

Efektivitas Website Self-Management dalam Layanan Bimbingan Klasikal terhadap Motivasi Belajar Siswa SMA: Studi Kuasi Eksperimental

The Effectiveness of a Self-Management Website in Classical Guidance Services on the Learning Motivation of Senior High School Students: A Quasi-Experimental Study

¹Stefany Putri Agatha, ²Budi Astuti, ³Afanin Halqim

Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

e-mail: stefanyputi.2024@student.uny.ac.id

Abstrak: Motivasi belajar merupakan faktor penting yang memengaruhi keterlibatan dan keberhasilan siswa dalam belajar. Penelitian ini menguji efektivitas website self-management yang diintegrasikan dalam layanan bimbingan klasikal untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen pretest-posttest control group, dengan alokasi pada tingkat kelas/sekolah, bukan randomisasi individual. Partisipan berjumlah 120 siswa dari empat SMA di Kota Yogyakarta: 64 siswa kelompok eksperimen dan 56 siswa kelompok kontrol. Kedua kelompok mengisi skala motivasi belajar sebelum dan sesudah intervensi. Kelompok eksperimen memperoleh bimbingan klasikal berbantuan website self-management dalam tiga pertemuan yang mencakup penetapan tujuan, penyusunan rencana aksi, serta pemantauan dan evaluasi diri, sedangkan kelompok kontrol memperoleh bimbingan klasikal tanpa website. Efektivitas diuji menggunakan analisis kovarians (ANCOVA), dengan skor post-test sebagai variabel dependen, kelompok sebagai variabel independen, dan skor pre-test sebagai kovariat. Secara deskriptif, rata-rata motivasi kelompok eksperimen meningkat dari 60,28 menjadi 77,50, sedangkan kelompok kontrol meningkat dari 62,68 menjadi 75,00. Setelah skor pre-test dikendalikan, kelompok eksperimen menunjukkan skor motivasi post-test yang lebih tinggi dibandingkan kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa website self-management dapat mendukung layanan bimbingan klasikal apabila disertai fasilitasi konselor, akses digital yang memadai, dan pelaksanaan sesuai durasi yang direncanakan. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada desain yang tidak sepenuhnya acak dan durasi intervensi yang singkat.

Kata kunci: Website, Self-Management, Bimbingan Klasikal, Motivasi Belajar, Kuasi-Eksperimental, Siswa SMA

Abstract: Learning motivation is a key factor influencing students' engagement and success in learning. This study examined the effectiveness of a self-management website integrated into classical guidance services for enhancing senior high school students' learning motivation. A quantitative quasi-experimental pretest-posttest control group design was used, with allocation at the class/school level rather than individual randomisation. Participants were 120 students

from four senior high schools in Yogyakarta City: 64 in the experimental and 56 in the control group. Both groups completed a learning motivation scale before and after the intervention. The experimental group received classical guidance supported by the self-management website across three sessions covering goal setting, action planning, and self-monitoring, while the control group received classical guidance without the website. Effectiveness was tested using analysis of covariance (ANCOVA), with post-test scores as the dependent variable, group as the independent variable, and pre-test scores as the covariate. Mean motivation rose from 60.28 to 77.50 in the experimental group and from 62.68 to 75.00 in the control group. After controlling for pre-test scores, the experimental group showed a higher post-test score than the control. The website may support classical guidance services when accompanied by counsellor facilitation, adequate digital access, and implementation within the planned duration, though the non-randomised design and short intervention period limit generalisability.

Keywords: Website, Self-Management, Bimbingan Klasikal, Motivasi Belajar, Kuasi-Eksperimental, Siswa SMA

Pendahuluan

Keterampilan belajar dan motivasi belajar merupakan aspek penting dalam keberhasilan proses pendidikan karena keduanya berkaitan dengan bagaimana siswa mengarahkan, mempertahankan, dan mengevaluasi aktivitas belajarnya. Dalam perspektif *self-regulated learning*, belajar dipandang sebagai proses aktif ketika peserta didik mengatur kognisi, motivasi, perilaku, dan sumber daya yang digunakan untuk mencapai tujuan belajar. Meta-analisis yang dilakukan oleh [Dent & Koenka \(2016\)](#) menunjukkan bahwa *self-regulated learning* memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik, sedangkan [Fong et al. \(2023\)](#) menemukan bahwa siswa yang mengalami *academic underachievement* cenderung memiliki motivasi, keyakinan kompetensi, dan strategi *self-regulated learning* yang lebih rendah dibandingkan siswa yang mencapai prestasi sesuai potensinya. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penguatan motivasi belajar perlu dipertimbangkan bersama pengembangan kemampuan siswa dalam mengelola proses belajarnya.

Motivasi belajar tidak hanya berkaitan dengan keinginan siswa untuk mengikuti pembelajaran, tetapi juga berhubungan dengan kemampuan mempertahankan usaha, mengarahkan perhatian, dan menggunakan strategi yang mendukung pencapaian tujuan belajar. Dalam kajian mengenai regulasi diri, motivasi merupakan salah satu komponen yang berinteraksi dengan proses perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan evaluasi aktivitas belajar. [Zhu & Doo \(2022\)](#) menemukan adanya keterkaitan antara motivasi, *self-monitoring*, *self-management*, dan strategi belajar pada pembelajar dalam lingkungan daring. Temuan meta-analitik [Theobald \(2021\)](#) juga menunjukkan bahwa program pelatihan *self-regulated learning* memberikan efek positif terhadap strategi metakognitif, strategi pengelolaan sumber daya, prestasi akademik, serta luaran motivasional, khususnya efikasi diri. Dengan demikian, penguatan motivasi belajar dapat ditempatkan dalam kerangka pengembangan kemampuan siswa untuk mengelola proses belajarnya secara aktif dan terarah.

Salah satu kemampuan yang berkaitan dengan pengelolaan proses belajar tersebut adalah *self-management*. Dalam konteks pendidikan, *self-management* mencakup kemampuan siswa untuk mengatur perilaku dan sumber daya yang digunakan selama proses belajar, termasuk pengelolaan waktu, usaha, perhatian, pemantauan kemajuan, dan penyesuaian perilaku ketika menghadapi hambatan. [Zhu & Doo \(2022\)](#) menunjukkan bahwa *self-management* dan *self-monitoring* berkaitan dengan motivasi serta strategi belajar dalam pembelajaran daring. Sementara itu, *self-management* dan *self-efficacy* merupakan faktor yang berkaitan dengan pencapaian akademik mahasiswa ([Liu et al., 2026](#); [Robi Hendra et al., 2024](#)). Temuan tersebut

memperkuat posisi *self-management* sebagai kemampuan yang relevan untuk dikembangkan dalam mendukung perilaku belajar yang lebih terarah, meskipun konstruk *self-management* perlu dibedakan secara konseptual dari *self-regulated learning* yang memiliki cakupan proses regulasi belajar lebih luas.

Pengembangan kemampuan tersebut dapat difasilitasi melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah, salah satunya melalui bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal memungkinkan guru bimbingan dan konseling memberikan layanan kepada siswa dalam kelompok kelas secara terstruktur dan sistematis, termasuk untuk kebutuhan perkembangan akademik. Penelitian [Hidayah et al. \(2019\)](#) menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dapat digunakan dalam konteks pengembangan motivasi belajar siswa. Kajian literatur [Khoiriyah et al. \(2021\)](#) juga menunjukkan bahwa bimbingan klasikal dapat dikombinasikan dengan media pembelajaran untuk mendukung upaya peningkatan motivasi belajar siswa. Dengan karakteristik tersebut, bimbingan klasikal menyediakan konteks layanan yang memungkinkan pengembangan keterampilan belajar diberikan secara terencana kepada siswa dalam lingkungan sekolah.

Efektivitas bimbingan klasikal dalam meningkatkan motivasi belajar juga telah dilaporkan dalam sejumlah penelitian empiris. [Rifqi et al. \(2024\)](#), melalui penelitian eksperimen dengan kelompok eksperimen dan kontrol pada siswa SMA, menemukan adanya perbedaan motivasi belajar antara siswa yang memperoleh layanan bimbingan klasikal dengan metode diskusi dan siswa pada kelompok kontrol. Penelitian [Jismi et al. \(2025\)](#) juga menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal dengan metode *problem-based learning* yang didukung media kartu masalah efektif meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Temuan yang lebih baru dari [Maykam et al. \(2025\)](#) menunjukkan bahwa bimbingan klasikal berbasis *mindfulness* memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Hasil-hasil tersebut memperlihatkan bahwa bimbingan klasikal dapat digunakan dengan beragam pendekatan untuk mengembangkan aspek motivasional siswa, sementara karakteristik metode dan media yang digunakan menjadi bagian penting dalam rancangan intervensi.

Perkembangan teknologi digital selanjutnya membuka peluang bagi pengembangan media bimbingan klasikal yang lebih sesuai dengan lingkungan belajar siswa saat ini. Penelitian [Hanysha et al. \(2025\)](#) menunjukkan bahwa penerapan *Technology Enhanced Learning* dalam layanan bimbingan klasikal dapat meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Intervensi tersebut memadukan presentasi visual, video singkat, kuis interaktif, *polling*, *microlearning*, serta umpan balik secara cepat, dan menunjukkan peningkatan skor motivasi setelah intervensi. Di sisi lain, penelitian pengembangan media bimbingan klasikal berbasis website juga telah dilakukan, menunjukkan bahwa media berbasis website dapat digunakan sebagai sarana layanan bimbingan klasikal ([Sucipto et al., 2024](#); [Hita Lafia Sarasvati & Rukiyati, 2024](#); [Sinuhaji et al., 2023](#); [Selvi, 2025](#)). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan teknologi dalam bimbingan klasikal telah berkembang dari penggunaan media konvensional menuju media digital yang lebih interaktif.

Meskipun demikian, penelitian mengenai teknologi dalam bimbingan klasikal masih menunjukkan variasi fokus intervensi. Penelitian [Hanysha et al. \(2025\)](#), misalnya, menempatkan *Technology Enhanced Learning* sebagai kerangka penggunaan berbagai teknologi dan aktivitas interaktif untuk meningkatkan motivasi belajar, sedangkan penelitian bimbingan klasikal lainnya menggunakan diskusi, *problem-based learning*, media kartu, audiovisual, atau pendekatan psikologis tertentu. Sementara itu, penelitian mengenai *self-management* lebih banyak mengkaji keterkaitannya dengan strategi belajar, motivasi, efikasi diri, atau prestasi akademik dalam konteks pembelajaran, termasuk pembelajaran daring, dan belum banyak mengintegrasikan *self-management* sebagai struktur utama media digital dalam layanan bimbingan klasikal. [Zhu & Doo \(2022\)](#) menunjukkan hubungan *self-management* dengan motivasi dan strategi belajar,

sedangkan Theobald (2021) menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan regulasi diri melalui intervensi dapat meningkatkan luaran motivasional. Dengan demikian, yang masih perlu diuji secara empiris adalah apakah integrasi *self-management* ke dalam website yang digunakan sebagai bagian dari layanan bimbingan klasikal dapat memberikan peningkatan motivasi belajar yang lebih besar dibandingkan layanan bimbingan klasikal tanpa website pada siswa SMA.

Berdasarkan perkembangan penelitian tersebut, penelitian ini mengembangkan dan menguji website *self-management* sebagai media dalam layanan bimbingan klasikal untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Posisi penelitian ini tidak didasarkan pada klaim bahwa penggunaan teknologi atau bimbingan klasikal merupakan pendekatan yang sepenuhnya baru, tetapi pada integrasi komponen *self-management* ke dalam media website dan penerapannya sebagai bagian dari layanan bimbingan klasikal. Pengujian dilakukan menggunakan desain kuasi-eksperimental untuk memperoleh bukti empiris mengenai efektivitas intervensi terhadap motivasi belajar siswa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi empiris pada pengembangan media digital dalam layanan bimbingan dan konseling sekaligus memperluas penerapan prinsip pengelolaan diri dalam intervensi yang ditujukan untuk mendukung motivasi belajar siswa SMA. Atas dasar tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas website *self-management* dalam layanan bimbingan klasikal untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMA.

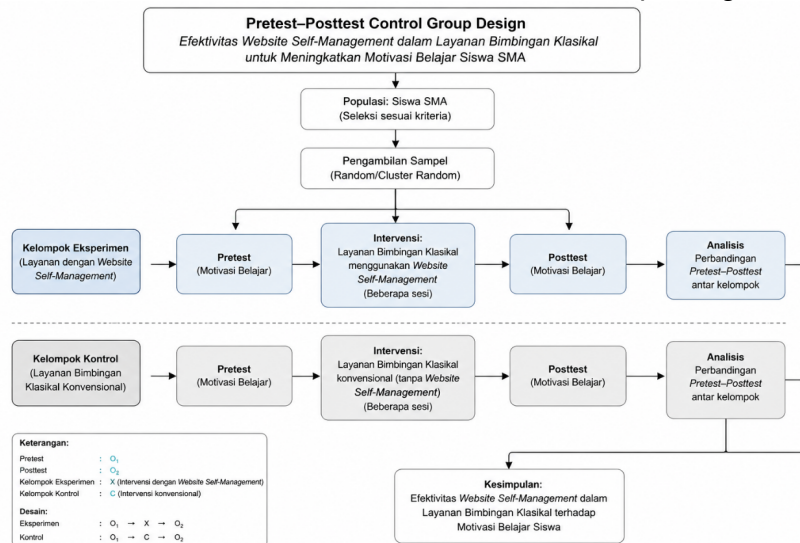
Kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian strategi *self-management* ke dalam media website yang dijadikan struktur utama layanan bimbingan klasikal, suatu kombinasi yang belum banyak diuji secara empiris pada penelitian sebelumnya. Penelitian terdahulu mengenai bimbingan klasikal berbasis website umumnya menempatkan website sebagai media penyampaian informasi, sedangkan penelitian mengenai *self-management* lebih banyak dikaji pada konteks pembelajaran daring atau perilaku belajar mahasiswa. Penelitian ini menempatkan *self-management* sebagai struktur fitur utama website yang digunakan dalam bimbingan klasikal siswa SMA, sekaligus mengujinya secara kuasi-eksperimental dengan kelompok kontrol, sehingga memberikan bukti empiris yang belum tersedia pada penelitian-penelitian sebelumnya.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimen (*quasi-experimental design*). Penelitian bertujuan menguji efektivitas penggunaan website *self-management* dalam layanan bimbingan klasikal terhadap peningkatan motivasi belajar siswa SMA. Penelitian dilaksanakan di empat SMA di Kota Yogyakarta pada periode 2 bulan. Dua sekolah ditetapkan sebagai lokasi kelompok eksperimen dan dua sekolah lainnya sebagai lokasi kelompok kontrol. Karena alokasi dilakukan pada tingkat kelas/sekolah, bukan secara acak pada tingkat individu, penelitian menggunakan desain *pretest-posttest control group* tanpa randomisasi individual.

Desain yang digunakan adalah *pretest-posttest control group design* yang melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kedua kelompok diberikan pengukuran awal (*pretest*) untuk mengetahui kondisi motivasi belajar sebelum perlakuan. Selanjutnya, kelompok eksperimen memperoleh layanan bimbingan klasikal dengan menggunakan website *self-management*, sedangkan kelompok kontrol memperoleh layanan bimbingan klasikal tanpa menggunakan website *self-management*. Setelah perlakuan selesai, kedua kelompok diberikan pengukuran akhir (*posttest*) menggunakan instrumen yang sama.

Gambar 1. Alur *Pretest-Posttest Control Group Design*

Penggunaan kelompok kontrol dimaksudkan untuk membandingkan perubahan motivasi belajar antara siswa yang memperoleh layanan dengan website *self-management* dan siswa yang memperoleh layanan tanpa website tersebut.

Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian adalah siswa SMA di Kota Yogyakarta yang mengikuti layanan bimbingan klasikal. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan *purposive sampling* pada tingkat kelas. Kriteria inklusi ditetapkan sebelum pelaksanaan pretest, yaitu siswa yang terdaftar sebagai peserta didik aktif pada kelas yang menjadi sasaran penelitian, mengikuti layanan bimbingan klasikal, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Pemilihan peserta pada tahap uji coba lapangan selanjutnya mempertimbangkan hasil pretest, dengan melibatkan siswa yang memenuhi kriteria penelitian dan menunjukkan tingkat motivasi belajar yang masih perlu ditingkatkan. Kriteria eksklusi tidak ditetapkan secara khusus dalam penelitian ini. Pemilihan kelas dilakukan berdasarkan pertimbangan guru BK dan kriteria penelitian. Alokasi kelompok dilakukan pada tingkat kelas/sekolah.

Penelitian melibatkan 120 siswa yang terbagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen berasal dari dua sekolah (Sekolah A dan Sekolah B), sedangkan kelompok kontrol berasal dari dua sekolah lainnya (Sekolah C dan Sekolah D). Jumlah kelas yang terlibat pada masing-masing sekolah adalah [isi jumlah kelas per sekolah]. Identitas sekolah disamarkan untuk menjaga kerahasiaan institusi. Sebelum pengumpulan data, seluruh peserta yang memenuhi kriteria penelitian ditetapkan sebagai partisipan; skor pretest tidak digunakan untuk menentukan kelayakan peserta setelah pengukuran awal.

Sebelum perlakuan, kedua kelompok diberikan *pretest* untuk mengetahui kondisi awal motivasi belajar siswa. Selanjutnya, perlakuan diberikan sesuai dengan kelompok yang telah ditentukan, kemudian kedua kelompok diberikan *posttest* setelah seluruh rangkaian layanan selesai.

Instrumen Penelitian

Pengumpulan data efektivitas menggunakan skala motivasi belajar siswa. Instrumen penelitian berupa skala motivasi belajar yang disusun untuk mengukur motivasi belajar peserta didik. Penyusunan instrumen mengacu pada lima aspek, yaitu ketekunan dalam belajar, keuletan dalam menghadapi kesulitan, minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, orientasi berprestasi, serta kemandirian dalam belajar. Skala terdiri atas 22 butir pernyataan yang mencakup item *favorable* dan *unfavorable*. Skala disusun berdasarkan lima aspek motivasi belajar, yaitu (1)

ketekunan dalam belajar, (2) keuletan dalam menghadapi kesulitan, (3) minat dan ketajaman perhatian dalam belajar, (4) berprestasi dalam belajar, dan (5) kemandirian dalam belajar. Instrumen menggunakan format respons empat kategori dengan skor 1–4. Berdasarkan jumlah 22 butir, rentang skor total instrumen adalah 22–88. Bukti validitas isi diperoleh melalui penilaian ahli dan dianalisis menggunakan koefisien Aiken's V. selanjutnya validitas dan reliabilitas konstruk telah diuji secara statistik kuantitatif melalui SPSS. Kisi-kisi instrumen disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-kisi Skala Motivasi Belajar

Aspek	Indikator	Favorabel	Unfavorabel
Ketekunan dalam belajar	Konsisten belajar secara teratur dan mengikuti jadwal	1, 2	–
	Bertahan belajar meskipun materi sulit atau kondisi tidak mendukung	3	4
	Menyelesaikan tugas tepat waktu tanpa menunda	5	–
Ulet dalam menghadapi kesulitan	Tidak mudah menyerah ketika menghadapi materi atau tugas sulit	6	7
	Mencari strategi atau cara lain ketika mengalami hambatan belajar	8	–
	Tetap berusaha hingga mencapai hasil yang diinginkan	9	–
Minat dan ketajaman perhatian dalam belajar	Menunjukkan rasa ingin tahu dan ketertarikan terhadap materi	10, 11	–
	Fokus dan memperhatikan pembelajaran	12	–
	Aktif mencari informasi tambahan atau bertanya	13, 14	–
Berprestasi dalam belajar	Memiliki keinginan memperoleh hasil belajar terbaik	15	–
	Mengevaluasi dan memperbaiki diri	16	–
	Menetapkan target prestasi	17, 18	–
Mandiri dalam belajar	Belajar atas inisiatif sendiri	19	–
	Mengatur waktu dan strategi belajar	20	–
	Mencari sumber belajar tambahan	21, 22	–

Keterangan: Favorabel = pernyataan yang mendukung konstruk; unfavorabel = pernyataan yang berlawanan dengan konstruk.

Instrumen diberikan dalam bentuk *pretest* dan *posttest*. Pengisian instrumen dilakukan sebelum intervensi (*pretest*) dan setelah seluruh rangkaian intervensi selesai (*posttest*) menggunakan instrumen yang sama. Data hasil pengisian kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum dilakukan analisis. Dokumen penelitian tidak mencantumkan secara spesifik kriteria penanganan respons yang tidak lengkap atau tidak valid, sehingga prosedur tersebut tidak dinyatakan lebih lanjut dalam penelitian.

Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan melalui tiga tahap utama, yaitu pengukuran awal, pemberian perlakuan, dan pengukuran akhir. Pada tahap pertama, seluruh partisipan diberikan *pretest* motivasi belajar untuk memperoleh gambaran kondisi awal sebelum perlakuan. Hasil pengukuran awal juga digunakan sebagai salah satu dasar dalam menentukan subjek yang

memenuhi kriteria penelitian. Dalam tesis, pemilihan peserta kelompok eksperimen disebut dilakukan berdasarkan hasil *pretest* dan kriteria penelitian. Skor *pretest* digunakan sebagai kovariat dalam analisis efektivitas dan bukan sebagai dasar untuk memasukkan atau mengeluarkan peserta setelah penelitian dimulai.

Pada tahap kedua, kelompok eksperimen mengikuti tiga kali pertemuan layanan bimbingan klasikal dengan memanfaatkan website *self-management*. Seluruh pertemuan dilaksanakan secara luring di SMA A dan SMA B. Durasi spesifik setiap pertemuan kelompok eksperimen tidak dinyatakan secara eksplisit dalam dokumen pelaksanaan. Website memuat beberapa fitur utama, yaitu Target Belajar, Aksi Belajarku, Rencana Belajar, Pemantauan Diri, dan Evaluasi Diri. Siswa mengakses website menggunakan perangkat masing-masing dan menyelesaikan aktivitas sesuai arahan guru BK. Guru BK berperan membuka dan menjelaskan tujuan layanan, memberikan arahan dalam penggunaan website, membantu siswa ketika mengalami kesulitan, memfasilitasi diskusi, serta memberikan penguatan dan umpan balik terhadap aktivitas siswa.

Pertemuan pertama berfokus pada penetapan tujuan belajar. Guru BK membantu siswa memahami pentingnya motivasi belajar dan menentukan tujuan belajar yang sesuai dengan kebutuhan dirinya. Siswa kemudian mengakses website, mengisi fitur yang tersedia, dan mendiskusikan pengalaman, hambatan, serta strategi belajar yang dimiliki. Pertemuan kedua berfokus pada aksi belajar dan penyusunan rencana belajar. Siswa menentukan perilaku belajar yang akan diterapkan, menyusun jadwal dan lokasi belajar, mengidentifikasi hambatan, menentukan strategi mengatasinya, serta menetapkan bentuk penguatan diri (*reward*) sebagai apresiasi terhadap pencapaian target. Pertemuan ketiga berfokus pada pemantauan diri dan evaluasi diri. Siswa memantau pelaksanaan rencana belajar, menilai ketercapaian tujuan, mencatat aktivitas belajar, menentukan strategi menghadapi hambatan berikutnya, dan melakukan evaluasi terhadap perkembangan belajar bersama guru BK.

Pada tahap ketiga, setelah seluruh rangkaian perlakuan selesai, kedua kelompok diberikan *posttest* menggunakan skala motivasi belajar yang sama. Skor *pretest* dan *posttest* kemudian dianalisis untuk mengetahui perubahan motivasi belajar dan perbedaan efektivitas perlakuan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan skor motivasi belajar pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, meliputi nilai rata-rata dan simpangan baku pada pengukuran *pretest* dan *posttest*.

Sebelum dilakukan analisis inferensial, data diuji untuk memenuhi asumsi analisis parametrik melalui uji normalitas dan uji homogenitas. Dalam penelitian sebelumnya, pengujian normalitas menunjukkan bahwa data *pretest* dan *posttest* pada kedua kelompok memenuhi asumsi normalitas, sedangkan uji homogenitas menunjukkan varians kedua kelompok bersifat homogen. Selanjutnya, perubahan skor motivasi belajar sebelum dan sesudah perlakuan dianalisis menggunakan uji *paired-samples t*.

Guna menguji efektivitas website *self-management*, perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dianalisis menggunakan analisis kovarians (ANCOVA) dengan skor *posttest* sebagai variabel dependen, kelompok perlakuan sebagai variabel independen, dan skor *pretest* sebagai kovariat. Penggunaan *pretest* sebagai kovariat dimaksudkan untuk mengendalikan perbedaan kondisi awal motivasi belajar antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Besarnya efek perlakuan dilaporkan menggunakan partial eta squared (η^2), dengan interval kepercayaan 95%. Uji *paired-samples t* dapat digunakan sebagai analisis tambahan untuk menggambarkan perubahan dalam masing-masing kelompok, tetapi bukan sebagai dasar utama untuk menyimpulkan efektivitas antar kelompok.

Hasil Dan Pembahasan

Kondisi Awal Motivasi Belajar Siswa

Pengukuran awal menunjukkan bahwa rata-rata motivasi belajar siswa pada kelompok eksperimen sebesar 60,28 dan kelompok kontrol sebesar 62,68. Perbedaan rata-rata deskriptif sebesar 2,40 poin tidak digunakan sebagai bukti bahwa kedua kelompok sepenuhnya ekuivalen. Kondisi awal dibandingkan secara deskriptif dan selanjutnya skor pretest dikendalikan dalam ANCOVA untuk memperoleh estimasi perbedaan hasil pascaintervensi yang lebih tepat.

Kondisi awal tersebut juga memperlihatkan bahwa motivasi belajar merupakan aspek yang masih relevan untuk menjadi sasaran intervensi pada siswa SMA. Motivasi merupakan salah satu komponen dalam proses regulasi diri yang memengaruhi bagaimana siswa menetapkan tujuan, mempertahankan usaha, memilih strategi, dan mengarahkan perilaku belajar (Dilag, 2023). Theobald (2021) melalui meta-analisis menunjukkan bahwa intervensi *self-regulated learning* dapat memberikan dampak positif terhadap aspek motivasional sekaligus strategi belajar siswa. Sementara itu, Fong et al. (2023) menemukan bahwa siswa yang mengalami *academic underachievement* memiliki tingkat motivasi dan penggunaan strategi *self-regulated learning* yang lebih rendah dibandingkan siswa yang mencapai prestasi sesuai potensinya. Temuan tersebut memberikan landasan bahwa pengembangan kemampuan mengelola proses belajar relevan untuk mendukung aspek motivasional siswa.

Perubahan motivasi belajar setelah intervensi

Setelah intervensi, rata-rata motivasi belajar kelompok eksperimen meningkat dari 60,28 pada *pretest* menjadi 77,50 pada *posttest*, sedangkan kelompok kontrol meningkat dari 62,68 menjadi 75,00. Secara deskriptif, peningkatan skor masing-masing kelompok adalah 17,22 dan 12,32 poin, sehingga terdapat selisih peningkatan sebesar 4,90 poin yang menunjukkan pola perubahan lebih besar pada kelompok eksperimen. Statistik deskriptif lengkap, termasuk standar deviasi dan interval kepercayaan untuk setiap *mean*, disajikan pada Tabel [X] berdasarkan output SPSS. Bukti efektivitas intervensi selanjutnya ditentukan berdasarkan hasil ANCOVA dengan skor *pretest* sebagai kovariat, sehingga perbedaan kondisi awal antar kelompok dapat dikendalikan dalam analisis.

Peningkatan pada kelompok eksperimen sejalan dengan temuan mengenai efektivitas intervensi yang mengembangkan kemampuan regulasi diri dalam proses belajar. (Theobald, 2021) melalui meta-analisis terhadap 49 melibatkan 5.786 peserta, menunjukkan bahwa program pelatihan *self-regulated learning* memberikan efek positif terhadap berbagai strategi belajar dan luaran motivasional siswa, dengan efek pada luaran motivasional sebesar $g = 0,35$. Efek yang lebih kuat juga ditemukan pada strategi metakognitif ($g = 0,40$) dan strategi pengelolaan sumber daya ($g = 0,39$), yang menunjukkan bahwa kemampuan mengelola proses belajar secara sistematis berkaitan dengan perkembangan aspek motivasional siswa. Temuan tersebut diperkuat oleh tinjauan sistematis Simón-Grábalos et al. (2025) yang menunjukkan bahwa peningkatan *self-regulated learning* berkaitan dengan motivasi dan perbaikan proses belajar. Tinjauan tersebut juga menunjukkan bahwa intervensi yang mengintegrasikan strategi regulasi diri ke dalam proses pembelajaran cenderung memberikan hasil yang lebih baik. Meskipun sebagian bukti dalam tinjauan tersebut berasal dari populasi mahasiswa, temuan tersebut dapat dipandang sebagai konteks pendukung bagi penelitian ini, bukan sebagai bukti yang secara langsung dapat digeneralisasikan kepada siswa SMA. Dengan demikian, peningkatan motivasi pada kelompok eksperimen dalam penelitian ini tetap perlu dipahami berdasarkan karakteristik sampel siswa SMA, tetapi secara konseptual konsisten dengan bukti bahwa pengembangan regulasi diri dapat mendukung aspek motivasional dalam proses belajar.

Pola peningkatan yang lebih besar pada kelompok eksperimen juga dapat dipahami melalui hubungan antara regulasi motivasi, *self-monitoring*, dan *self-management*. Zhu & Doo (2022) menunjukkan bahwa motivasi berhubungan positif dengan *self-monitoring*, *self-management*, dan penggunaan strategi belajar, sementara *self-monitoring* juga berpengaruh positif terhadap *self-management*. Temuan tersebut sejalan dengan hasil systematic review dan meta-analysis oleh Villar et al. (2024) yang menempatkan regulasi motivasi sebagai komponen penting dalam *self-regulated learning*, karena kemampuan mempertahankan motivasi berperan dalam keterlibatan, usaha, dan persistensi siswa ketika menghadapi tugas akademik. Review tersebut juga menunjukkan bahwa strategi regulasi motivasi memiliki hubungan dengan keterampilan akademik dan penyesuaian belajar. Dengan demikian, pendekatan yang mendorong siswa untuk mengamati dan mengelola proses belajarnya memiliki landasan teoritis dan empiris yang relevan untuk mendukung motivasi belajar.

Penggunaan website sebagai media dalam penelitian ini semakin relevan ketika ditempatkan dalam konteks intervensi regulasi diri berbasis teknologi. Heikkinen et al. (2023), melalui *systematic literature review* terhadap 56 studi, menunjukkan bahwa *learning analytics* dan lingkungan digital dapat digunakan untuk mendukung proses *self-regulated learning*, khususnya melalui dukungan terhadap tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi belajar. Meskipun tidak seluruh intervensi yang ditinjau menghasilkan dampak positif, kajian tersebut menekankan pentingnya merancang intervensi digital yang mencakup keseluruhan proses regulasi diri, bukan hanya menyediakan informasi kepada siswa (Heikkinen et al., 2023; Sharma et al., 2024; Faza & Lestari, 2025). Temuan tersebut memberikan konteks penting bagi penelitian ini karena website *self-management* ditempatkan sebagai bagian dari intervensi layanan bimbingan klasikal, sehingga teknologi digunakan untuk memfasilitasi proses pengelolaan belajar siswa, bukan semata-mata sebagai media penyampaian materi.

Bukti mengenai efektivitas *self-management* pada konteks pendidikan juga mendukung interpretasi tersebut. Briesch & Briesch (2016), melalui meta-analisis terhadap 47 penelitian *single-case*, menemukan efek keseluruhan yang kuat dari intervensi *behavioral self-management* dan menunjukkan bahwa intervensi yang melibatkan penetapan tujuan, pemantauan perilaku, pencatatan kemajuan, dan refleksi memiliki relevansi terhadap perubahan perilaku siswa. Lebih lanjut, *systematic review* dan meta-analysis terhadap intervensi *self-management* pada siswa usia sekolah menemukan dampak positif terhadap perilaku kelas dan luaran akademik, serta mengidentifikasi penetapan tujuan, observasi diri, pencatatan kemajuan, dan refleksi sebagai elemen yang penting dalam intervensi *self-management*. Oleh karena itu, peningkatan motivasi belajar pada kelompok eksperimen dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai hasil yang konsisten dengan pendekatan intervensi yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara aktif dalam proses pengelolaan dirinya.

Efektivitas Website Self-Management

Perbedaan skor setelah intervensi selanjutnya diuji untuk mengetahui efektivitas website *self-management* dalam layanan bimbingan klasikal. Hasil analisis ANCOVA menunjukkan adanya perbedaan skor motivasi belajar *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah skor *pretest* dikendalikan. Rata-rata *posttest* kelompok eksperimen sebesar 77,50 lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 75,00. Temuan tersebut menunjukkan bahwa setelah mempertimbangkan kondisi awal motivasi belajar, kelompok yang memperoleh layanan bimbingan klasikal berbantuan website *self-management* menunjukkan hasil motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dengan demikian, efektivitas intervensi ditentukan berdasarkan perbedaan skor *posttest* yang telah disesuaikan terhadap skor *pretest*, bukan semata-mata berdasarkan perbedaan skor *posttest* secara langsung.

Besarnya efek intervensi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan kemampuan *self-management* melalui layanan bimbingan klasikal berpotensi memberikan kontribusi substantif terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Temuan tersebut sejalan dengan bukti bahwa intervensi yang melatih peserta didik untuk mengatur proses belajarnya secara sistematis dapat menghasilkan perubahan pada aspek motivasional. Meta-analisis terhadap 49 penelitian dengan 5.786 mahasiswa menunjukkan bahwa pelatihan *self-regulated learning* menghasilkan efek positif secara keseluruhan ($g = 0,38$), termasuk pada luaran motivasional ($g = 0,35$) dan strategi pengelolaan sumber daya ($g = 0,39$) (Theobald, 2021). Meskipun dilakukan pada konteks pendidikan tinggi, temuan tersebut relevan dengan hasil penelitian ini karena *self-management* juga menekankan kemampuan siswa dalam mengatur tujuan, waktu, perilaku, dan sumber daya belajar. Dukungan yang lebih dekat dengan konteks sekolah ditunjukkan oleh kajian sistematis Smith et al. (2022), yang menemukan bahwa intervensi *self-management* pada siswa sekolah memberikan dampak positif terhadap berbagai luaran akademik, sementara tinjauan Faruq & Purwandari (2022) juga menunjukkan bahwa strategi *self-management* dapat digunakan untuk memfasilitasi proses belajar akademik dan pengembangan kemampuan pengelolaan diri siswa. Dalam penelitian ini, ukuran efek dihitung menggunakan Cohen's d berdasarkan perbedaan rata-rata *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan standar deviasi gabungan (*pooled standard deviation*). Estimasi Cohen's d sebesar 0,84 menunjukkan perbedaan antarkelompok yang tergolong besar, tetapi interpretasi tersebut perlu dipahami sebagai ukuran perbedaan skor akhir karena perhitungannya tidak mengendalikan skor *pretest*. Dengan demikian, temuan penelitian ini secara deskriptif konsisten dengan bukti sebelumnya mengenai manfaat intervensi yang secara eksplisit melatih peserta didik untuk mengelola proses belajarnya.

Peningkatan motivasi belajar pada kelompok yang memperoleh intervensi juga dapat dipahami melalui keterkaitan antara kemampuan mengelola diri dan proses motivasional dalam pembelajaran. Dalam lingkungan belajar yang menuntut kemandirian, kemampuan siswa untuk memantau kondisi belajar, mengatur perilaku, dan mengelola sumber daya berhubungan dengan motivasi yang dimiliki untuk mempertahankan keterlibatan dalam proses belajar. Zhu & Doo (2022), misalnya, menemukan bahwa motivasi berhubungan positif dengan *self-monitoring* dan *self-management*, sementara *self-monitoring* juga berhubungan positif dengan *self-management* pada peserta pembelajaran daring. Hubungan tersebut memberikan dasar bahwa pengelolaan diri dan motivasi bukanlah proses yang sepenuhnya terpisah, melainkan saling berkaitan dalam mendukung keberlangsungan aktivitas belajar. Temuan pada konteks pendidikan menengah juga memperlihatkan bahwa penerapan teknik *self-management* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa SMA dibandingkan kondisi sebelum intervensi (Assahra et al., 2024; Sinuhaji et al., 2023; Adirama et al., 2023). Dengan demikian, peningkatan motivasi yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai konsekuensi yang mungkin muncul ketika siswa memperoleh struktur dan strategi untuk mengarahkan serta mengelola proses belajarnya secara lebih terencana.

Website Self-Management Dapat Meningkatkan Motivasi Belajar

Efektivitas website *self-management* dalam penelitian ini dapat dipahami melalui aktivitas pengelolaan diri yang difasilitasi selama intervensi. Berbeda dengan media digital yang terutama berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, pendekatan *self-management* menempatkan siswa sebagai pelaku aktif dalam mengarahkan dan mengelola proses belajarnya. Aktivitas seperti menetapkan tujuan, mengatur waktu, memantau kegiatan belajar, mencatat kemajuan, melakukan refleksi, dan mengevaluasi pencapaian memberikan struktur bagi siswa untuk mengubah proses belajar yang semula berlangsung secara kurang terarah menjadi aktivitas

yang lebih terencana dan terpantau. Hal ini sejalan dengan kajian [Faruq & Purwandari \(2022\)](#) yang menunjukkan bahwa intervensi *self-management* pada siswa melibatkan berbagai strategi pengelolaan diri dan berkaitan dengan motivasi, keberlangsungan belajar, perilaku *on-task*, serta hasil belajar. Komponen seperti penetapan tujuan, pemantauan dan pencatatan kemajuan, refleksi terhadap perilaku, serta pemberian penguatan merupakan bagian penting dalam pelaksanaan *self-management*. Dalam penelitian ini, fungsi tersebut dioperasionalkan melalui fitur website yang meliputi target belajar, aksi belajarku, rencana belajar, pemantauan diri, dan evaluasi diri. Fitur-fitur tersebut digunakan siswa secara bertahap selama layanan, mulai dari menetapkan tujuan dan target belajar, menentukan tindakan serta rencana belajar, memantau pelaksanaan dan kemajuan, hingga mengevaluasi ketercapaian tujuan dan hambatan yang dihadapi. Dengan demikian, efektivitas website dalam penelitian ini lebih tepat dikaitkan dengan kemampuannya memfasilitasi aktivitas pengelolaan diri secara sistematis melalui rangkaian aktivitas tersebut, bukan semata-mata dengan keberadaan teknologi digital sebagai media intervensi.

Mekanisme tersebut sejalan dengan temuan mengenai *self-regulated learning* yang menempatkan pengelolaan proses belajar sebagai bagian penting dari keberhasilan intervensi. Meta-analisis [Theobald \(2021\)](#) menunjukkan bahwa pelatihan *self-regulated learning* menghasilkan efek positif pada strategi metakognitif ($g = 0,40$), strategi pengelolaan sumber daya ($g = 0,39$), dan luaran motivasional ($g = 0,35$). Efek tersebut menunjukkan bahwa ketika siswa memperoleh kesempatan untuk mengembangkan strategi dalam merencanakan, memantau, dan mengelola sumber daya belajarnya, perubahan tidak hanya terjadi pada strategi belajar, tetapi juga pada aspek motivasional. Penelitian yang sama juga menunjukkan bahwa pemberian umpan balik dapat memperkuat efek intervensi terhadap strategi metakognitif, pengelolaan sumber daya, dan motivasi ([Theobald, 2021](#)). Dalam penelitian ini, website memberikan struktur yang memungkinkan aktivitas *self-management* diintegrasikan ke dalam layanan bimbingan klasikal, sehingga siswa tidak hanya menerima materi, tetapi juga diarahkan untuk menetapkan tujuan, memantau proses belajar, dan merefleksikan kemajuannya. Oleh karena itu, peningkatan motivasi yang ditemukan lebih tepat dipahami sebagai hasil dari proses pengelolaan belajar yang difasilitasi secara terstruktur melalui media digital.

Keterkaitan antara pemantauan diri, *self-management*, dan motivasi juga memberikan penjelasan mengenai kemungkinan mekanisme perubahan yang terjadi pada kelompok eksperimen. [Zhu & Doo \(2022\)](#) menemukan bahwa motivasi berhubungan positif dengan *self-monitoring* dan *self-management*, sementara *self-monitoring* juga berhubungan positif dengan *self-management*. Pola hubungan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan siswa untuk menyadari dan memantau proses belajarnya merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kemampuan mengelola aktivitas belajar secara mandiri ([Al-Abyadh & Abdel Azeem, 2022](#); [Zhu & Doo, 2022](#)). Perspektif regulasi motivasi juga menempatkan pengelolaan motivasi sebagai bagian penting dalam *self-regulated learning*, karena kemampuan mempertahankan motivasi berperan dalam menjaga usaha, keterlibatan, dan persistensi siswa ketika menghadapi tuntutan akademik ([Dent & Koenka, 2016](#); [Theobald, 2021](#)). Dalam konteks penelitian ini, aktivitas *self-management* yang dilakukan secara bertahap dapat membantu siswa mengarahkan perilaku belajar sekaligus mempertahankan keterlibatan terhadap tujuan yang telah ditetapkan. Dengan demikian, peningkatan motivasi yang lebih besar pada kelompok eksperimen dapat dipahami melalui keterlibatan siswa dalam proses belajar yang lebih aktif, terarah, dan reflektif, bukan semata-mata melalui paparan terhadap website.

Temuan penelitian ini sekaligus memperluas bukti mengenai penerapan *self-management* dalam konteks pendidikan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa intervensi *self-management* dapat mendukung berbagai aspek perilaku dan pembelajaran siswa, sementara

penelitian lain menunjukkan keterkaitan *self-management* dengan proses motivasional dalam lingkungan belajar yang menuntut kemandirian (Faruq & Purwandari, 2022; Zhu & Doo, 2022). Penelitian ini memberikan konteks penerapan yang lebih spesifik dengan menempatkan *self-management* sebagai struktur intervensi dalam layanan bimbingan klasikal berbantuan website untuk meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Temuan penelitian ini memberikan kontribusi dengan menunjukkan bahwa intervensi berbasis website yang mengintegrasikan strategi *self-management* dalam layanan bimbingan klasikal dapat disertai dengan peningkatan motivasi belajar siswa. Temuan tersebut memperluas penelitian sebelumnya yang umumnya mengkaji *self-management* sebagai strategi pengelolaan perilaku atau penggunaan media digital secara terpisah, dengan menunjukkan penerapannya dalam konteks layanan bimbingan dan konseling berbasis website. Dengan demikian, kontribusi utama penelitian ini terletak pada pengintegrasian strategi *self-management*, layanan bimbingan klasikal, dan media digital dalam satu rancangan intervensi.

Implikasi tersebut menunjukkan bahwa website berpotensi digunakan bukan sekadar sebagai media penyampaian materi, tetapi sebagai lingkungan yang mendukung pelaksanaan aktivitas *self-management* secara terstruktur. Namun, interpretasi mengenai efektivitas komponen website secara spesifik masih perlu dilakukan secara hati-hati karena penelitian ini menguji intervensi sebagai satu kesatuan. Penelitian selanjutnya dapat membandingkan komponen atau fitur intervensi secara lebih terisolasi untuk menentukan mekanisme yang paling berkontribusi terhadap perubahan motivasi belajar.

Kontribusi Website Self-Management dalam Layanan Bimbingan Klasikal

Temuan penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan layanan bimbingan klasikal melalui pemanfaatan website *self-management* sebagai media yang mendukung pengembangan motivasi belajar siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memperoleh layanan berbantuan website *self-management* mengalami peningkatan motivasi belajar yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Temuan ini secara empiris menunjukkan bahwa penerapan strategi *self-management* melalui website dalam layanan bimbingan klasikal tidak hanya layak digunakan sebagai media digital, tetapi dapat menjadi bagian dari intervensi yang mendukung perubahan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, kontribusi baru penelitian ini terletak pada bukti empiris bahwa integrasi strategi *self-management* ke dalam layanan bimbingan klasikal berbasis website dapat memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan layanan pada kelompok kontrol.

Temuan tersebut memperluas penelitian sebelumnya mengenai pemanfaatan teknologi dalam bimbingan dan konseling yang lebih banyak menekankan fungsi media digital untuk meningkatkan akses, keterlibatan, atau interaktivitas (Chintyasari, 2025; Noori, 2025). Dalam penelitian ini, teknologi ditempatkan sebagai bagian dari mekanisme intervensi yang memfasilitasi siswa untuk terlibat dalam proses pengelolaan belajarnya secara lebih terstruktur. Oleh karena itu, kebaruan penelitian tidak semata-mata terletak pada penggunaan website, tetapi pada penerapan website sebagai sarana untuk mengoperasionalkan strategi *self-management* dalam layanan bimbingan klasikal dan menguji dampaknya terhadap motivasi belajar.

Kontribusi tersebut juga terletak pada integrasi pendekatan *self-management* dengan karakteristik layanan bimbingan klasikal. Layanan bimbingan klasikal memungkinkan intervensi diberikan secara terstruktur kepada siswa dalam konteks kelas, sedangkan pendekatan *self-management* memberikan arah pada aktivitas siswa untuk mengenali, mengatur, dan mengevaluasi perilaku belajarnya. Kombinasi keduanya memberikan alternatif bagi guru bimbingan dan konseling untuk mengembangkan layanan yang tidak hanya berorientasi pada pemberian informasi, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif siswa dalam proses perubahan

perilaku belajar. Temuan ini sejalan dengan bukti penelitian mengenai *self-regulated learning* yang menunjukkan bahwa intervensi yang melatih strategi regulasi diri dapat meningkatkan strategi belajar dan luaran motivasional siswa (Theobald, 2021). Dengan demikian, website *self-management* dapat diposisikan sebagai media pendukung yang membantu mengoperasionalkan aktivitas pengelolaan diri dalam pelaksanaan bimbingan klasikal.

Dari sisi praktik, penggunaan website juga memberikan peluang bagi guru bimbingan dan konseling untuk mengembangkan layanan yang lebih adaptif terhadap lingkungan belajar digital siswa. Media berbasis website dapat mengintegrasikan materi, aktivitas, dan refleksi dalam satu ruang digital sehingga aktivitas yang diberikan selama layanan dapat disusun secara lebih terstruktur. Hal ini relevan dengan perkembangan layanan bimbingan klasikal berbasis teknologi yang menunjukkan bahwa penggunaan media digital dan aktivitas interaktif dapat mendukung peningkatan motivasi belajar siswa SMA (Dilag, 2023; Hanysha et al., 2025). Namun demikian, kontribusi website dalam penelitian ini tidak semata-mata terletak pada penggunaan teknologi, melainkan pada bagaimana teknologi tersebut digunakan untuk memfasilitasi pendekatan *self-management* dalam tujuan layanan yang spesifik, yaitu peningkatan motivasi belajar.

Dengan demikian, website *self-management* dapat menjadi salah satu alternatif media dalam pelaksanaan layanan bimbingan klasikal yang menggabungkan fasilitasi guru bimbingan dan konseling dengan aktivitas pengelolaan belajar oleh siswa. Temuan penelitian ini memberikan dasar empiris bagi guru bimbingan dan konseling untuk mempertimbangkan pemanfaatan media digital yang berorientasi pada keterampilan, bukan hanya penyampaian materi. Meskipun hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi website *self-management* dalam layanan bimbingan klasikal berpotensi mendukung peningkatan motivasi belajar siswa SMA, penerapannya perlu mempertimbangkan kondisi pelaksanaan intervensi. Implementasi sebaiknya tetap disertai fasilitasi konselor agar siswa memahami dan menjalankan setiap tahapan *self-management*, didukung oleh akses perangkat dan internet yang memadai, serta diberikan dalam durasi yang cukup untuk memungkinkan siswa mengikuti proses pengelolaan diri secara konsisten. Dengan kondisi tersebut, website dapat digunakan sebagai sarana pendukung layanan, sementara efektivitas penerapannya tetap perlu dipertimbangkan berdasarkan karakteristik siswa dan konteks sekolah.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa website *self-management* yang diintegrasikan dalam layanan bimbingan klasikal berpotensi meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Secara deskriptif, peningkatan skor motivasi belajar pada kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan kelompok kontrol setelah skor *pretest* dikendalikan melalui ANCOVA. Temuan ini menegaskan bahwa pengembangan motivasi belajar dapat diarahkan melalui intervensi yang tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga pada keterlibatan siswa dalam mengelola proses belajarnya secara aktif melalui penetapan tujuan, pemantauan, dan evaluasi diri. Secara teoretis, temuan ini memperkuat bukti bahwa *self-management* berkaitan erat dengan motivasi belajar dan memperluas penerapannya ke dalam layanan bimbingan klasikal berbasis website, konteks yang belum banyak diuji pada penelitian sebelumnya. Secara praktis, website *self-management* dapat dipertimbangkan sebagai media pendukung layanan bimbingan klasikal, dengan pelaksanaan yang tetap memerlukan fasilitasi konselor, akses teknologi yang memadai, dan durasi intervensi yang memungkinkan siswa menjalankan proses *self-management* secara konsisten.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan. Alokasi kelompok dilakukan pada tingkat kelas/sekolah, bukan secara acak pada tingkat individu, sehingga kesetaraan awal antar kelompok tidak dapat sepenuhnya dijamin meskipun skor *pretest* telah dikendalikan sebagai

kovariat. Durasi intervensi yang relatif singkat serta konteks penelitian yang terbatas pada empat SMA di Kota Yogyakarta turut membatasi generalisasi temuan. Selain itu, nilai statistik inferensial ANCOVA (F , p , dan η^2 kuadrat parsial) belum dicantumkan secara lengkap dalam naskah ini sehingga perlu dilengkapi berdasarkan output SPSS sebelum publikasi. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel dan konteks sekolah yang lebih beragam, menggunakan periode tindak lanjut untuk menguji keberlanjutan perubahan motivasi, serta membandingkan kontribusi masing-masing komponen *self-management* dan fitur website terhadap hasil intervensi.

Referensi

- Al-Abyadh, M. H. A., & Abdel Azeem, H. A. H. (2022). Academic Achievement: Influences of University Students' Self-Management and Perceived Self-Efficacy. *Journal of Intelligence*, 10(3), 55. <https://doi.org/10.3390/jintelligence10030055>
- Adirama, D. R., Dharmayanti, P. A., & Putri, D. A. W. M. (2023). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1). <https://doi.org/10.29210/1202322995>
- Assahra, F., Buchori, S., & Harum, A. (2024). Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa melalui Penerapan Teknik Self Management bagi Siswa di Sekolah Menengah Atas. *Indonesian Journal of School Counseling: Theory, Application, and Development*, 4(2), 133. <https://doi.org/10.26858/ijosc.v4i2.61074>
- Briesch, A. M., & Briesch, J. M. (2016). Meta-Analysis of Behavioral Self-Management Interventions in Single-Case Research. *School Psychology Review*, 45(1), 3–18. <https://doi.org/10.17105/SPR45-1.3-18>
- Chintyasari, R. (2025). Peran Teknologi Informasi dalam Revolusi Digital Konseling dan Dampaknya terhadap Praktik Bimbingan Konseling. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 5(2), 4. <https://doi.org/10.17977/um065.v5.i2.2025.4>
- Dent, A. L., & Koenka, A. C. (2016). The Relation Between Self-Regulated Learning and Academic Achievement Across Childhood and Adolescence: A Meta-Analysis. *Educational Psychology Review*, 28(3), 425–474. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9320-8>
- Dilag, R. Y. L. (2023). The Role of Counselling Guidance on Student Learning Motivation. *Journal of Asian Multicultural Research for Educational Study*, 3(4), 1–6. <https://doi.org/10.47616/jamres.v3i4.351>
- Faruq, F., & Purwandari, E. (2022). Self-Management Intervention: What are the Implications for Students' Academic and Non-Academic Learning? A Systematic Literature Review. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 8(4), 869. <https://doi.org/10.33394/jk.v8i4.6112>
- Faza, A., & Lestari, I. A. (2025). Self-Regulated Learning in the Digital Age: A Systematic Review of Strategies, Technologies, Benefits, and Challenges. *The International Review of Research in Open and Distributed Learning*, 26(2), 23–58. <https://doi.org/10.19173/irrodl.v26i2.8119>
- Fong, C. J., Patall, E. A., Snyder, K. E., Hoff, M. A., Jones, S. J., & Zuniga-Ortega, R. E. (2023). Academic underachievement and its motivational and self-regulated learning correlates: A meta-analytic review of 80 years of research. *Educational Research Review*, 41, 100566. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2023.100566>

- Hanysha, N., Muslikah, & Gunawan, H. (2025). Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal berbasis Technology Enhanced Learning (TEL) untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMA. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling Studies*, 2(2), 87–94. <https://doi.org/10.64420/ijgcs.v2i2.354>
- Heikkinen, S., Saqr, M., Malmberg, J., & Tedre, M. (2023). Supporting self-regulated learning with learning analytics interventions – a systematic literature review. *Education and Information Technologies*, 28(3), 3059–3088. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-11281-4>
- Hidayah, M. N. E., Purwanti, & Lestari, S. (2019). Layanan Bimbingan Klasikal tentang Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(3). <https://doi.org/10.26418/jppk.v8i3.32432>
- Hita Lafia Sarasvati, & Rukiyati. (2024). Peran Teknologi sebagai Media dalam Praktik Layanan Bimbingan Konseling. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(3), 348–361. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.87784>
- Jismi, M. F., Umriana, A., & Respati, A. R. (2025). Peningkatan Motivasi Belajar melalui Bimbingan Klasikal Metode Problem-Based Learning Media Kartu Masalah di SMA Negeri 6 Semarang. *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling*, 4(2), 121–127. <https://doi.org/10.24176/mrgc.v4i2.15528>
- Khoiriyah, E., Azizah, Z., & Muhid, A. (2021). Program Layanan Bimbingan Klasikal dengan Media Audiovisual untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa pada Masa Pandemi Covid-19: Literature Review. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1), 11–19. <https://doi.org/10.36835/jcbkp.v4i1.945>
- Liu, Y., Li, M., Chen, H., & Zhang, X. (2026). Multilevel Analysis of Teachers' Well-Being and Personal Accomplishment and Students' Self-Esteem, Self-Efficacy, and Academic Burnout: A Conservation of Resources Perspective. *Teaching and Teacher Education*, 172, 105386. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2026.105386>
- Maykam, M., Saman, A., & Sinring, A. (2025). The Effect of Mindfulness-Based Classical Guidance on Improving Learning Motivation Among Students at SMAN 7 Sinjai. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 7(1), 99–108. <https://doi.org/10.32806/jkpi.v7i1.955>
- Noori, A. (2025). Digital Technologies and Self-Regulated Language Learning: A Systematic Review. *Journal of Social Sciences – Kabul University*, 8(1), 243–263. <https://doi.org/10.62810/jss.v8i1.323>
- Rifqi, H. M., Handayani, A., & Ajie, G. R. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal dengan Metode Diskusi untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Empati: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(1). <https://doi.org/10.26877/empati.v11i1.10187>
- Robi Hendra, Setiyadi, B., Afriliani, Pratama, Y. H., Denmar, D., Wijaya, H. A., & Contreras, J. A. M. (2024). The Influence of Self-Efficacy, Emotional Intelligence and Learning Motivation on Learning Achievement of Students at Universitas Jambi. *Jurnal Iqra': Kajian Ilmu Pendidikan*, 9(1), 113–134. <https://doi.org/10.25217/ji.v9i1.4356>
- Selvi. (2025). Penerapan Teknik Self-Management dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMA. *Jurnal Ilmu Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.70134/bikoling.v2i1.341>
- Sharma, K., Nguyen, A., & Hong, Y. (2024). Self-Regulation and Shared Regulation in Collaborative Learning in Adaptive Digital Learning Environments: A Systematic Review of

- Empirical Studies. *British Journal of Educational Technology*, 55(4), 1398–1436. <https://doi.org/10.1111/bjet.13459>
- Simón-Grábalos, D., Fonseca, D., Aláez, M., Romero-Yesa, S., & Fresneda-Portillo, C. (2025). Systematic Review of the Literature on Interventions to Improve Self-Regulation of Learning in First-Year University Students. *Education Sciences*, 15(3), 372. <https://doi.org/10.3390/educsci15030372>
- Sinuhaji, B. C., Dharsana, I. K., & Suarni, N. K. (2023). Pengaruh Konseling Behavioral Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMA Negeri 4 Singaraja. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 452–455. <https://doi.org/10.29210/1202323017>
- Smith, T. E., Thompson, A. M., & Maynard, B. R. (2022). Self-management interventions for reducing challenging behaviors among school-age students: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews: Better Evidence for a Better World*, 18(1). <https://doi.org/10.1002/cl2.1223>
- Sucipto, S. D., Tanjung, R. F., Minarsi, M., Dewi, M., & Sagita, D. N. (2024). Pengembangan Media Interaktif Berbasis Website untuk Pelayanan Bimbingan dan Konseling yang Terintegrasi. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(3), 327–336. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i3.85036>
- Theobald, M. (2021). Self-Regulated Learning Training Programs Enhance University Students' Academic Performance, Self-Regulated Learning Strategies, and Motivation: A Meta-Analysis. *Contemporary Educational Psychology*, 66, 101976. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2021.101976>
- Villar, E., Mayo, M. E., Martínez-López, Z., & Tinajero, C. (2024). What are the Principal and Most Effective Strategies for Motivational Self-Regulation? A Systematic Review and Meta-Analyses. *Learning and Individual Differences*, 113, 102480. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2024.102480>
- Zhu, M., & Doo, M. Y. (2022). The Relationship among Motivation, Self-Monitoring, Self-Management, and Learning Strategies of MOOC Learners. *Journal of Computing in Higher Education*, 34(2), 321–342. <https://doi.org/10.1007/s12528-021-09301-2>