



**MENGATASI KESULITAN BELAJAR DARING MELALUI KONSELING
BEHAVIOUR TEKNIK *SELF* MANAGEMENT**



Oleh:
LINDA TRISNAWATI
NIM 201631020

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2021



**MENGATASI KESULITAN BELAJAR DARING MELALUI KONSELING
BEHAVIOUR TEKNIK *SELF* MANAGEMENT**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh

LINDA TRISNAWATI

NIM 201631020

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2021**

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:


Sistem pendidikan yang bijaksana setidaknya akan mengajarkan kita betapa sedikitnya yang belum diketahui oleh manusia, seberapa banyak yang masih harus ia pelajari. (Sir John Lubbock)



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Linda Trisnawati (NIM. 201631020) ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, Juni 2021
Pembimbing I



Dra. Sumarwiyah, M.Pd, Kons
NIDN. 0612085802

Dosen Pembimbing II



Drs. Masturi, MM.
NIDN. 0614055701

Mengetahui
Ka. Progdil Bimbingan dan Konseling

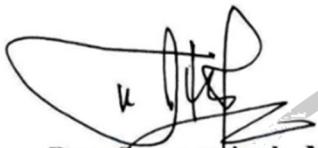


Drs. Arista Kiswanto, M.Pd.
NIDN. 0611116401

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Linda Trisnawati (NIM. 201631020) ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, Agustus 2021
Tim Penguji



Dra. Sumarwiyah, M.Pd, Kons.
NIDN. 0612085802

Ketua



Drs. Masturi, MM.
NIDN: 0614055701

Anggota



Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.
NIDN. 0629086302

Anggota



Richma Hidayati, M.Pd
NIDN. 0612028801

Anggota

Mengetahui,
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan



Drs. Sucipto, M.Pd., Kons.
NIDN. 0629086302

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan YME yang telah memberikan rahmatNya, sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Mengatasi Kesulitan Belajar Daring melalui Konseling *Behaviour* Teknik *Self Management*” dapat diselesaikan. Tujuan penyusunan skripsi ini adalah untuk memenuhi sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan. Pada penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, pengarahan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada:

1. Drs. Sucipto, M.Pd., Kons. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ijin pelaksanaan penelitian.
2. Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd. Ketua Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah banyak membantu kelancaran untuk mengadakan penelitian,
3. Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons. Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun skripsi ini.
4. Drs. Masturi, M.M. Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan sehingga tersusun skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Pengampu Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang membimbing penulis selama kuliah dan memberikan bekal pengetahuan.

6. Hj. Isti'annah, pengasuh pondok pesantren Tahfidzul Qur'an An-Nur Pati yang telah memberikan pengalaman yang paling berkesan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah mendorong dan memberikan bantuan sehingga dapat tersusun skripsi ini.

Penulis berharap semoga amal kebaikan Bapak/Ibu mendapat imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis menyadari dalam skripsi ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan.



Kudus, Juni 2021
Penyusun

Linda Trisnawati
NIM 201631020

ABSTRACT

Trisnawati, Linda. 2021. ***Overcoming Online Learning Difficulties through Behavioral Counseling Self Management Techniques***. Skripsi. Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Muria Kudus University. Advisor: (i) Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons, (ii) Drs. Masturi, M.M.

The Research purposes: (1) To find factors that influence online learning difficulties; (2) Overcoming online learning difficulties through the application of Behavioral Counseling Self Management Techniques.

Behavioral is used to provide behavioral changes to counselees who experience problems or obstacles when learning online. Furthermore, self-management techniques are used to help counselees to be able to manage thoughts, feelings and actions in order to be able to encourage the desired behavior, in this case being able to overcome various obstacles in online learning that cause learning difficulties.

The research was carried out at the Tahfidzul Qur'an Islamic Boarding School An-Nuur Winong, Pati in the 2020/2021 academic year. This type of research is a qualitative case study. The research subjects were female students and/or female students who had problems with online learning difficulties. The data collection techniques used were observation, interviews, and home visits. The data analysis used is bacon system data analysis.

The result of the research on counselee I was that the counselee was able to have motivation and enthusiasm in carrying out online learning. In addition, counselee I has also been able to manage their time, so there is no longer any reason for the counselee not to be able to take part in online learning, on the pretext of colliding between the activities of the Islamic boarding school and the school. Furthermore, the second counselee obtained the fact that the counselee got motivated after meeting his school friends, because the counselee really wanted to have new friends other than friends from one Islamic boarding school.

The results of this study: (1) Factors that cause counselees I and II to experience online learning difficulties, namely: counselee I, counselee's low enthusiasm in participating in online learning; while the second counselee is the absence of a positive influence of peers in motivating the counselee to take part in online learning; (2) After the implementation of behavioral counseling with self-management techniques, both counselees were able to overcome the difficulties of online learning by finding solutions, answers to problems that had been experienced so far. Suggestions submitted by researchers are: (1) Counselees should increase motivation in participating in online learning, even though various obstacles are experienced during online learning. The counselee is also expected to be able to find a new motivation to always remain enthusiastic in online learning; (2) Caretakers of Islamic boarding schools should monitor, supervise, and assist students and female

students in the online learning process, so that online learning activities carried out by each student and female school can run well. (3) Future research is expected to be able to overcome online learning difficulties through counseling approaches or techniques that are more in line with the problems experienced by the counselee, so that the process and results of the counselee can go hand in hand.

Keyword: *Difficulty Learning Online, Behavioral Counseling with Self Management Techniques.*



ABSTRAK

Trisnawati, Linda. 2021. *Mengatasi Kesulitan Belajar Daring melalui Konseling Behaviour Teknik Self Management*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. Pembimbing: (i) Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons, (ii) Drs. Masturi, M.M.

Tujuan penelitian ini adalah: (1) Menemukan faktor-faktor yang memengaruhi kesulitan belajar daring; (2) Mengatasi kesulitan belajar daring melalui penerapan Konseling *Behaviour Teknik Self Management*.

Konseling *behavioral* atau *behaviour* digunakan untuk memberikan perubahan perilaku pada konseli yang mengalami masalah atau hambatan ketika pembelajaran daring. Selanjutnya teknik *self management* digunakan untuk membantu para konseli agar mampu mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan agar mampu mendorong pada perilaku yang dikehendaki, dalam hal ini adalah mampu mengatasi berbagai hambatan dalam pembelajaran daring yang menyebabkan timbulnya kesulitan belajar.

Penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an An-Nuur Winong, Pati pada tahun pelajaran 2020/2021. Metode penelitian yaitu kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian adalah santiwan dan atau santriwati yang mengalami masalah kesulitan belajar daring. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi, wawancara, dan *home visit*. Analisis data yang digunakan adalah analisis data sistem bacon.

Hasil penelitian pada konseli I yaitu konseli mampu memiliki motivasi serta antusias dalam melaksanakan pembelajaran daring. Selain itu, konseli I juga telah mampu melakukan manajemen waktu yang dimiliki, jadi tidak ada lagi alasan lagi bagi konseli untuk tidak dapat mengikuti pembelajaran daring, dengan dalih terbentur antara kegiatan pondok pesantren dengan sekolah. Selanjutnya pada konseli II diperoleh fakta bahwa konseli memperoleh motivasi setelah bertemu dengan teman-teman sekolahnya, karena konseli sangat ingin memiliki teman baru selain teman dari satu pondok pesantren.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu: (1) Faktor yang menyebabkan konseli I dan II sehingga mengalami kesulitan belajar daring yaitu: konseli I rendahnya antusias konseli dalam mengikuti pembelajaran daring; sedangkan pada konseli II yaitu tidak adanya pengaruh positif teman sebaya dalam memotivasi konseli untuk mengikuti pembelajaran daring; (2) Setelah pelaksanaan konseling *behaviour* teknik *self management*, kedua konseli mampu mengatasi kesulitan belajar daring dengan menemukan solusi, jawaban atas permasalahan yang selama ini dialami. Saran yang disampaikan peneliti yaitu: (1) Konseli hendaknya meningkatkan motivasi dalam mengikuti pembelajaran daring, meskipun berbagai kendala dialami selama pembelajaran daring. Konseli juga diharapkan mampu menemukan sebuah motivasi baru agar senantiasa tetap semangat dalam pembelajaran daring; (2) Pengasuh pondok pesantren hendaknya memantau, mengawasi, serta mendampingi para santiwan dan santriwati dalam proses pembelajaran daring, sehingga kegiatan pembelajaran daring

yang dilaksanakan oleh masing-masing sekolah santriwan dan santriwati dapat berjalan dengan baik. (3) Penelitian selanjutnya diharapkan mampu mengatasi kesulitan belajar daring melalui pendekatan atau teknik konseling yang lebih sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh konseli, agar proses dan hasil konseli dapat berjalan seiringan.

Kata Kunci: Kesulitan Belajar Daring, Konseling Behaviour Teknik Self Management.



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN LOGO	ii
HALAMAN JUDUL	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
ABSTRACT	ix
ABSTRAK	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I: PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian.....	4
1.3 Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Manfaat Penelitian	6
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB II: KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Kajian Pustaka	8
2.1.1 Pembelajaran Daring	8
2.1.1.1 Pengertian Pembelajaran Daring.....	8
2.1.1.2 Karakteristik Pembelajaran Daring	9
2.1.1.3 Hambatan-hambatan dalam Proses Pembelajaran Daring.....	10
2.1.1.4 Langkah-langkah Pembelajaran Daring	12
2.1.2 Konseling <i>Behaviour</i> Teknik <i>Self Management</i>	14

2.1.2.1	Konseling <i>Behaviour</i>	14
2.1.2.1.1	Konsep Dasar Konseling <i>Behaviour</i>	14
2.1.2.1.2	Pengertian Konseling <i>Behaviour</i>	15
2.1.2.1.3	Tujuan Konseling <i>Behaviour</i>	16
2.1.2.1.4	Peran dan Fungsi Konselor dalam Konseling <i>Behaviour</i>	17
2.1.2.1.5	Ciri-ciri Konseling <i>Behaviour</i>	18
2.1.2.1.6	Langkah-langkah Pelaksanaan Konseling <i>Behaviour</i>	19
2.1.2.2	Teknik <i>Self Management</i>	24
2.1.2.2.1	Pengertian Teknik <i>Self Management</i>	24
2.1.2.2.2	Tujuan Teknik <i>Self Management</i>	24
2.1.2.2.3	Langkah-langkah Pelaksanaan <i>Self Management</i>	25
2.1.2.3	Penerapan Konseling <i>Behaviour</i> Teknik <i>Self Management</i> dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Daring	30
2.2	Penelitian yang Relevan	32
2.3	Kerangka Berpikir.....	33
BAB III: METODE PENELITIAN		
3.1	Rancangan Penelitian	35
3.2	Data dan Sumber Data.....	37
3.3	Pengumpulan Data	38
3.4	Analisis Data.....	47
BAB IV: HASIL PENELITIAN		
4.1	Hasil Penelitian.....	50
4.1.1	Konseli I	50

4.1.2 Konseli II	72
4.2 Pembahasan	92
BAB V: SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan.....	99
5.2 Saran.....	99
DAFTAR PUSTAKA.....	101

