

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Daftar Cek Masalah

1. Definisi Daftar Cek Masalah

Menurut Popphy Yolanda Nainggolan, Daftar Cek Masalah merupakan instrumen non-tes yang disusun dalam bentuk daftar pernyataan untuk mengidentifikasi berbagai permasalahan yang dialami peserta didik. Instrumen ini digunakan untuk membantu siswa mengungkapkan masalah yang sedang dialami secara lebih terbuka, sehingga guru bimbingan dan konseling memperoleh gambaran awal mengenai kondisi siswa. Melalui Daftar Cek Masalah, siswa dapat mengidentifikasi berbagai permasalahan dalam aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier secara lebih sistematis.¹

Secara historis, Daftar Cek Masalah pertama kali dikembangkan oleh Ross L. Mooney pada tahun 1940

¹ Popphy Yolanda Nainggolan, "Profil Permasalahan Siswa Sma Di Sekolah Berdasarkan Daftar Cek Masalah (DCM)." h. 84.

dengan nama Mooney Problem Checklist (MPC). Instrumen ini kemudian mengalami penyempurnaan bersama Leonard V. Gordon pada awal dekade 1940-an dan kembali direvisi pada tahun 1950-an. Pengembangan tersebut bertujuan untuk membantu siswa mengekspresikan, mengenali, dan mengakui berbagai permasalahan pribadi maupun akademik secara sistematis, sehingga hasilnya dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Sejalan dengan perkembangan tersebut, Daftar Cek Masalah kemudian dikembangkan dan disesuaikan dengan konteks pendidikan di Indonesia oleh Prof. Dr. Prayitno, M.Sc.Ed. sejak tahun 2004 sebagaimana (di kutip oleh Retno Diah Ningsih, Fatmah, dan Allaurena Dhita Okfriandiani). Dalam proses adaptasinya, Prayitno tidak hanya menerjemahkan instrumen asli, tetapi juga melakukan penyesuaian terhadap struktur, isi, budaya, kurikulum, serta karakteristik peserta didik di Indonesia

agar lebih relevan digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah.²

Menurut Prayitno (dalam Purwanto dan Laras), Daftar Cek Masalah merupakan alat asesmen non-tes yang berfungsi untuk mengungkap berbagai permasalahan nyata yang dihadapi peserta didik secara objektif, sistematis, dan kontekstual. Melalui instrumen ini, siswa dibantu untuk mengenali serta mengakui masalah yang dialami dalam berbagai aspek kehidupan. Daftar Cek Masalah tidak digunakan untuk mengukur tingkat keparahan masalah, melainkan sebagai sarana awal bagi siswa untuk menyadari keberadaan masalah yang dihadapi secara jujur sebagai langkah menuju pemahaman diri yang lebih baik.³

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, peneliti menyimpulkan bahwa Daftar Cek Masalah merupakan

² Retno Diah Ningsih, Fatmah, and Allaurena Dhita Okfriandiani, *Asesmen Non Test Bimbingan Dan Konseling*, ed. M.Pd Diah Retno Ningsih, Diah Retno (Malang: Institut Agama Islam Sunan Kalijogo Malang, 2021). h. 39.

³ Arie Purwanto and Palasara Brahmani Laras, "Pengembangan Instrumen Daftar Cek Masalah (DCM) Berbasis Manajemen Resiko," *Journal of Social Work and Empowerment* 1, no. 2 (2022): h.35–50.

instrumen asesmen non-tes yang digunakan untuk membantu siswa mengenali, memahami, dan mengungkapkan berbagai masalah yang dialami secara sistematis. Dalam penelitian ini, Daftar Cek Masalah digunakan sebagai alat untuk membantu siswa mengenali masalah belajar yang dialami sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri siswa terhadap kondisi belajarnya.

2. Tujuan Daftar Cek Masalah dalam Bimbingan Konseling

Menurut Prayitno, tujuan utama Daftar Cek Masalah adalah memancing pengutaraan masalah yang pernah atau sedang dialami seseorang, yang dalam konteks sekolah berarti membantu siswa mengekspresikan masalah pribadi, sosial, belajar, maupun kariernya secara sadar. Tujuan lain dari Daftar Cek Masalah adalah:⁴

⁴ M.Sc.Ed. Dr. Prayitno, M.Pd. Dr. Agus Wibowo, and. Hadi Pranoto, *Dasar Dasar Bimbingan Dan Konseling Memahami Hakikat Bimbingan Dan Konseling Dari Sejarah Awal Hingga Era Disrupsi*, PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, Nur Azizah (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2023). h. 150.

- a. Mengungkap masalah berdasarkan pengakuan diri siswa
- b. Menyediakan data awal yang penting bagi konselor dalam menyusun program layanan bimbingan.
- c. Menentukan prioritas layanan berdasarkan jenis masalah yang muncul.

3. Fungsi Daftar Cek Masalah dalam Bimbingan Konseling

Menurut Tritjahjo dan Soesilo mengemukakan bahwa fungsi utama Daftar Cek Masalah adalah:⁵

- a. memudahkan individu mengemukakan masalah yang sedang dialami,
- b. mengelompokkan dan mensistematisasi jenis masalah untuk analisis lebih lanjut,
- c. memberikan arah prioritas layanan konseling yang sesuai.

Fungsi ini memperlihatkan bahwa Daftar Cek Masalah bukan hanya alat pengumpul data, melainkan

⁵ Tritjahjo danny soesilo, dan sumardjono padmomartono, "Book Pedoman Teori DCM Tritjahjo Danny Asesmen Non-Tes Dalam Bimbingan Dan Konseling" (2015): h.158.

juga sarana edukatif yang membantu siswa meningkatkan kesadaran diri terhadap kondisi dan permasalahannya.

Dari beberapa pendapat yang telah dikemukakan, peneliti dapat menegaskan bahwa Daftar Cek Masalah dalam bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa mengungkapkan berbagai permasalahan yang pernah atau sedang dialami, baik dalam aspek pribadi, sosial, belajar, maupun karier. Daftar Cek Masalah berfungsi sebagai sarana pengakuan diri siswa terhadap masalah yang dihadapi serta sebagai sumber data awal bagi guru BK dalam menyusun dan menentukan prioritas layanan bimbingan yang sesuai.

4. Aspek – aspek Yang di Ukur Daftar Cek Masalah

Struktur Daftar Cek Masalah versi Prayitno (dalam Tritjahjo danny soesilo) terdiri atas 240 pernyataan tertutup dan 3 pernyataan terbuka yang diklasifikasikan ke dalam empat bidang utama layanan bimbingan dan konseling: pribadi, sosial, belajar, dan

karier. Keempat bidang ini kemudian dijabarkan menjadi 12 aspek permasalahan, yaitu:⁶

- a. Kesehatan (berkaitan dengan kondisi fisik dan kebugaran siswa).
- b. Keadaan ekonomi (menyangkut kesulitan keuangan pribadi atau keluarga).
- c. Kehidupan keluarga (konflik dalam rumah tangga atau relasi orang tua anak).
- d. Agama dan moral (masalah keimanan, nilai-nilai, dan perilaku moral).
- e. Rekreasi dan hobi (kurangnya kegiatan positif di waktu luang).
- f. Hubungan pribadi (kesulitan berinteraksi atau perasaan rendah diri).
- g. Kehidupan sosial dan organisasi (pergaulan, kerja sama, dan partisipasi).

⁶ Tritjahjo danny soesilo, dan sumardjono padmomartono, "Book Pedoman Teori DCM Tritjahjo Danny *Asesmen Non-Tes Dalam Bimbingan Dan Konseling*" (2015): h.162.

- h. Masalah remaja (hubungan lawan jenis dan emosi remaja).
- i. Penyesuaian terhadap sekolah (ketidak nyamanan, stres, atau konflik dengan guru).
- j. Penyesuaian terhadap kurikulum (kesulitan memahami materi atau beban tugas).
- k. Kebiasaan belajar (masalah konsentrasi, disiplin, atau penundaan tugas).
- l. Masa depan dan cita-cita (karier) (kebingungan menentukan arah karier atau tujuan hidup).

Dari uraian di atas, dapat di tegaskan bahwa Dalam penelitian ini, fokus utama peneliti terletak pada aspek kebiasaan belajar, penyesuaian terhadap kurikulum, serta penyesuaian terhadap sekolah karena ketiga aspek tersebut memiliki keterkaitan langsung dengan masalah belajar siswa. Selain berfungsi sebagai alat identifikasi masalah, Daftar Cek Masalah juga membantu siswa melakukan refleksi diri terhadap hambatan belajar yang dialami sehingga dapat

meningkatkan kesadaran diri siswa dalam memahami kondisi belajarnya.

5. Langkah-langkah penggunaan Daftar Cek Masalah dalam layanan BK

Menurut Dody Hartanto, Penggunaan Daftar Cek Masalah dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang sistematis, sehingga proses pelaksanaan berjalan baik dan hasil data data yang diperoleh memiliki akurasi yang baik. Beberapa prosedur yang harus dilakukan memiliki beberapa tahapan yaitu:⁷

a. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, guru BK menentukan tujuan pelaksanaan Daftar Cek Masalah, sasaran siswa, waktu pelaksanaan, serta menyiapkan instrumen dan kondisi yang mendukung agar siswa dapat mengisi Daftar Cek Masalah dengan nyaman dan jujur.

⁷ Dody Hartanto dkk., “*Buku Panduan Teori Dan Praktik Pemahaman Individu Teknik Non Tes*, (Yogyakarta, UAD Press, 2020), h. 99.

b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini Guru BK memberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta cara pengisian Daftar Cek Masalah kepada siswa. Setelah itu, siswa mengisi instrumen sesuai dengan kondisi yang dialami sehingga data yang diperoleh dapat menggambarkan masalah siswa secara nyata.

c. Tahap Analisis dan Hasil

Setelah siswa mengisi Daftar Cek Masalah, guru BK mengumpulkan dan mengolah hasil pengisian dengan menekankan pemaknaan terhadap pernyataan yang dipilih siswa. Pengolahan hasil Daftar Cek Masalah tidak hanya melihat jumlah masalah, tetapi juga memahami kondisi nyata yang dialami siswa dalam proses belajar. Guru BK kemudian mengidentifikasi bidang permasalahan yang dominan, terutama yang berkaitan dengan masalah belajar, dan mengaitkannya dengan pengalaman belajar siswa di sekolah.

Selanjutnya, hasil Daftar Cek Masalah didalami melalui wawancara atau diskusi antara guru BK dan siswa untuk membantu siswa memaknai permasalahan yang teridentifikasi. Melalui proses ini, Daftar Cek Masalah, berperan dalam membantu siswa mengenali diri, memahami masalah belajar yang dihadapi, serta meningkatkan kesadaran diri dalam mengelola proses belajar secara lebih sadar dan bertanggung jawab.

d. Tindak Lanjut Konseling

Tahap tindak lanjut dilakukan berdasarkan hasil analisis Daftar Cek Masalah. Guru BK memberikan layanan bimbingan dan konseling, baik secara klasikal, kelompok, maupun individual, sesuai jenis masalah yang muncul. Dalam sesi tindak lanjut, siswa diajak untuk merefleksikan kembali hasil Daftar Cek Masalah, berdiskusi mengenai penyebab munculnya masalah, serta merumuskan langkah perbaikan yang dapat dilakukan. Dengan demikian,

Daftar Cek Masalah tidak hanya berfungsi sebagai alat identifikasi masalah, tetapi juga sebagai strategi penguatan kesadaran diri siswa dalam belajar.

Berdasarkan tahapan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan Daftar Cek Masalah dalam layanan bimbingan dan konseling dilaksanakan secara sistematis melalui tahap perencanaan, pelaksanaan pengisian, analisis hasil, dan tindak lanjut layanan. Setiap tahapan dirancang untuk membantu siswa mengidentifikasi, memahami, dan memaknai permasalahan yang dialami, khususnya yang berkaitan dengan masalah belajar. Dengan demikian, Daftar Cek Masalah tidak hanya berfungsi sebagai alat identifikasi masalah, tetapi juga menjadi sarana yang membantu meningkatkan kesadaran diri siswa dalam memahami kondisi belajar serta mendorong perubahan perilaku belajar yang lebih bertanggung jawab.

B. Masalah Belajar Siswa

1. Pengertian Masalah Belajar

Masalah belajar merupakan kondisi yang menunjukkan adanya hambatan dalam proses belajar siswa sehingga hasil yang dicapai tidak optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Dalam perspektif bimbingan dan konseling, menurut Prayitno (2004). Masalah belajar dipahami sebagai bagian dari permasalahan siswa yang berkaitan dengan ketidakmampuan dalam memenuhi tuntutan kegiatan belajar secara efektif dan efisien. Kondisi ini tidak hanya ditandai oleh rendahnya hasil belajar, tetapi juga oleh berbagai gejala seperti kesulitan memahami materi, kurangnya konsentrasi, serta rendahnya keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Gejala-gejala tersebut menunjukkan bahwa siswa belum mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang dihadapi. Dengan demikian, masalah belajar mencerminkan adanya

ketidaksesuaian antara tuntutan pembelajaran dengan kesiapan siswa dalam belajar.⁸

Masalah belajar tidak hanya berkaitan dengan aspek kognitif, tetapi juga melibatkan aspek afektif dan perilaku siswa dalam proses pembelajaran. Menurut Purwanto,⁹ belajar merupakan aktivitas yang kompleks karena melibatkan kemampuan intelektual, emosi, dan motivasi secara bersamaan. Siswa yang mengalami masalah belajar tidak hanya kesulitan memahami materi, tetapi juga cenderung memiliki motivasi yang rendah, mudah merasa bosan, dan kurang memiliki ketekunan dalam menyelesaikan tugas. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masalah belajar bersifat multidimensional dan tidak dapat dipisahkan dari kondisi

⁸ Dr. Prayitno, Dr. Agus Wibowo, and Hadi Pranoto, S.Pd., *Dasar Dasar Bimbingan Dan Konseling Memahami Hakikat Bimbingan Dan Konseling Dari Sejarah Awal Hingga Era Disrupsi*. h. 208.

⁹ Mujhirul Iman, *Konsep Diagnosis Kesulitan Belajar*, ed. Rahma Siregar, dan Nurais (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024). h. 1-3

psikologis siswa. Oleh karena itu, pemahaman terhadap masalah belajar perlu dilakukan secara menyeluruh.¹⁰

Pendapat ini sejalan dengan Bakhrudin All Habsy,¹¹ yang menyatakan bahwa Dalam konteks bimbingan dan konseling, masalah belajar juga berkaitan dengan kemampuan siswa dalam mengenali kondisi dirinya sendiri. Banyak siswa yang mengalami kesulitan belajar, tetapi belum mampu memahami secara jelas bentuk dan penyebab masalah yang dialaminya. Siswa sering kali hanya merasakan dampak seperti nilai rendah atau kesulitan mengikuti pelajaran tanpa mengetahui faktor penyebabnya. Kondisi ini menunjukkan rendahnya kesadaran diri dalam proses belajar siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa masalah belajar merupakan kondisi yang mencerminkan adanya hambatan dalam proses belajar yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku.

¹⁰ zaini dahan Muhammed, Iamillah, *Buku Psikologi Belajar*, ed. Jasman Jinggo, (Medan: Larispa Iindonesia, 2017). h. 26

¹¹ Bakhrudin Habsy, Nur Mutiara Indah, and Qonita Salsabila, "Identifikasi Kesulitan Belajar Akademik," *Tsaqofah Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 4 (2024): 700–713.

Masalah ini muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dengan kesiapan siswa dalam belajar. Selain itu, rendahnya kesadaran diri siswa juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan masalah belajar sulit dikenali secara tepat. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan yang dapat membantu siswa mengidentifikasi dan memahami masalah belajar yang dialaminya secara sistematis. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui penggunaan instrumen Daftar Cek Masalah dalam layanan bimbingan dan konseling.

2. Jenis – jenis Masalah Belajar Siswa

Jenis-jenis masalah belajar siswa dapat dikenali melalui berbagai gejala yang muncul dalam proses pembelajaran sehari-hari. Menurut Prayitno, masalah belajar tampak dari perilaku siswa yang menunjukkan adanya hambatan dalam mengikuti kegiatan belajar secara optimal. Gejala tersebut meliputi kesulitan memahami materi, rendahnya perhatian dan konsentrasi, serta kurangnya keterlibatan dalam aktivitas

pembelajaran. Kondisi ini menunjukkan bahwa siswa mengalami kendala dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan belajar yang dihadapi. Oleh karena itu, identifikasi jenis masalah belajar menjadi langkah awal yang penting dalam memahami kondisi siswa.¹²

Jenis-jenis masalah belajar yang dialami siswa dapat dilihat dari berbagai gejala yang muncul dalam proses pembelajaran. Menurut Purwanto, kesulitan belajar ditunjukkan melalui perilaku seperti:¹³

a. Kesulitan memahami pelajaran

Kesulitan memahami pelajaran merupakan kondisi ketika siswa mengalami hambatan dalam menangkap, mengolah, dan memahami materi yang disampaikan oleh guru. Kondisi ini dapat disebabkan oleh rendahnya kemampuan dasar siswa, kurangnya kesiapan belajar, atau metode pembelajaran yang kurang sesuai dengan kebutuhan siswa.

¹² Dr. Prayitno, Dr. Agus Wibowo, and Hadi Pranoto, S.Pd., *Dasar Dasar Bimbingan Dan Konseling Memahami Hakikat Bimbingan Dan Konseling Dari Sejarah Awal Hingga Era Disrupsi*. h.115

¹³ Zaini Dahlan Muhammed, lamilah, *Buku Psikologi Belajar*, ed. jasman jinggo (Medan: larispa indonesia, 2017), h. 13-15.

b. Rendahnya konsentrasi Belajar

Rendahnya konsentrasi belajar merupakan kondisi ketika siswa mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian selama proses pembelajaran berlangsung. Siswa mudah terdistraksi, kurang fokus saat guru menjelaskan materi, serta tidak mampu mempertahankan perhatian dalam waktu yang lama.

c. Kurangnya Motivasi Belajar

kondisi ketika Kurangnya motivasi belajar ditandai dengan rendahnya semangat, minat, dan dorongan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Siswa cenderung menunjukkan sikap acuh, kurang antusias, dan tidak memiliki keinginan yang kuat untuk mencapai hasil belajar yang baik.

d. Tidak mampu menyelesaikan tugas tepat waktu

Masalah ini terlihat ketika siswa sering menunda pekerjaan, tidak menyelesaikan tugas sesuai batas waktu, serta kurang memiliki disiplin dalam

menyelesaikan tanggung jawab akademik yang diberikan oleh guru.

e. Perilaku menghindari aktivitas belajar

Perilaku ini ditunjukkan melalui tindakan siswa yang cenderung menghindari kegiatan belajar, seperti tidak mengerjakan tugas, tidak mengikuti pelajaran tertentu, atau mencari alasan agar tidak terlibat dalam proses pembelajaran. Pada siswa SMK, gejala ini sering tampak pada mata pelajaran produktif maupun teori, sehingga siswa kurang mampu mencapai kompetensi yang diharapkan.

Pada konteks siswa SMK, berbagai masalah belajar tersebut dapat muncul baik pada mata pelajaran teori maupun praktik kejuruan. Kondisi tersebut dapat menghambat siswa dalam mencapai kompetensi akademik maupun keterampilan vokasional yang diharapkan. Oleh karena itu, diperlukan identifikasi masalah secara tepat agar siswa dapat memahami hambatan belajar yang

dialami, salah satunya melalui penggunaan Daftar Cek Masalah.

3. Faktor Penyebab Masalah Belajar

Menurut Subini yang (dalam Mujhirul Iman), kesulitan belajar merupakan kondisi ketika siswa mengalami hambatan dalam menerima, memahami, atau mengolah materi pelajaran sehingga tidak mampu mencapai hasil belajar secara optimal. Kesulitan belajar tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan sekitarnya. Faktor-faktor tersebut perlu dipahami karena setiap siswa memiliki penyebab masalah belajar yang berbeda-beda. Kesulitan ini dapat disebabkan oleh dua faktor internal dan eksternal:¹⁴

a. faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang dapat memengaruhi proses belajar. Faktor ini meliputi

¹⁴ Mujhirul Iman, *Konsep Diagnosis Kesulitan Belajar*. ed. Nuraisyah Rahma Siregar dan Nurais (Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024), h. 37-38.

rendahnya motivasi belajar, kurangnya minat terhadap pelajaran, kondisi kesehatan yang terganggu, kemampuan intelektual, serta rendahnya kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran. Kondisi internal yang kurang baik dapat menyebabkan siswa sulit berkonsentrasi, kurang semangat belajar, serta mengalami hambatan dalam memahami materi pelajaran.

b. faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari lingkungan di luar diri siswa yang turut memengaruhi keberhasilan belajar. Faktor ini meliputi lingkungan keluarga, metode mengajar guru, teman sebaya, serta kondisi lingkungan sekolah. Dukungan keluarga yang kurang, metode pembelajaran yang monoton, pergaulan yang kurang mendukung, serta lingkungan sekolah yang kurang kondusif dapat menjadi penyebab munculnya masalah belajar pada siswa.

Selanjutnya Menurut Abu Ahmadi,¹⁵ kesulitan belajar ditunjukkan oleh keadaan ketika siswa tidak mampu belajar sebagaimana mestinya sehingga prestasi yang diperoleh berada di bawah kemampuan yang seharusnya dimiliki. Kondisi tersebut dapat terlihat dari rendahnya prestasi belajar, lambat dalam menyelesaikan tugas, serta kecenderungan menghindari aktivitas belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab masalah belajar berasal dari faktor internal dan eksternal yang saling berkaitan. Oleh karena itu, identifikasi penyebab masalah belajar sangat penting dilakukan agar guru BK dapat memberikan bantuan yang sesuai melalui layanan bimbingan dan konseling serta penggunaan Daftar Cek Masalah.

¹⁵ zaini dahlhan Muhammed,dan lamilah, *Buku Psikologi Belajar*, ed. Jasman Jinggo (Medan: Larispa Iindonesia, 2017). h. 53-54

4. Dampak Masalah Belajar Pada Siswa

Menurut Subini (di kutib dalam Mujhirul Iman), dampak masalah belajar tidak hanya terlihat pada penurunan prestasi akademik, tetapi juga memengaruhi aspek motivasi, kehadiran, dan kesiapan psikologis siswa dalam mengikuti pembelajaran. Dampak masalah belajar pada siswa dapat dilihat dalam beberapa aspek berikut:¹⁶

a. Penurunan prestasi belajar

Masalah belajar sering menyebabkan menurunnya hasil belajar siswa karena siswa mengalami kesulitan dalam memahami materi dan menyelesaikan tugas akademik. Kondisi ini membuat hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan kemampuan yang sebenarnya dimiliki siswa. Pada siswa SMK, penurunan prestasi juga terlihat pada mata pelajaran praktik yang membutuhkan penguasaan teori dan keterampilan secara bersamaan.

b. Menurunnya Keaktifan dalam belajar

¹⁶ Mujhirul Iman, *Konsep Diagnosis Kesulitan Belajar*. ed. Nuraisyah Rahma Siregar dan Nurais (Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024), h.32-36

Siswa yang mengalami masalah belajar cenderung menjadi pasif selama proses pembelajaran berlangsung. Mereka kurang fokus mendengarkan penjelasan guru, jarang bertanya, serta kurang berpartisipasi dalam diskusi kelas. Kondisi ini menyebabkan siswa semakin tertinggal dalam memahami materi pelajaran.

c. Menurunnya kehadiran siswa

Masalah belajar juga dapat menyebabkan siswa sering terlambat, tidak hadir di sekolah, atau sengaja menghindari mata pelajaran tertentu yang dianggap sulit. Perilaku tersebut muncul karena siswa merasa tertekan, kurang termotivasi, atau merasa tidak mampu mengikuti pembelajaran.

d. Menurunnya rasa percaya diri

Kesulitan belajar yang terjadi secara terus-menerus dapat membuat siswa merasa rendah diri dan meragukan kemampuan dirinya. Siswa menjadi takut gagal, malu bertanya, dan kurang percaya diri dalam

menyampaikan pendapat maupun menunjukkan kemampuannya.

e. Rendahnya keterampilan praktik

Pada siswa SMK, masalah belajar dapat berdampak pada rendahnya keterampilan praktik karena siswa kurang memahami prosedur kerja dan kurang percaya diri saat melakukan praktik. Hal ini tentu dapat menghambat pencapaian kompetensi kejuruan yang seharusnya dimiliki siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak masalah belajar tidak hanya berpengaruh terhadap prestasi akademik, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis, perilaku belajar, kehadiran, serta keterampilan siswa. Dalam penelitian ini, pemahaman mengenai dampak masalah belajar menjadi penting karena membantu peneliti memahami kondisi nyata siswa setelah hasil Daftar Cek Masalah teridentifikasi, sekaligus melihat bagaimana kesadaran diri siswa berkembang dalam memahami permasalahan belajarnya.

C. Konsep Kesadaran Diri

1. Pengertian Kesadaran diri

Dalam bidang bimbingan dan konseling, kesadaran diri merupakan kemampuan individu untuk memahami kondisi dirinya secara objektif, baik yang berkaitan dengan perasaan, pikiran, perilaku, kelebihan, maupun kelemahan yang dimiliki. Menurut Prayitno, pemahaman diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan individu karena membantu seseorang mengenali kondisi dirinya serta memahami berbagai permasalahan yang dihadapi. Dalam konteks pendidikan, kemampuan memahami diri sangat diperlukan agar siswa mampu mengenali hambatan belajar dan menentukan langkah perbaikan yang tepat.¹⁷

Pendapat tersebut diperkuat oleh Daniel Goleman yang menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan kemampuan individu dalam mengenali perasaan, memahami kondisi diri, serta menyadari pengaruh

¹⁷ Arifah Abd Latif Dunggio, "Implementasi Penggunaan Daftar Cek Masalah Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling." (Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup, 2024). h. 30.

perilaku terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Individu yang memiliki kesadaran diri mampu memahami apa yang sedang dirasakan, mengetahui penyebab munculnya perilaku tertentu, serta melakukan evaluasi terhadap dirinya secara lebih objektif.¹⁸

Dalam konteks belajar, kesadaran diri membantu siswa memahami kondisi belajar yang sedang dialami. Siswa yang memiliki kesadaran diri mampu mengenali kesulitan belajar, memahami penyebab hambatan belajar, serta menyadari kebiasaan belajar yang perlu diperbaiki. Sebaliknya, siswa yang memiliki kesadaran diri rendah cenderung sulit memahami masalah yang dialaminya sehingga masalah belajar sering berulang dan tidak terselesaikan dengan baik.¹⁹

Pandangan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dedi Kurniawan yang menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan kemampuan seseorang dalam

¹⁸ Anamika Singh, Rajkiran Prabhakar, and Jatoth Sai Kiran, "Emotional Intelligence : A Literature Review Of Its Concept , Models , And Measures" 6, no. 10 (2022): h.75.

¹⁹ Ira Kusumawaty, *Buku Ajar Psikologi*, ed. Ivan Zumarano, Ivan Zumar (Jakarta: PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta, 2024). h.39

memahami keadaan emosional dan kognitifnya sendiri sehingga individu mampu mengontrol sikap dan perilaku secara lebih adaptif dalam kegiatan belajar. Kemampuan tersebut membantu siswa dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan belajar serta meningkatkan tanggung jawab terhadap proses pembelajaran.²⁰

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesadaran diri merupakan kemampuan siswa untuk mengenali kondisi dirinya, memahami perasaan, perilaku, kekuatan, dan kelemahan yang dimiliki, serta menyadari dampaknya terhadap proses belajar. Dalam penelitian ini, kesadaran diri menjadi penting karena membantu siswa memahami masalah belajar yang teridentifikasi melalui Daftar Cek Masalah.

2. Aspek – aspek Kesadaran Diri

Menurut Prayitno (dalam Suhertina), kesadaran diri dalam konteks bimbingan dan konseling berkaitan

²⁰ Dedi Kurniawan, Mungin Eddy Wibowo, and Sinta Sawaswati, “Studi Literatur : Menumbuhkan Kesadaran Diri Dan Motivasi Belajar Siswa Melalui Konseling Kelompok,” *Jurnal Inovasi Pendidikan* 4, no. 2 (2025): h.54.

dengan kemampuan individu untuk memahami kondisi dirinya secara objektif serta mampu melakukan evaluasi terhadap permasalahan yang dihadapi. Dalam konteks belajar, kesadaran diri membantu siswa memahami hambatan belajar yang dialami serta mendorong munculnya perilaku belajar yang lebih positif. Aspek-aspek kesadaran diri dalam penelitian ini meliputi:²¹

a. Mengenali masalah belajar

Siswa yang memiliki kesadaran diri mampu mengenali berbagai kesulitan yang dialami dalam proses belajar, seperti rendahnya motivasi, kurangnya konsentrasi, kesulitan memahami materi, maupun pengaruh lingkungan belajar. Kemampuan ini penting karena membantu siswa memahami bentuk masalah belajar yang sedang dialami.

b. Mengatur strategi belajar

Setelah mengenali masalah yang dihadapi, siswa mampu menentukan langkah atau strategi untuk

²¹ Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*, Cv. Mutiara Pesisir Utama, vol. 110, 2017. h.75.

mengatasi hambatan belajar. Strategi tersebut dapat berupa memperbaiki jadwal belajar, meningkatkan disiplin belajar, meminta bantuan guru, atau mengubah kebiasaan belajar yang kurang efektif.

c. Meningkatkan tanggung jawab belajar

Kesadaran diri juga terlihat dari kemampuan siswa untuk bertanggung jawab terhadap proses belajarnya. Siswa tidak hanya menyadari kesalahan yang dilakukan, tetapi juga berusaha memperbaiki diri dan lebih serius dalam mencapai tujuan belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa aspek kesadaran diri dalam penelitian ini meliputi kemampuan siswa dalam mengenali masalah belajar, mengatur strategi belajar, dan meningkatkan tanggung jawab belajar. Ketiga aspek tersebut relevan dengan tujuan penelitian, yaitu melihat bagaimana Daftar Cek Masalah membantu siswa memahami permasalahan belajar yang dialami serta meningkatkan kesadaran dirinya.

3. Pentingnya Kesadaran Diri Dalam Belajar

Menurut Prayitno (dalam asdlori),²² dalam bidang bimbingan dan konseling, pemahaman diri merupakan salah satu tugas perkembangan penting yang harus dimiliki siswa agar mampu mengenali potensi, kelemahan, serta permasalahan yang dialaminya secara objektif. Pemahaman diri membantu siswa memahami kondisi pribadi, sosial, belajar, dan karier sehingga siswa mampu mengambil keputusan yang tepat dalam menghadapi berbagai permasalahan. Dalam konteks belajar, kemampuan memahami diri tersebut berkaitan erat dengan kesadaran diri siswa dalam mengenali hambatan belajar yang dialami serta menentukan langkah perbaikan yang diperlukan.

Pendapat tersebut diperkuat oleh Daniel Goleman (di kutip dalam Saparwadi)²³ yang menyatakan bahwa kesadaran diri merupakan kemampuan individu dalam

²² Dr.h.asdlori, *Pendidikan Islam*, Nur Wahid, (banyumas jawa tengah: Wawasan Ilmu, 2023). h. 25- 30

²³ Akhmad Sahradi, "Mengenal Konsep Daniel Goleman Dan Pemikirannya Dalam Kecerdasan Emosi," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 1, no. 1 (2021): h. 17–38.

mengenali emosi, memahami kondisi diri, serta menyadari dampak perilaku terhadap dirinya sendiri. Dalam proses belajar, siswa yang memiliki kesadaran diri akan lebih mudah memahami penyebab kesulitan belajar, mengenali kelemahan dalam belajar, serta menyadari kebiasaan belajar yang perlu diperbaiki agar hasil belajar menjadi lebih optimal.

Kesadaran diri juga membantu siswa dalam meningkatkan tanggung jawab terhadap proses belajarnya. Siswa yang memiliki kesadaran diri cenderung mampu mengevaluasi perilaku belajar yang kurang efektif, mengontrol emosi saat menghadapi kesulitan belajar, serta berusaha mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi. Sebaliknya, siswa yang memiliki kesadaran diri rendah cenderung sulit memahami penyebab kegagalan belajar sehingga sering mengulangi kesalahan yang sama.

Dalam penelitian ini, kesadaran diri menjadi aspek penting karena melalui penggunaan Daftar Cek Masalah siswa diharapkan mampu mengenali masalah belajar yang

dialami, memahami penyebabnya, serta melakukan refleksi terhadap perilaku belajar yang perlu diperbaiki. Dengan demikian, kesadaran diri berperan dalam membantu siswa membangun perilaku belajar yang lebih positif, mandiri, dan bertanggung jawab.

D. Implementasi Daftar Cek Masalah sebagai Penguatan Kesadaran Diri Siswa Dalam Belajar

Menurut Bakhrudin, Daftar Cek Masalah merupakan salah satu instrumen non-tes dalam layanan Bimbingan dan Konseling yang digunakan untuk mengungkap berbagai permasalahan siswa berdasarkan pengakuan dirinya sendiri. Dalam bidang belajar, instrumen ini membantu mengidentifikasi berbagai permasalahan akademik, seperti rendahnya motivasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, kebiasaan menunda tugas, kesulitan memahami materi, serta penyesuaian terhadap lingkungan sekolah dan kurikulum. Melalui implementasi Daftar Cek Masalah, siswa didorong untuk mengenali dan mengungkapkan kondisi dirinya secara objektif sehingga guru Bimbingan dan Konseling

memperoleh gambaran mengenai permasalahan yang dialami siswa sebagai dasar penyusunan layanan yang sesuai.²⁴

Implementasi Daftar Cek Masalah dalam layanan Bimbingan dan Konseling tidak hanya dilakukan melalui proses pengisian instrumen, tetapi juga meliputi beberapa tahapan, yaitu pemberian penjelasan mengenai tujuan pengisian, pelaksanaan pengisian secara jujur dan objektif, analisis hasil oleh guru Bimbingan dan Konseling, serta pemberian tindak lanjut sesuai kebutuhan siswa. Setiap tahapan tersebut saling berkaitan sehingga hasil Daftar Cek Masalah dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam merancang layanan bimbingan maupun konseling yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan siswa.²⁵

Menurut Daniel Goleman (dalam Siti Wahyuni Siregar), kesadaran diri merupakan kemampuan individu untuk mengenali emosi, pikiran, serta perilakunya dan

²⁴ Bakhrudin All Habsy, Putri Awalia Zahro, and Erika Winda Mustika, "Urgensi Asesmen Dalam Penyusunan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Menengah," *Consilium: Education and Counseling Journal* 4, no. 1 (2024): 268-282., <https://unars.ac.id/ojs/index.php/consilium/article/view/4191>.

²⁵ Arifah Abd Latif Dunggio, "Implementasi Penggunaan Daftar Cek Masalah Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling." (2020): h. 40

memahami pengaruhnya terhadap tindakan yang dilakukan. Dalam implementasi Daftar Cek Masalah, proses pengisian instrumen memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan refleksi terhadap pengalaman belajarnya. Melalui refleksi tersebut, siswa dapat mengenali kebiasaan belajar, memahami berbagai kendala yang dihadapi, serta menyadari perlunya melakukan perbaikan terhadap perilaku belajar yang kurang efektif.²⁶

Keberhasilan implementasi Daftar Cek Masalah dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari guru BK maupun dari siswa. Guru BK berperan dalam memberikan penjelasan yang jelas mengenai tujuan pengisian, melakukan analisis hasil secara cermat, serta memberikan tindak lanjut yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Sementara itu, keterbukaan siswa dalam mengisi instrumen, ketersediaan waktu, serta pelaksanaan tindak lanjut menjadi faktor yang turut menentukan optimal atau

²⁶ Siti Wahyuni Siregar, "Assesment Dalam Bimbingan Dan Konseling," *Proceedings of the National Academy of Sciences* 3, no. 1 (2015): h. 1–15.

tidaknya implementasi Daftar Cek Masalah sebagai instrumen penguatan kesadaran diri siswa dalam belajar.²⁷

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa implementasi Daftar Cek Masalah merupakan rangkaian proses dalam layanan Bimbingan dan Konseling yang meliputi pelaksanaan asesmen, analisis hasil, dan tidak lanjut layanan. Apabila setiap tahapan tersebut dilaksanakan secara sistematis, Daftar Cek Masalah tidak hanya berfungsi sebagai instrumen identifikasi permasalahan siswa, tetapi juga sebagai instrumen yang mendukung penguatan kesadaran diri siswa dalam memahami dan mengatasi permasalahan belajarnya.

²⁷ Daniel Goleman, "Executive Book Summaries Working with Emotional Intelligence" 06,10, no. May (2010): h. 1–8.