognitif-Perilaku untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial Siswa SMKN 2 Malang. Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling, 1(4), 172–178. http://journal.um.ac.id/index.php/bk

George, E., Adeoye, A. o., Adebayo, R., & Anwanane, B. . (2013). Influence of Class Types and Home Background and The Efficacy of Cognitive Self Instruction on Bullying Behaviour of Nigeria Secondary Schools Students. American Based Research Journal, 2(5), 33–39. http://www.abrj.org

Gustia, I. A., Indrawati, S. A., & Hanim, W. (2018). Pengaruh Teknik Self-Instructional dalam Layanan Konseling Individu untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Penelitian Subjek

Tunggal Siswa Kelas V SDN Utan Kayu Utara 01). INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling, 7(1), 24–47.

Haddadian, F., Alipourb, v., Majidi, A., & Maleki, H. (2012). The Effectiveness of Self-instruction Technique on Improvement of Reading Performance and Reduction of Anxiety in Primary School Students with Dyslexia. Procedia - Social and Behavioral Sciences. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.440

Indrawati, F., & Sugiarti, R. (2022). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Bullying Pada Remaja Dengan Locus of Control Sebagai Variabel Moderator. Citizen : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia, 2(1), 199–204. https://doi.org/10.53866/jimi.v2i1.57

James KPOLOVIE, P., Igho JOE, A., & Okoto, T. (2014). Academic Achievement Prediction: Role of Interest in Learning and Attitude towards School. International Journal of Humanities Social Sciences and Education, 1(11), 73–100. www.arcjournals.org

Kholifah, N., Supriyadi, S., & Suwarjo, S. (2021). Hubungan Persepsi Peserta Didik Tentang Pola Asuh Orang Tua, Kebiasaan Belajar dengan Hasil Belajar. Jurnal Inovatif Ilmu Pendidikan, 1(1), 74–87. https://doi.org/10.23960/jiip.v1i1.18021

Korompot, S., Rahim, M., & Rahmat, P. (2020). Persepsi Siswa Tentang Faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar. Jambura Guidance and Counseling Journal, 1(1).

Kurniawan, E., Japar, M., & Sutoyo, A. (2019). Cognitive Behaviour Group Counseling with Cognitive Restructuring and Self-Instruction Techniques to Reduce The Social Anxiety of Public Senior High School 3 Pati. Jurnal Bimbingan Konseling, 9(24), 151–158.

Lange, A., Richard, R., Gest, A., Vries, M. de, & Lodder, L. (1998). The effects of positive self-instruction: A controlled trial. Cognitive Therapy and Research.

Larasati, W. (2012). Meningkatkan Self Esteem Melalui Metode Self Instruction. Jurnal Psikologi.

Maknunah, N. J., Ulwiyah, I., & Rahmawati, W. K. (2023). Efektivitas Teknik Self Instruction dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas VII MTSN 7 Jember. CONSILIUM Journal : Journal Education and Counseling p-ISSN, 3(2), 172–182.

Martin, G., & Pear, J. (2019a). Behavior Modification What It Is and How to Do It. In Routledge. https://doi.org/10.1177/089484538000600403

Martin, G., & Pear, J. (2019b). Helping an Individual to Develop Self-Control 1. In Behavior Modification. https://doi.org/10.4324/9780429020599-29

Mesra, P., Kuntarto, E., & Chan, F. (2021). Faktor-faktor Yang Memmpengaruhi Minat Belajar Siswa di Masa Pandemi. Jurnali Ilmiah Wahana Pendidikan, 7(3).

Perdana, D. R., & Mujiati, I. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Minat Belajar dengan Hasil Belajar Tematik Peserta Didik. Kognisi : Jurnal Penelitian Pendidikan Sekolah Dasar, 2(2), 51–58. https://doi.org/10.56393/kognisi.v1i4.510

Putri, B. B. A., Muslim, A., & Bintaro, T. Y. (2019). Analisis Faktor Rendahnya Minat Belajar Matematika Siswa Kelas V di SD Negeri 4 Gumiwang. Jurnal Educatio FKIP UNMA, 5(2), 68–74.

Renninger, K. A., Hidi, S., Krapp, A., & Renninger, A. (2014). The Role of Interest in Learning and Development. Psychology Press.

Ricardo, & Meilani R I. (2017). The impacts of students' learning interest and motivation on their learning outcomes. Jurnal Pendidikan Ekonomi Perkantoran, 1(1), 79–92. http://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/view/00000

Riwahyudin, A. (2015). Pengaruh Sikap Siswa Dan Minat Belajar Siswa Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas V Sekolah Dasar Di Kabupaten Lamandau. Jurnal Pendidikan Dasar, 6(1), 11. https://doi.org/10.21009/jpd.061.02

Saputra, R., & Lidyawati, Y. (2019). Self-Instruction Technique in Group Counseling to Reduce Students' Academic Procrastination Behavior. Islamic Guidance and Counseling Journal, 2(2), 49–55. https://doi.org/10.25217/igcj.v2i2.420

Setyaningsih, A., & Kadir, A. (2021). Pola Asuh Orang Tua dan Minat Belajar Peserta Didik Pada Proses Pembelajaran E-Learning. Jurnal Alasma, 03(01), 87–95. https://jurnalstitmaa.org/alasma/article/view/64

Sitanggang, B. A., Sijabat, D., & Siagian, A. F. (2024). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di Kelas V Sdn 091607 Sinaksak. Pengembangan Penelitian Pengabdian Jurnal Indonesia (P3JI), 2(2), 155–161.

Slameto. (2013). Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. Rineka Cipta.

Sulistyowati, etik dan L., Harlina, A. P., Theresia, M., Hartati, S., Sintiasari, D. P., & Mochamad, N. (2018). Mengembangkan Kemampuan Manajemen Waktu Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Kontrak Perilaku. Helper, 37(1), 12–15.

Susanto, A. (2018). Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep, Teori, dan Aplikasinya (p. 394). Kencana.

Ulfa, M. (2017). Hubungan Pola Asuh Demokratis Orang Tua, Konsep Diri, Dan Penyesuaian Sosial Dengan Perilaku Asertif Siswa Smk Muhammadiyah 1 Sleman Yogyakarta. Sang Pencerah, 3(1), 71–81.

Ulfa, M., & Nurdendis, L. O. (2023). Increasing Student Learning Interest with Multiple Modeling Techniques. Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan, 7(2), 132–142.

Yanti, I., Trisoni, R., & Fajar, N. (2018). Hubungan Minat Dan Kemandirian Belajar Dengan Hasil Belajar Ipa Siswa Pada Kelas Viii Di Smp N 1 Pariangan. Proceeding IAIN Batusangkar, 3(2), 1–11. http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/view/1334