

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK *CHOICE THEORY REALITY THERAPY*  
UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII  
MTS DARUL KAMAL RUGUK LAMPUNG SELATAN  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Oleh :

**NUR HIDAYATI  
NPM: 1211080109**

**Jurusan : Bimbingan dan Konseling (BK)**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1438 H/2017 M**

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK *CHOICE THEORY REALITY THERAPY*  
UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII  
MTS DARUL KAMAL RUGUK LAMPUNG SELATAN  
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

**Oleh:**

**NUR HIDAYATI  
NPM: 1211080109**

**Jurusan: Bimbingan dan Konseling (BK)**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG**

**Pembimbing I : Dr. Hj. Nilawati Tajuddin, M. Si**

**Pembimbing II: Nova Erlina, S,IQ.,M.ED**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1438 H/2017 M**

## ABSTRAK

### LAYANAN KONSELING KELOMPOK *CHOICE THEORY REALITY THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII MTS DARUL KAMAL RUGUK LAMPUNG SELATAN TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Oleh

NUR HIDAYATI

Disiplin belajar merupakan ketaatan/kepatuhan yang mengharuskan peserta didik mengikuti aturan yang berlaku didalam belajar. Namun kenyataan yang terjadi di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan masih terdapat peserta didik kelas VIII yang tidak mematuhi peraturan dalam belajar seperti : sering mengobrol di kelas, tidak membawa buku pelajaran, tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), datang kesekolah tidak tepat waktu, mencontek saat ulangan/latihan, dan mengobrol saat jam pelajaran dikelas. Sehingga perlu upaya untuk meningkatkan disiplin belajar dengan menggunakan *Choice Theory Reality Therapy*.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran disiplin belajar peserta didik dan untuk mengetahui Layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *Non-equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 18 peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017 yang memiliki disiplin kategori sedang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *rating scale* disiplin belajar, wawancara dan dokumentasi sebagai teknik pendukung.

Hasil perhitungan rata-rata skor disiplin belajar kelompok eksperimen sebelum mengikuti layanan konseling kelompok *choice theory reality therapy* adalah 59,33 dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok *choice theory reality therapy* meningkat menjadi 78,11. Sedangkan pada kelompok control adalah 60,77 dan pada saat *posttest* mendapat peningkatan menjadi 68,89. Dari hasil uji-t dengan  $df = 16$  dengan taraf  $(6,652 > 2,145)$  Maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berbunyi *choice theory reality therapy* dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017 diterima.

Kata Kunci : *Choice Theory Reality Therapy*, Disiplin Belajar



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.(0721) 703289

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : LAYANAN KONSELING KELOMPOK CHOICE THEORY REALITY THERAPY UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII MTS DARUL KAMAL RUGUK LAMPUNG SELATAN TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

**Nama : NUR HIDAYATI**  
**NPM : 1211080109**  
**Jurusan : Bimbingan dan Konseling**

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam siding Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dr. Hj. Ni'lawati Tajuddin, M. Si**  
**NIP. 195508261983032002**

**Nova Erlina, S.I.O., M.ED**  
**NIP. 197811142009122003**

**Mengetahui**  
**Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling**

**Andi Thahir, M.A., Ed.D**  
**NIP. 197604272007011015**



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.(0721) 703289

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan Judul: **LAYANAN KONSELING KELOMPOK CHOICE THEORY REALITY THERAPY UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII MTS DARUL KAMAL RUGUK LAMPUNG SELATAN TAHUN PELAJARAN 2016/2017**, disusun oleh : **NUR HIDAYATI, NPM : 1211080109**, Jurusan : **Bimbingan dan Konseling**, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Jum'at 04 Agustus 2017**.

**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua : Andi Thahir, M.A, Ed.D**

**Sekretaris : Hardiyansyah Masya, M.Pd**

**Penguji I : Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd**

**Penguji II : Dr. Hj. Nilawati Tajuddin, M.Si**

**Pembimbing : Nova Erlina, SIQ., M.Ed**

**Mengetahui**

**Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan**



**Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd**

**NIP. 195608101987031001**

## MOTTO

وَالْعَصْرِ (١) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (٢) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ

وَتَوَّاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّاصَوْا بِالصَّبْرِ (٣)

“Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.” (QS. Al ‘Ashr: 1-3)



## PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya kecilku ini untuk :

1. Kedua orang tuaku tersayang, Bapak M Riadi dan Ibu Siti Munawaroh terimakasih atas doa dan segala hal yang telah kalian berikan, sehingga anakmu dipermudahkan Allah SWT dalam menjalankan kehidupan ini. Terimakasih atas nasehat, kasih sayang, pengorbanan dan dorongan untuk menyelesaikan karya ini. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu wujud bakti dan ungkapan rasa terimakasih yang tak terhingga.
2. Keluarga besarku atas doa, bantuan, dan dukungannya sehingga karya ini dapat terselesaikan.



## **RIWAYAT HIDUP**

Peneliti lahir pada tanggal 20 Juli 1994 di Ruguk Kecamatan Ketapang Lampung Selatan, peneliti adalah anak pertama dari 2 bersaudara, dari pasangan Bapak M Riadi dan Ibu Siti Munawaroh. Peneliti menempuh pendidikan formal di TK Bakti Ibu dari tahun 1998 sampai tahun 2000, kemudian melanjutkan di Mi Al Khoiriyh Ruguk dari tahun 2000 sampai dengan 2006, kemudian melanjutkan di MTs Darul Kamal Ruguk dari tahun 2006 dan lulus 2009 kemudian peneliti melanjutkan di Madrasah Aliyah Negeri 1 Bandar Lampung dari tahun 2009 dan lulus pada tahun 2012.

Pada tahun 2012, peneliti diterima di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah jurusan Bimbingan dan Konseling tahun ajaran 2012/2013.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada sang pelita kehidupan, seiring jalan menuju ilahi, Nabi Muhammad SAW. Serta kepada keluarganya, para sahabat dan para pengikutnya.

Skripsi dengan judul “**Layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017**” adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini peneliti banyak mengalami kesulitan dan hambatan. Namun berkat bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Maka pada kesempatan ini peneliti ucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Prof. Dr. H. Moh Mukri, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Lampung yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti

untuk menimba ilmu pengetahuan di kampus hijau tercinta ini, khususnya di fakultas Tarbiyah.

2. Bapak Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Andi Thahir, M.A.,Ed.D, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Bunda Rika Damayanti, S.Kep.M.Kep,Sp.Kep.J, selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
5. Ibu Dr.Hj.Nilawati Tajuddin,M.Si selaku pembimbingan pertama terimakasih banyak atas kesediannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik.
6. Ibu Nova Erlina, SIQ., M.Ed selaku pembimbing kedua terimakasih banyak atas kesediannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik.
7. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
8. Almamater fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
9. Kedua orang tuaku yang telah memberikan dukungan, doa dan motivasi baik secara moril dan materil
10. Bapak dan Ibu Dewan guru beserta staf TU MTs Darul Kamal Ruguk yang telah berkenan membantu dalam penelitian.

11. Peserta didik kelas VIII MTs Darul Kamal Ruguk tahun pelajaran 2016/2017 yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian.
12. Kepada sahabat-sahabatku seperjuangan yang telah memberika dukungan, saran,motivasi dan doa sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan, semoga silaturahmi kita tetap terjalin.
13. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Akhir kata, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun peneliti berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Amin.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	11
C. Batasan Masalah .....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	12
F. Ruang Lingkup Penelitian .....	13
G. Penelitian yang Relevan .....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>16</b>
A. Layanan Konseling Kelompok .....	16

1. Pengertian Konseling Kelompok.....	16
2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	17
3. Asas Konseling Kelompok.....	18
4. Unsur-unsur Konseling Kelompok.....	20
B. Teori Pilihan ( <i>Choice Theory</i> ) dan Terapi Realita ( <i>Reality Therapy</i> ) ( <i>CTRT</i> )	
1. Pengertian Teori Pilihan ( <i>Choice Theory</i> ).....	21
2. Pengertian Terapi Realita .....	22
3. Pandangan Realita terhadap Manusia.....	23
4. Prosedur Konseling Realita .....	23
5. Tahapan-Tahapan konseling Terapi Realita.....	25
6. Kelebihan dan Kekurangan Terapi Realita.....	28
C. Disiplin Belajar	
1. Pengertian Disiplin Belajar.....	29
2. Tujuan Disiplin Belajar .....	32
3. Fungsi Disiplin Belajar.....	35
4. Faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar.....	38
5. Unsur-unsur Displin .....	40
6. Indikator Disiplin Belajar.....	43
D. Kerangka .....	46
E. Hipotesis.....	47
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>50</b>
A. Jenis Penelitian .....	50
B. Desain Penelitian .....	50
C. Variabel Penelitian .....	52
D. Definisi Oprasional.....	53
E. Populasi, Sample dan Teknik Sampling.....	56

F. Teknik Pengumpulan Data .....	57
G. Instrumen Pengembangan Penelitian.....	63
H. Pengembangan Program Konseling Kelompok Choice Theory Reality Therapy.....	67
I. Teknik dan Pengelolaan Analisis Data.....	69

**BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... 72**

A. Hasil Penelitian.....	73
1. Profil Umum Disiplin Belajar .....	73
2. Layanan Konseling Kelompok Choice Theory Reality Therapy untuk Meningkatkan Disiplin Peserta Didik .....	78
B. Pembahasan .....	99
1. Pembahasan Profil/Gambaran Umum Disiplin Belajar.....	99
2. Layanan Konseling Kelompok Choice Theory Reality Therapy Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar.....	105
3. Keterbatasan Penelitian .....	112

**BAB V SIMPULAN DAN SARAN ..... 113**

A. Simpulan.....	113
B. Saran.....	114

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

1. Pelanggaran Disiplin Peserta Didik Kelas VIII.....	3
2. Gambaran Disiplin Belajar .....	4
3. Definisi Oprasional.....	54
4. Jumlah Populasi dan Teknik Sampling .....	56
5. Skor Alternatif Jawaban .....	60
6. Kriteria Gambaran Umum Variable .....	61
7. Kriteria Disiplin Belajar .....	61
8. Kisi-kisi Angket Disiplin Belajar .....	63
9. Pedoman Angket Disiplin Belajar .....	64
10. Gambaran Umum Disiplin Belajar .....	73
11. Gambaran Disiplin Waktu.....	75
12. Gambaaran Disiplin Perbuatan.....	76
13. Gambaran Disiplin Belajar Berdasarkan Indikator .....	77
14. Hasil Uji t Independen Disiplin Belajar Secara Keseluruhan.....	91
15. Hasil Uji t Independen Disiplin Waktu .....	93
16. Hasil Uji t Independen Disiplin Perbuatan.....	95
17. Perbandingan Nilai Pretest, Posttest dan Gain Score .....	97

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

## DAFTAR GAMBAR

1. Kerangka Berfikir .....	46
2. Pola Non-equivalent Control Group Design .....	51
3. Korelasi Variabel .....	53
4. Persentase Disiplin Belajar .....	74
5. Peningkatan Rata-rata Disiplin Belajar .....	92
6. Peningkatan Rata-rata Indikator Disiplin Waktu .....	94
7. Peningkatan Rata-rata Indikator Disiplin Perbuatan .....	96
8. Grafik Peningkatan Disiplin Belajar .....	98
9. Persentase Disiplin Waktu .....	106
10. Persentase Disiplin Perbuatan .....	107





## DAFTAR LAMPIRAN

1. Program Konseling Kelompok Choice Theory reality Therapy.....
2. Angket Disiplin Belajar .....
3. Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling .....
4. Lembar Persetujuan Wawancara .....
5. Lembar Persetujuan Responden .....
6. Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling (SATLAN) .....
7. Dialog Konseling Kelompok .....
8. Penilaian Hasil Layanan Bimbingan dan Konseling (LAISEG) .....
9. Gambaran Kriteria Disiplin Belajar.....
10. Analisis Data Pretest.....
11. Analisis Data Posttes .....
12. Hasil Uji T Menggunakan Program SPSS.....
13. Hasil Uji T Indikator Disiplin Waktu .....
14. Hasil Uji T Indikator Disiplin Perbuatan.....
15. Foto Kegiatan Konseling Kelompok Choice Theory Reality Therapy
16. Pengesahan Seminar Proposal.....
17. Surat Penelitian.....
18. Surat Pernyataan.....

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu hal yang penting dan tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Setiap manusia memerlukan pendidikan untuk dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara”.<sup>1</sup> Hal tersebut senada dengan fungsi pendidikan nasional yaitu : “ Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.<sup>2</sup>

Adapun tujuan pendidikan berdasarkan undang-undang tersebut adalah untuk mengembangkan dan membentuk karakter peserta didik yang berakhlak

---

<sup>1</sup> Departemen Pendidikan Nasional, Undang-Undang SIKKNAS Nomor 20 Tahun 2003, Jakarta, PT. Sinar Grafika, 2011, hal 3.

<sup>2</sup> Departemen pendidikan nasional, *Ibid*, hal 7

mulia dan berilmu serta untuk meningkatkan potensi atau kemampuan-kemampuan yang ada pada peserta didik, sehingga peserta didik dapat menentukan dan mengarahkan hidupnya agar sesuai dengan norma-norma dan aturan-aturan yang berlaku, selain itu agar peserta didik dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan bertanggung jawab.

Untuk mewujudkan tujuan-tujuan tersebut dapat dilakukan proses belajar mengajar yang terjadi disekolah. Dalam hal ini, Walgito menyebutkan bahwa “banyak faktor yang harus diperhatikan dalam belajar, diantaranya yaitu faktor fisik dan faktor psikis, yang meliputi motif, minat, konsentrasi perhatian, *balance, personality, self convidence, self discipline*, intelensi dan ingatan”.<sup>3</sup>

Namun pada proses belajar mengajar yang terjadi disekolah, masih terdapat hambatan salah satunya yaitu kurangnya kedisiplinan peserta didik. Pada masalah ini masalah disiplin belajar sering kali terjadi dilingkungan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan dengan beberapa peserta didik, diketahui bahwa masih terdapat peserta didik yang tidak berperilaku disiplin dalam belajar, seperti sering mengobrol dikelas, tidak membawa buku pelajaran, tidak mengerjakan

---

<sup>3</sup> Ni Kadek ita Purnama Dhani, dkk, efektifitas Konseling Behavioral Teknik Latihan Asertif Untuk meningkatkan Prilaku Disiplin Belajar Siswa di kelas X SMA Laboratorium Undiksa Tahun 2012/2013, (Online) : Jurnal Universitas Pendidikan Ganesa Tersedia : <http://ejournal.ac.id/index.php/JJBK/artickle/view/772/645>,

pekerjaan rumah (PR), datang kesekolah tidak tepat waktu, mencontek saat ulangan /latihan, dan mengobrol saat jam pelajaran dikelas. Kurangnya kesadaran peserta didik dalam belajar, masih banyak peserta didik yang meninggalkan jam pelajaran saat pelajaran berlangsung. Kurangnya sikap tegas peserta didik, terdapat peserta didik yang tidak tegas terhadap prinsip/keyakinan seperti masih banyak peserta didik yang merokok padahal berdasarkan wawancara mereka sadar bahwa merokok merupakan perbuatan yang tidak baik dan akan mengganggu kesehatan namun karena mengikuti teman takut dibilang tidak gaul maka terdapat peserta didik yang tetap melakukannya, selain itu kurangnya sikap jujur peserta didik di dalam belajar, terdapat peserta didik yang tidak jujur saat tidak mengerti pelajaran (tidak bertanya kepada guru, dan berkata sudah mengerti saat di tanya).

Berdasarkan data dari guru bimbingan dan konseling, pelajaran disiplin peserta didik di semester 2 tahun pelajaran 2016/2017 pada kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan adalah sebagai berikut:

**Tabel 1**

**Pelanggaran Disiplin Peserta Didik Kelas VIII Semester 2 di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017**

No	Jenis Pelanggaran	Jumlah Pelanggaran
1	Siswa terlambat lebih dari 10 menit	15 Kasus
2	Pelanggaran Sekolah	12 Kasus
3	Meninggalkan pelajaran tanpa izin	3 Kasus

Jumlah	30
--------	----

*Sumber: dokumentasi data pelanggaran peserta didik MTS Darul Kamal Ruguk*

Berdasarkan tabel 1 dari peserta didik kelas VIII berjumlah 60 siswa, terdapat peserta didik terlambat lebih dari 10 menit sebanyak 15 kasus, dikarenakan jarak rumah ke sekolah yang jauh, pelanggaran sekolah sebanyak 12 kasus seperti, (1) tidak memakai seragam dan atribut sesuai dengan ketentuan, dikarenakan peserta didik lupa membawa atribut, mengikuti teman-teman, mengikuti trend, (2) berkelahi, dikarenakan membela teman, dan merasa diganggu, (3) bermain kartu di kelas, dikarenakan peserta didik merasa ada kesempatan, dan mengikuti teman-teman, (4) melawan guru, dikarenakan kurangnya rasa hormat peserta didik terhadap guru, dan (5) merokok, dikarenakan mengikuti *trend*, dan meninggalkan pelajaran tanpa izin sebanyak 3 kasus seperti bermain *playstation* disekitar lingkungan sekolah dikarenakan mengikuti teman-teman. Berdasarkan hasil penyebaran angket disiplin belajar pada peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan diperoleh gambaran sebagai berikut.

**Tabel 2**  
**Gambaran Disiplin Belajar Mts Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan**

No	Kategori	Jumlah Peserta Didik	Persentase
1	Tinggi	37	61,67 %
2	Sedang	18	30 %

3	Rendah	5	8,33 %
Jumlah		60	100%

*Sumber: Angket Pra Survei peserta didik MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan*

Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa dari 60 peserta didik terdapat 37 peserta didik (61,67%) berada pada kategori disiplin belajar tinggi, 18 peserta didik (30%) berada pada kategori sedang, dan 5 Peserta didik (8.33) berada pada kategori rendah. Data tersebut menunjukkan bahwa disiplin peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan masih belum optimal, masih terdapat peserta didik yang belum menyadari pentingnya disiplin.

Untuk mengetahui kriteria disiplin belajar, peneliti menyimpulkan berdasarkan indikator disiplin belajar menurut Moenir bahwa peserta didik yang memiliki disiplin belajar tinggi merupakan peserta didik yang memiliki kesadaran dan tanggung jawab yang tinggi terhadap tugas-tugas dan pembelajaran yang diberikan oleh guru seperti datang ke sekolah tepat waktu, mengumpulkan tugas tepat waktu, tidak mencoktek, dan tidak membuat keributan saat belajar, sedangkan untuk kriteria disiplin belajar sedang peserta didik yang mematuhi peraturan tetapi belum memenuhi semua kriteria dari indikator, sedangkan untuk kategori rendah yaitu peserta didik yang sering melakukan pelanggaran disiplin belajar yaitu tidak tepat waktu dalam belajar, sering keluar kelas saat jam pelajaran, tidak mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.

Kategori disiplin belajar yang digunakan dalam penelitian ini yaitu disiplin belajar kategori sedang yang akan ditingkatkan menjadi kategori tinggi dengan menggunakan layanan *Choice Theory Reality Therapy*, hal tersebut dikarenakan masih terdapat peserta didik yang berada pada kategori sedang. Pada kategori sedang peserta didik sudah menyadari akan pentingnya disiplin namun belum dapat dilaksanakan secara terus-menerus, dalam hal ini peneliti membantu peserta didik mengoptimalkan perilaku disiplin belajar.

Perilaku disiplin belajar penting dimiliki peserta didik khususnya peserta didik kelas VIII, karena kelas VIII merupakan pertengahan jenjang pendidikan sekolah menengah pertama (MTS), sehingga dibutuhkan arahan mengenai disiplin belajar agar dapat diterapkan dalam proses belajar, selain itu supaya pada jenjang/tingkat berikutnya peserta didik sudah terbiasa berperilaku disiplin dalam belajar. Disiplin belajar merupakan faktor yang penting dimiliki peserta didik.

Menurut Sofan “disiplin merupakan faktor yang sangat penting dalam belajar yang dibutuhkan oleh setiap siswa. Disiplin menjadi prasyarat bagi pembentukan sikap, perilaku dan tata tertib kehidupan berdisiplin, yang akan mengantar seorang siswa dalam belajar”.<sup>4</sup> Hal ini sesuai dengan pendapat Hendra Surya yang mengatakan bahwa , “dengan membiasakan diri belajar secara teratur dan ditunjang kedisiplinan dalam belajar, dapat meningkatkan dan memberntu watak kepribadian yang baik”.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Sofan Amri, pengembangan dan Model Pembelajaran dalam Kurikulum 2013, Jakarta, PT Prestasi Pustakarya, 2013, hal 162

<sup>5</sup> Ni Kadek Ita Dhani, Op.Cit, hal 2

Disiplin pada diri individu dapat tumbuh dengan adanya campur tangan dari pendidikan, yang dilakukan secara bertahap melalui latihan-latihan, dengan memiliki perilaku disiplin, dapat membantu peserta didik mengontrol tingkah lakunya sehari-hari, baik disekolah maupun dirumah. Selain itu, dengan memiliki perilaku disiplin belajar akan mendapatkan prestasi belajar yang baik.

Disiplin belajar dapat dilihat/diukur dengan menggunakan indikator-indikator, adapun menurut Moenir “indikator disiplin belajar dapat dilihat dari, disiplin waktu seperti, tepat waktu dalam belajar, tepat waktu datang dan pulang sekolah, tidak keluar kelas saat jam pelajaran, mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya. Disiplin perbuatan meliputi, patuh dan tidak menentang peraturan, tidak malas dalam belajar, tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, melakukan tingkah laku yang menyenangkan seperti, tidak mencontek, tidak membuat keributan dan tidak mengganggu teman saat belajar”.<sup>6</sup>

Dalam ajaran islam, disiplin berarti taat mengikuti aturan, baik yang datang dari Allah SWT, dari Rasulnya, dan dari perintah yang sesuai dengan ajaran islam itu sendiri. Namun fakta dilapangan tidak semua peserta didik

---

<sup>6</sup> Khusnalia Dian Maharani, Pengaruh Disiplin Belajar dan Keaktifan kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata pelajaran Teknologi Informasi dan Komunikasi di SMK 1 Sentolo, (Online), Skripsi Universitas negeri Yogyakarta, tersedia :<http://eprints.uny.ac.id/9742/3/bab%202%2008520244045.pdf>, (



mengikuti peraturan dan tata tertib yang ditetapkan sekolah. Pelanggaran yang dilakukan oleh peserta didik semakin bertambah dari waktu ke waktu.

Untuk menanggapi masalah yang dihadapi dalam perilaku disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik. Disebutkan dalam Undang-Undang sistem pendidikan nasional Pasal 1 ayat 6 Yaitu, "Pendidikan adalah tenaga pendidik yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan yang lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan".<sup>7</sup> Pendidikan dalam hal ini guru bimbingan konseling mempunyai peranan yang penting dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik.

Hal ini sesuai dengan pengertian bimbingan konseling menurut Blocher, "konseling adalah membantu individu agar dapat menyadari dirinya sendiri dan memberikan reaksi terhadap pengaruh-pengaruh lingkungan yang diterimanya, selanjutnya membantu yang bersangkutan menentukan beberapa makna dari tingkah laku tersebut dan mengembangkan serta memperjelas tujuan-tujuan dan nilai-nilai untuk perilaku dimasa yang akan datang".<sup>8</sup> Sedangkan menurut Prayitno "bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa prang

---

<sup>7</sup> Departemen Pendidikan Nasional, Op.Cit hal 3.

<sup>8</sup> Prayitno, Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling, Jakarta, PT. Rineka Cipta, 2013, hal 101

individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku”.<sup>9</sup>

Berdasarkan pendapat tersebut bimbingan konseling merupakan proses bantuan agar individu/peserta didik percaya terhadap dirinya sendiri dan dapat menentukan pengaruh dari lingkungan yang dapat diterima atau tidak diterima, supaya individu/peserta didik dapat berkembang secara optimal sesuai dengan perkembangannya dan tuntutan yang terjadi dilingkungan. Pada lingkungan sekolah peserta didik diminta patuh terhadap peraturan sekolah agar kegiatan belajar mengajar yang terjadi disekolah dapat berjalan efektif.

Untuk dapat memiliki keterampilan belajar yang efektif maka diperlukan disiplin belajar, untuk meningkatkan disiplin belajar guru bimbingan konseling dapat menggunakan beberapa layanan konseling, salah satu layanan konseling dapat menggunakan beberapa layanan konseling. Penggunaan layanan konseling kelompok dapat membantu peserta didik yang kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya, maka dengan berdiskusi peserta didik diharapkan dapat berlatih menggunakan pengetahuan dan gagasannya untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan pendangannya, menyatakan setuju atau menolak pendapat orang lain dengan cara yang baik.

---

<sup>9</sup> Prayitno, *Ibid*, hal 99.

Layanan konseling kelompok memiliki beberapa pendekatan salah satunya yaitu pendekatan *Choice theory Reality Therapy*.

Salah satu upaya yang dapat digunakan untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa yaitu dengan menggunakan konseling kelompok *choice theory reality therapy*. *Choice Theory Reality Therapy* adalah gabungan dua teori atau pendekatan yang digunakan dalam bidang psikologi dan konseling sementara teori pilihan (*choice Theory*) adalah ide dari individu itu sendiri.<sup>10</sup>

Dengan menggunakan *choice theory reality therapy* yang dilakukan dalam layanan konseling kelompok, diharapkan disiplin belajar siswa dapat ditingkatkan. Maka dari itu upaya untuk melatih dan disiplin siswa melalui layanan konseling kelompok dengan *choice theory realty therapy* dapat diberikan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa.

Permasalahan disiplin belajar ini tidak hanya menjadi tanggung jawab guru bidang studi tetapi terlebih juga guru pembimbing, Yaitu melalui layanan bimbingan dan konseling dengan membantu siswa untuk meningkatkan disiplin belajar. Layanan konseling kelompok yang diberikan sekolah meliputi layanan informasi,orientasi, penempatan dan penyaluran,pembelajaran,bimbingan kelompok,konseling kelompok dan

---

<sup>10</sup> Ahmad Jajimin Jusoh, Mohammad Nasir Bistamam, Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip, “ modul kaunseling Kelompok *CTRT* “ Malaysia, Reka Cetak Sdn Bhd, 2016, h, 38

individu. Dalam memberikan layanan ada yang bersifat pribadi ada juga yang bersifat kelompok. Salah satu layanan BK dalam upaya meningkatkan disiplin belajar siswa adalah konseling kelompok *choice theory reality therapy*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka identifikasi masalah yaitu :

1. Kurangnya perilaku disiplin peserta didik dalam belajar.
2. Kurangnya kesadaran peserta didik dalam belajar.

## **C. Batasan Masalah**

Untuk menghindari terlalu meluasnya pembahasan masalah dan lebih terarah maka dalam penulisan proposal ini hanya terfokus pada “Layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk Meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017”.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah penerapan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* efektif untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017”.

## E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling kelompok *Choise Theory Reality Therapy* efektif untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017.

### 2. Kegunaan Penelitian

- a. Sebagai pertimbangan dalam rangka meningkatkan disiplin belajar peserta didik.
- b. Sebagai tambahan khazanah/pengetahuan dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.
- c. Sebagai calon guru bimbingan dan konseling. Penelitian ini dilakukan agar peneliti dapat mengetahui pendekatan dan teknik yang tepat yang dapat dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.
- d. Diharapkan pembahasan ini dapat memberikan masukan mengenai strategi dan teknik yang digunakan dalam bimbingan dan konseling.
- e. Strategi ini dapat menjadikan peserta didik lebih disiplin dalam belajar. Sehingga semua peserta didik dapat aktif dan disiplin dalam mengikuti pembelajaran dikelas.

## **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Penulis membatasi ruang lingkup penelitian agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang ditetapkan, diantaranya adalah :

### 1) Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu Bimbingan dan Konseling dalam bidang konseling kelompok *Choise Theory Reality Therapy*.

### 2) Ruang Lingkup Objek dan subjek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah mengenai disiplin belajar peserta didik dapat ditingkatkan dengan menggunakan *Choise Theory Reality Therapy*. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan.

### 3) Ruang Lingkup wilayah dan waktu

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan, sedangkan waktu yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan pada semester genap tahun pelajaran 2016/2017.

## **G. Penelitian yang Relevan**

1. Mardia bin Smith, yang menulis tentang : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap disiplin Belajar Siswa di Sma Negeri 1 Watinggola Kabupaten Gorontalo Utara, penelitiannya menunjukkan berdasar kan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok

berpengaruh terhadap disiplin belajar siswa di kelas X SMU Negeri 1 Atinggola, artinya semakin besar frekuensi layanan konseling kelompok, semakin tinggi disiplin belajar siswa.<sup>11</sup>

2. Elly Nur Syavanah, yang menulis tentang : Penerapan Konseling kelompok realita untuk meningkatkan Disiplin Belajar Siswa, dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok realita dengan intervensi model WDEP, dapat meningkatkan disiplin belajar siswa yang ditandai dengan meningkatnya aspek pengendalian diri dan tanggung jawab dalam kegiatan belajar dan menurunnya perilaku indisciplin belajar siswa. Hal ini berarti penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan tanggung jawab serta kemandirian siswa dalam belajar dan siswa dapat belajar secara terarah dan teratur.<sup>12</sup>
3. Reni Susanti, yang menulis tentang : Efektifitas konseling realitas untuk meningkatkan kualitas diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, dari hasil penelitiannya salah satu permasalahan yang dihadapi mahasiswa akhir dalam menyelesaikan skripsinya adalah rendahnya kemampuan untuk meregulasi diri, sehingga sebagian mahasiswa cenderung menunda-nunda proses penyelesaian tugas akhirnya. Penelitian ini bertujuan untuk

---

<sup>11</sup> Mardia bin Smitah, “ Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin belajar siswa di Sma Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara (On-Line)

<sup>12</sup> Elly Nur Syafanah, “ penerapan konseling kelompok realita untuk meningkatkan disiplin belajar siswa”, (On-Line) *ejournal.unesa.ac.id* (10 November 2016)

mengetahui efektifitas penggunaan konseling realitas bagi peningkatan regulasi diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group presets desain. Subjek penelitian terdiri atas 5 orang mahasiswa yang dipilih dengan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil analisis menggunakan statistik non parametric Wilcoxon Sink Rank Test disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan terhadap regulasi diri mahasiswa dengan taraf signifikansi  $P=0.031$ ,  $Z=2.23$ , dan effect size yang tergolong tinggi, yakni  $-0.90$ . dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling realitas efektif untuk meningkatkan regulasi diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi<sup>13</sup>.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

---

<sup>13</sup> Reni Susanti, "Efektifitas Konseling Realitas untuk Peningkatan Regulasi Diri Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi", (On-Line) [ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1398](http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1398) (14 November 2016).



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Layanan Konseling Kelompok**

##### **1. Pengertian Konseling kelompok**

Konseling Kelompok adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapainya perkembangan yang optimal<sup>1</sup>.

Sedangkan menurut Zainal Aqib konseling kelompok adalah konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami melalui dinamika kelompok masalah yang di bahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok<sup>2</sup>.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada individu (siswa) yang mengalami masalah-masalah pribadi melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Layanan konseling kelompok pada dasarnya

---

<sup>1</sup> Tohirin, “ Bimbingan dan Konseling di sekolah dan madrasah”, Rajagrafindo persada, Jakarta Utara, 2011, h, 179

<sup>2</sup> Zainal Aqib “Bimbingan dan Konseling di Sekolah”, Yrama Widya, Bandung, 2012, h, 81

adaah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan pada suasana kelompok. Disana ada konselor dan ada klien, yaitu para anggota kelompok ( yang jumlahnya minimal dua orang). Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

## **2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok**

Secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa berkembang secara optimal. Melalui layanan konseling kelompok juga dapat diantaskan masalah klien (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Prayitno,).

Selanjutnya menurut Prayitno tujuan secara khusus, oleh karena focus layanan konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta layanan, maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus yaitu :

- 1) Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi.

- 2) Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain yang menjadi peserta layanan.<sup>3</sup>

Jadi anggota akan belajar tentang dirinya dalam hubungannya dengan anggota lain atau orang lain, selain itu dalam konseling kelompok anggota kelompok dapat pula belajar memecahkan masalah berdasarkan masukan dari anggota lain.

### 3. Asas Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu :

#### 1) Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang akan di bahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam konseling kelompok.

#### 2) Asas Kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.

#### 3) Asas Keterbukaan

---

<sup>3</sup> Tohirin, *Op, Cit*, H.181

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keraguan-keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

#### 4) Asas Kekinian

Masalah yang di bahas dalam konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang di bahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah diwaktu kecil.

#### 5) Asas Kegiatan

Hasil layanan kelompok tidak akan berarti apabila klien yang di bimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.

#### 6) Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus

mempersilahkanya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut<sup>4</sup>.

#### 4. Unsur-unsur Konseling Kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok, terdapat beberapa unsur sehingga kegiatan tersebut di sebut konseling kelompok. Adapun unsure-unsur yang terdapat dalam bimbingan kelompok yaitu :

- 1) Anggota kelompok, adalah individu normal yang mempunyai masalah dalam rentang penyesuaian yang masih dapat diatasi oleh pemimpin kelompok maupun anggota kelompok yang lainnya.
- 2) Pemimpin Kelompok, adalah seseorang ahli yang memimpin jalannya kegiatan konseling kelompok. Konseling kelompok dipinpin oleh konselor atupun psikolog yang profesional dengan latihan khusus bekerja dengan kelompok.
- 3) Permasalahan yang dihadapi anggota kelompok adalah sama.
- 4) Metode yang dilaksanakan dalam konseling kelompok berpusat pada proses kelompok dan perasaan kelompok.
- 5) Interaksi antar anggota kelompok sangat penting dan tidak bisa di nomor duankan.
- 6) Kegiatan konseling kelompok dilaksanakan berdasarkan pada alam kesadaran masing-masing anggota kelompok dan juga pemimpin kelompok<sup>5</sup>.

---

<sup>4</sup> Tohirin, Op Cit, h 87-93

## B. Teori Pilihan ( *Choice Theory* ) dan Terapi Realiti ( *Reality Therapy* ) ( *CTRT* )

### 1. Pengertian Teori Pilihan ( *Choice Theory* )

Menurut Corey menyatakan bahwa prioritas terapis adalah untuk mengajarkan klien membuat pilihan yang lebih efektif. Teori Pilihan ( *Choice Theory* ) menjelaskan bagaimana memilih cara untuk bertingkah laku yang dapat memperbaiki hubungan. Mengajarkan klien Teori Pilihan ( *Choice Theory* ) juga merupakan salah satu bagian dalam terapi Realiti ( *Reality Therapy* ).

Teori pilihan ( *Choice Theory* ) menekankan pada tingkah laku individu berdasarkan dari dalam diri individu itu sendiri. Sedangkan faktor dari luar diri individu tidak memberikan efek kepada diri individu, jika individu mengutamakan kebutuhannya sendiri. Fall et al. menyatakan bahwa sejak lahir, individu memiliki potensi-potensi untuk mengubah kebutuhan-kebutuhan ( *needs* ) dengan kehendak ( *wants* ) yang khusus adalah individu, objek, atau keadaan yang diinginkan dalam usaha untuk memenuhi kebutuhannya, dan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam kehidupannya<sup>6</sup>.

---

<sup>5</sup> Nasrina Nur Fahmi, "Skripsi Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman Yogyakarta", (On-Line) dapat dilihat di [digilib.uin-suka.ac.id](http://digilib.uin-suka.ac.id) (11 November 2016)

<sup>6</sup> Ahmad Jazimi Juson, Mohammad Nasir Bistamam, Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip, *Op Cit*, h, 14

Dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia didorong oleh kebutuhannya. Jika kebutuhannya terpenuhi maka seseorang akan mengembangkan identitas berhasil dan sebaliknya jika gagal memenuhi kebutuhannya maka seseorang akan mengembangkan identitas yang gagal.

## 2. Pengertian terapi Realita

Menurut Bob Sullo adalah metode konseling yang didasarkan pada Teori Pilihan dan bertujuan untuk membantu individu mendapatkan control yang lebih efektif atas kehidupan mereka sendiri.<sup>7</sup> Terapi realita didasarkan pada keyakinan bahwa kita memilih apa yang kita lakukan dengan kehidupan kita dan bertanggung jawab dengan pilihan yang telah di buat.

Sedangkan konseling kelompok realita berfokus pada perilaku saat ini, dan sebagai konsekuensinya tidak menekankan pada sejarah pada masa lalu konseli. Konseling realita memiliki implikasi langsung bagi situasi sekolah. Glasser menaruh perhatian pada masalah-masalah belajar dan tingkah laku. Menurut Gerald correy, keuntungan yang diperoleh dari konseling realita tampaknya adalah jangka waktu konseling yang relatif cukup pendek dan berurusan dengan tingkah laku sadar. Konseli dihadapkan pada keharusan mengevaluasi tingkah lakuknya dan membuat pertimbangan nilai. Pemahaman dan kesadaran tidak dipandang cukup,

---

<sup>7</sup> Ahmad Jazimi Juson, Mohammad Nasir Bistamam, Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip, *Op Cit*, h, 26

rencana tindakan dan komitmen untuk melaksanakannya dipandang sebagai inti terapeutik<sup>8</sup>.

### **3. Pandangan realita terhadap manusia**

Reality therapy yang dicetuskan oleh William Glasser ini didasarkan pada teori yang menekankan bahwa manusia merupakan makhluk sosial dan setiap perilaku yang dikerjakan ada tujuannya. Oleh karena itu manusia tergantung dari perilaku manusia itu sendiri dan bukan karena keluarga mereka, lingkungan mereka atau konflik saat usia anak-anak. Sebaliknya perilaku di pandang sebagai pilihan, dan penggunaan secara luas untuk terapi konseling, evaluasi serta pendidikan dimana reality therapy berusaha untuk menghindari pemaksaan dan hukuman serta mengajarkan tanggung jawab (Wubbolding,<sup>9</sup>).

### **4. Prosedur Konseling Realita**

Latipun untuk mencapai tujuan-tujuan konseling, ada prosedur yang harus diperhatikan oleh konselor realita. Diantaranya adalah sebagai berikut :

#### **1) Berfokus pada personal**

Mengkomunikasikan perhatian pada konselor pada konseli yang ditandai dengan hubungna hangat dan pemahamannya ini merupakan

---

<sup>8</sup> Failasufah, "Tesis efektifitas konseling kelompok realita untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik" On-Line

<sup>9</sup> Indah Alfiah, " Mengenal Terapi Realitas (*Reality Therapy*), (On-Line) dapat dilihat di unair.ac.id



kunci keberhasilan konseling. Keterlibatan konselor dapat menjadi fungsi kebebasan, tanggung jawab, dan otonomi pada konseli.

2) Berfokus pada perilaku

Konseling realita berfokus pada perilaku, karena perilaku dapat di ubah dan dapat dengan mudah dikendalikan jika di dibandingkan dengan perasaan atau sikap. Konselor dapat meminta konseli untuk “ melakukan sesuatu untuk lebih baik” dan bukan meminta konseli “merasa yang lebih baik”. Melakukan yang lebih baik pada akhirnya akan dapat merasakan yang lebih baik.

3) Berfokus pada saat ini

Konseling realita memandang tidak perlu melihat masa lalu konseli, tidak perlu mengeksplorasi terhadap pengalaman-pengalaman masa lalunya yang irrasional, karena tidak dapat di ubah dan membuat konseli tidak bertanggung jawab terhadap keadaannya.

4) Pertimbangan Nilai

Konseli perlu menilai kualitas perilakunya sendiri apakah perilakunya itu bertanggung jawab, rasional, realistis, dan benar. Hal ini akan membantu kesadaran tentang dirinya untuk melakukan hal-hal positif atau mencapai identitas yang berhasil.

5) Pentingnya Perencanaan

Setelah konseli memahami tentang perilakunya yang tidak bertanggung jawab maka konseli harus mampu menyusun rencana-

rencana yang realistis sehingga tingkah lakunya menjadi lebih baik yang memiliki identitas keberhasilan.

6) Komitmen

Konseli harus mempunyai komitmen atau keterikatan untuk melaksanakan rencana itu, komitmen ditunjukkan dengan kesediaan konseli sekaligus secara *riil* melaksanakan apa yang direncanakan.

7) Tidak menerima dalih

Saat konseli gagal dalam melaksanakan komitmennya dengan berbagai alasan, konselor perlu membuat rencana dan komitmen yang baru untuk upaya lebih lanjut.

8) Menghilangkan hukuman

Konseling realita tidak memperlakukan hukuman sebagai teknik pengubahan perilaku, Karena kurang efektif dan justru memperburuk hubungan konseling, Glasser menganjurkan agar konseli tidak di hokum dalam bentuk apapun dan dibiarkan belajar mendapatkan konsekuensi secara wajar dari perilakunya sendiri<sup>10</sup>.

## 5. Tahapan-tahapan konseling Terapi Realita

Proses pelaksanaan konseling kelompok terapi dilaksanakan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut :

---

<sup>10</sup> Tri Septi Setyaningsih, "Skripsi Pendekatan Konseling Realita Dalam Mengubah Konsep Diri Negatif Siswa *Broken Home*" (On-Line) [lib.unnes.ac.id/10565/1/10135.pdf](http://lib.unnes.ac.id/10565/1/10135.pdf) (12 November 2016)

### 1) Tahap awal kelompok

Pembentukan kelompok dengan pengenalan dan pengungkapan tujuan yang merupakan tahap pengenalan dan tahap pelibatan diri atau tahap pemasukan diri kedalam suatu kelompok<sup>11</sup>. Proses selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Tahap ini akan memunculkan kepercayaan terhadap kelompok. Langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah :

- a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih
- b. Berdoa
- c. Menjelaskan pengertian konseling kelompok
- d. Menjelaskan tujuan konseling kelompok
- e. Menjelaskan asas-asas konseling kelompok
- f. Melaksanakan perkenalan dilanjutkan dengan rangkaian nama

### 2) Tahap Peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi .

Langkah-langkah pada tahap peralihan :

- a. Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok

---

<sup>11</sup> Sitti Hartinah, “Konsep Dasar Bimbingan Kelompok”, Refika Aditama, Bandung, 2009, h  
132

- b. Tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut
- c. Mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut
- d. Memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok

### 3) Tahap kegiatan

Pada tahap ini ada proses penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok.

Langkah-langkah pada tahap kegiatan adalah :

- a. Mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian.
- b. Memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu.
- c. Membahas masalah terpilih secara tuntas.
- d. Selingan.
- e. Menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah di bahas apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentasnya masalah.

### 4) Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok.

Langkah-langkah dalam tahap pengakhiran adalah :

- a. Menjelaskan bahwa konseling kelompok akan diakhiri.
- b. Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai.
- c. Membahas kegiatan lanjutan.
- d. Pesan serta tanggapan anggota kelompok.
- e. Ucapan terimakasih
- f. Berdoa
- g. perpisahan<sup>12</sup>

## **6. Kelebihan dan Kekurangan Terapi Realita**

### **1. Kelebihan Terapi Realitas**

- 1) Asumsi mengenai tingkah laku merupakan hasil belajar.
- 2) Asumsi mengenai kepribadian di pengaruhi oleh lingkugan dan lingkungan kematangan.
- 3) Konseling bertujuan untuk mempelajari tingkah laku baru sebagai upaya untuk memperbaiki tingkah laku.

### **2. Kekurangan Terapi Realitas**

Kekurangan utama mengenai terapi realitas adalah menguraikan secara eksklusif masalah individu saat ini yang sedang

---

<sup>12</sup> Nasrina Nur fahmi, “skripsi Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman Yogyakarta. (On-Line) dapat dilihat di [digilib.uin-suka.ac.id](http://digilib.uin-suka.ac.id) (11 November 2016)

dialami. Tidak ingin membuka trauma sebelumnya atau mimpi yang berulang, realitas terapi hanya bisa diterapkan saat ini sekarang dan melangkah dengan cara terbaik, dengan mengingat pentingnya mengambil tanggung jawab atas perbuatannya sendiri dan menyadari satu-satunya orang yang dapat mengontrol adalah dirinya sendiri (Corey,) <sup>13</sup>.

### C. Disiplin Belajar

#### 1. Pengertian Disiplin Belajar

Dalam proses pendidikan disekolah, selalu berkaitan dengan belajar. dalam proses belajar terdapat peraturan/tata tertib yang harus di patuhi peserta didik, peraturan/tata tertib tersebut merupakan proses agar peserta didik dapat disiplin. Disiplin merupakan hal yang sangat penting dalam pendidikan. Dalam *Distionary of Education* dikemukakan bahwa, “*discipline (school)* adalah *the maintenance of conditions conducive to the efficient achievement of the school's functions*”.<sup>14</sup> Berdasarkan definisi tersebut, disiplin sekolah dapat diartikan sebagai keadaan tertib, ketika guru, kepala sekolah, dan peserta didik yang tergabung dalam sekolah tunduk kepada kepala peraturan yang telah ditetapkan dengan senang hati.

---

<sup>13</sup> Indah Alviah, Fatimah Haniman, “Mengenal terapi realitas” On-Line

<sup>14</sup> Mulyasa, Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, Jakarta, Bumi Aksara, 2009, hal 191.

Disiplin dalam pembelajaran sangat penting dan dibutuhkan agar proses belajar mengajar dapat berjalan efektif, hal ini sesuai dengan pendapat Mardia dalam jurnalnya bahwa “dalam proses pembelajaran disiplin sangat dibutuhkan, hal ini disebabkan pembelajaran diarahkan untuk membangun kemampuan berfikir dan kemampuan menguasai materi pembelajaran, dimana pengetahuan itu sumbernya dari luar diri, tetapi di konstruksikan dari dalam diri individu, oleh sebab itu setiap siswa harus memiliki disiplin belajar.”<sup>15</sup>

Agar proses belajar mengajar dapat berjalan efektif, dan peserta didik dapat mengerti, menguasai materi pembelajaran diperlukan disiplin belajar. Masalah-masalah yang terjadi dalam disiplin belajar seperti tidak membawa buku pelajaran, mengobrol dikelas, meninggalkan kelas saat jam pelajaran merupakan hambatan-hambatan yang ada dalam proses belajar. Menurut The Ling Gie “hambatan-hambatan dalam proses belajar dapat diatasi dengan menggunakan pedoman pembelajaran seperti, keteraturan dalam belajar, disiplin belajar, dan konsentrasi”.<sup>16</sup>

Hambatan-hambatan yang terjadi dalam belajar dapat diatasi salah satunya dengan perilaku disiplin belajar. Hal ini senada dengan pendapat Hendra Surya “bahwa dengan membiasakan diri belajar secara teratur dan

---

<sup>15</sup> Mardiana Bin Smitah, Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA 1 Antigola Kabupaten Gorontalo, (Online) : Jurnal Universitas Negeri Gorontalo, Tersedia : <http://ejournal.ung.ac.id/index.php/jpp/article/>,

<sup>16</sup> Tuti Rahayu, Hubungan Antara Tingkat Kedisiplinan Siswa dengan Prestasi Belajarnya Pada mata pelajaran PKN (Studi deskriptif terhadap siswa kelas Xi di SMA Pasudan 2 Cimahi),\_ppk\_033278\_chapture2.pdf,

ditunjang dengan kedisiplinan dalam belajar dapat meningkatkan kecakapan belajar yang akan baik”.<sup>17</sup>

Dengan watak dan pola kepribadian yang terbentuk maka peserta didik dengan sendirinya akan mematuhi peraturan tanpa adanya paksaan. Disiplin belajar merupakan suatu bentuk perilaku pembiasaan diri dalam belajar, peserta didik diminta untuk mengikuti aturan yang ditetapkan dalam belajar. Disiplin belajar akan berpengaruh pada prestasi belajar peserta didik.

Hal ini senada dengan pendapat Sofan Amri yang menyatakan bahwa “disiplin belajar merupakan suatu bentuk kesadaran tindakan untuk belajar seperti disiplin mengikuti pelajaran, ketepatan dalam menyelesaikan tugas, kedisiplinan dalam mengikuti ujian, kedisiplinan dalam mengikuti jadwal belajar, kedisiplinan dalam menaati tata tertib yang berpengaruh langsung terhadap cara dan teknik siswa dalam belajar yang hasilnya dapat dilihat dari prestasi belajar yang dicapai”.<sup>18</sup> Sofan juga mengungkapkan bahwa “disiplin belajar merupakan sikap yang terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai individu ketaatan dan ketentuan berdasarkan acuan nilai moral individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang mencakup perubahan berfikir, sikap, dan tindakan yang sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang telah ditetapkan seseorang dalam belajar secara konsisten dan konsekuen dalam usaha untuk mendapatkan kepandaian ilmu”.<sup>19</sup>

Dengan membiasakan belajar yang teratur dan ikuti dengan disiplin belajar baik dirumah maupun dirumah maupun disekolah, akan membentuk watak dan prilaku individu yang lebih baik belajar. Pembiasaan diri dalam belajar merupakan hal yang penting, karena dengan membiasakan diri secara

---

<sup>17</sup> Ni Kadek Ita Purnama Dhani, dkk, Op, Cit, hal 2

<sup>18</sup> Sofan, *Op. Cit*, hal 168

<sup>19</sup> *Ibid*, hal 171



teratur dalam belajar peserta didik dapat meningkatkan pengetahuannya di dalam pembelajaran dan akan membentuk pribadi dan watak individu yang lebih baik.

## 2. Tujuan Disiplin Belajar

Didalam disiplin belajar terdapat tujuan disiplin belajar, menurut Choirun Nisa Aulia dalam jurnalnya “tujuan disiplin ialah membentuk perilaku sedemikian rupa sehingga ia akan sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan kelompok budaya, tempat individu itu diidentifikasi”.<sup>20</sup>

Berdasarkan pendapat tersebut, tujuan disiplin belajar adalah membentuk perilaku individu agar sesuai dengan peraturan yang ditetapkan baik itu dilingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah. Salah satu disiplin pada lingkungan sekolah yaitu disiplin belajar. Disiplin belajar sangat penting dan dibutuhkan oleh setiap peserta didik. Namun masih banyak peserta didik yang belum menyadari pentingnya disiplin belajar.

Menurut Sofan Amri, “kedisiplinan dapat mengarahkan seseorang untuk menyesuaikan diri terutama dalam menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku dilingkungannya. Berlangsungnya kedisiplinan sebagai alat pendidik dan alat menyesuaikan diri akan mempengaruhi berlangsungnya tertib, dan terarah”.<sup>21</sup> Sedangkan menurut Mulyasa,

---

<sup>20</sup> Choirun Nisa Aulia, Penanaman Disiplin Pada Anak Usia Dini, (online) jurnal Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Tersedia di :<http://journal.umsida.ac.id/files/LinaV2.1.Pdf>,

<sup>21</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 162

“disiplin sekolah bertujuan untuk membantu peserta didik menentukan dirinya, mengatasi, dan mencegah timbulnya problem-problem disiplin, serta berusaha menciptakan situasi yang menyenangkan dalam pembelajaran sehingga mereka menaati segala peraturan yang telah ditetapkan”.<sup>22</sup>

Dengan demikian memiliki perilaku disiplin peserta didik dapat mencegah masalah yang akan terjadi, membuat proses belajar berjalan tertib sehingga akan tercipta situasi yang menyenangkan bagi peserta didik. Hal tersebut senada dengan pendapat Tholib yang mengatakan bahwa, “disiplin mempunyai dua macam tujuan yaitu : (a) membentuk anak menjadi mantang pribadinya dan mengembangkan sifat-sifat ketertanggung jawaban menuju tidak ketertanggung jawaban, sehingga individu mampu berdiri sendiri diatas tanggung jawab, dan (b) membantu anak untuk mengatasi, mencegah timbulnya problem-problem disiplin, dan berupaya menciptakan situasi yang *Favorabel* bagi kegiatan belajar mengajar, dimana menaati segala peraturan yang telah ditetapkan”.<sup>23</sup> Dengan demikian diharapkan bahwa disiplin dapat membantu peserta didik agar dapat berdiri sendiri.

Untuk mewujudkan tujuan-tujuan disiplin tersebut maka perlu ditumbuhkan perilaku disiplin pada peserta didik, karena perilaku disiplin tidak datang dengan sendirinya melainkan melalui latihan-latihan dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut senada dengan pendapat Soegeng bahwa

---

<sup>22</sup> Mulyasa, *Op.Cit* hal 192

<sup>23</sup> Tholib Kasan, *Teori dan Aplikasi Administrasi Pendidikan*, Jakarta, Studia Press, 2011, hal

“disiplin akan terwujud melalui pembinaan sejak dini, dimulai dari lingkungan keluarga, melalui pendidikan yang tertanam dari sejak usia muda yang semakin menyatu kuat dalam dirinya dengan bertambahnya usia”.<sup>24</sup>

Latihan-latihan dan penerapan yang dilakukan secara terus-menerus akan membuat peserta didik lebih terbiasa untuk disiplin, sehingga dalam perilaku disiplin peserta didik tidak merasa menjadi suatu kewajiban yang dilakukan karena paksaan melainkan sudah merupakan kebiasaan yang harus dilakukan. Disiplin pada lingkungan sekolah mempunyai fungsi yang berguna untuk meningkatkan kualitas lembaga sekolah, kualitas guru, dan kualitas peserta didik.

Selain itu dalam Islam disiplin sangatlah dianjurkan untuk selalu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, anjuran untuk berperilaku disiplin tertuang pada ayat Al-Qur'an surat Ashr yang berbunyi :

وَالْعَصْرِ (1) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (2) إِيَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَوْا بِالصَّبْرِ (3)

Artinya

Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam keadaan merugi (celaka), kecuali orang-orang yang beriman, beramal shalih, saling

---

<sup>24</sup> Muhammad Khafid dan Suroso, Pengaruh disiplin Belajar dan Lingkungan Keluarga terhadap Hasil Belajar Ekonomi, (online) Jurnal Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Semarang, Tersedia di: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=136388&val>.

menasehati dalam kebenaran, dan saling menasehati dalam kesabaran.”(Al‘Ashr:1-3).<sup>25</sup>

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah SWT memerintahkan manusia untuk memanfaatkan waktu dengan baik, yaitu tidak menyia-nyiakan waktu. Waktu yang tersedia sebaiknya digunakan untuk melakukan perbuatan-perbuatan yang bermanfaat dan berperilaku disiplin dalam segala aspek kehidupan.

### 3. Fungsi Disiplin Belajar

Disiplin belajar memiliki fungsi penting dalam belajar, disiplin dapat membantu peserta didik mengontrol perilaku yang akan dilakukan agar sesuai dengan tata tertib yang berlaku dilingkungan (sekolah).

Menurut Umri Mufidah “fungsi pokok disiplin adalah mengajarkan anak menerima pengekangan yang diperlukan dan membantu mengarahkan energy anak kedalam jalur yang berguna dan diterima secara social”.<sup>26</sup>Sedangkan menurut Sofan Amri “disiplin berfungsi sebagai alat penyesuaian dari dalam lingkungan yang ada. Disiplin dapat mengarahkan seseorang untuk menyesuaikan diri terutama dalam menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku dilingkungan sekitar”.<sup>27</sup>

---

<sup>25</sup>

<sup>26</sup> Umri Mufidah, Efektifitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini, (Online) : Jurnal Universitas Negeri Semarang, Tersedia :<http://journal.unnes.ac.id/sju/inde.php/belia>,

<sup>27</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 162

Dengan pembiasaan diri dalam disiplin akan membuat peserta didik terbiasa dengan perilaku disiplin, sehingga peserta didik dengan sendirinya akan berperilaku disiplin dan mengikuti peraturan tanpa paksaan/tekanan dari manapun sehingga dengan mudah peserta didik dapat menyesuaikan diri terhadap peraturan-peraturan dalam lingkungan yang baru. Sedangkan fungsi disiplin belajar menurut Tu'u dalam Sofan sebagai berikut:

1) Menata kehidupan bersama

Dalam hubungan dengan orang lain, diperlukan norma/nilai yang berfungsi untuk mengatur kehidupan dari kegiatannya agar dapat berjalan lancar dan baik. Maka, fungsi disiplin adalah mengatur tata kehidupan manusia, dalam kelompok tertentu dan dalam masyarakat.

2) Membangun kepribadian

Disiplin yang ditetapkan disetiap lingkungan akan memberikan dampak bagi pertumbuhan kepribadian yang baik. Lingkungan sangat berpengaruh terhadap kepribadian seseorang.

3) Melatih kepribadian

Sikap, perilaku, pola kehidupan yang baik dan berdisiplin tidak terbentuk secara serta merta dalam waktu yang singkat. Namun, terbentuk melalui suatu proses yang membutuhkan waktu yang panjang. Salah satu proses untuk membentuk kepribadian tersebut dilakukan melalui latihan.

#### 4) Pemaksaan

Salah satu fungsi disiplin yaitu sebagai pemaksaan kepada seorang untuk meningkatkan peraturan-peraturan yang berlaku dilingkungan itu.

#### 5) Hukum

Ancaman hukum/sanksi sangat penting karena dapat member dorongan dan kekuatan bagi siswa untuk menaati dan mematuhi. Tanpa ancaman hukum/sanksi, dorongan ketaatan dan kepatuhan dapat diperlemah.

#### 6) Menciptakan lingkungan kondusif

Dalam lingkungan sekolah disiplin sangat diperlukan dalam proses belajar mengajar, alasannya yaitu disiplin dapat membantu kegiatan belajar, dapat menimbulkan rasa senang untuk belajar dan meningkatkan hubungan sosial.<sup>28</sup>

Sedangkan menurut Maman Rachman dalam Sofan, pentingnya disiplin bagi peserta didik adalah sebagai berikut” (1) memberikan dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang. (2) membantu peserta didik memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. (3) cara menyelesaikan tuntutan yang ingin ditunjukkan peserta didik terhadap lingkungan. (4) untuk mengatur keseimbangan keinginan individu satu dengan individu yang lain. (5) menjauhi peserta didik melakukan hal-hal yang dilarang sekolah. Dan

---

<sup>28</sup>*Ibid*, hal 164

(6) mendorong peserta didik melakukan hal-hal yang baik dan benar”.<sup>29</sup>

Dengan memiliki sikap disiplin peserta didik dapat lebih mengontrol hal-hal yang akan dilakukannya, baik itu dalam mengajar maupun hal-hal yang berhubungan dengan peraturan sekolah. Dengan memiliki disiplin belajar yang baik maka akan timbul pribadi yang baik, selain itu disiplin dalam mengajar (mampu memberikan respon terhadap stimulus yang diberikan guru) akan membuat peserta didik memiliki prestasi belajar yang baik.

#### **4. Faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar**

Dalam perilaku disiplin belajar, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar. Menurut Sofan, “faktor yang mempengaruhi disiplin tersebut, antara lain :

##### **a. Anak itu sendiri**

Faktor pada individu mempengaruhi kedisiplinan individu yang bersangkutan, mengingat setiap individu memiliki potensi dan kepribadian yang berbeda satu sama lain. Pemahaman terhadap individu secara cermat dan tepat akan berpengaruh terhadap keberhasilan penanaman kedisiplinan.

##### **b. Sikap pendidik**

---

<sup>29</sup> *Ibid*, hal 164-165

Sikap pendidik yang bersikap baik, penuh kasih sayang, memungkinkan keberhasilan penanaman kedisiplinan pada anak. Hal ini dimungkinkan pada hakikatnya anak cenderung lebih patuh kepada pendidik yang bersikap baik. Sebaliknya sikap pendidik yang kasar, tidak peduli, keras, kurang berwibawa akan berdampak pada kegagalan penanaman kedisiplinan.

c. Lingkungan

Lingkungan akan mempengaruhi proses pendidikan, hal ini meliputi lingkungan fisis (lingkungan sekolah), lingkungan teknis (fasilitas atau sarana dan prasarana), dan lingkungan sosiokultural (lingkungan antar individu yang bersifat social seperti masyarakat).

d. Tujuan

Agar penanaman kedisiplinan dapat berhasil maka tujuan tersebut harus ditetapkan dengan jelas, termasuk penentuan kriteria pencapaian tujuan penanaman kedisiplinan disekolah".<sup>30</sup>

Berdasarkan pendapat Sofan tersebut faktor disiplin dapat dilihat dari faktor individu, sikap pendidik, faktor lingkungan maupun faktor tujuan.

---

<sup>30</sup> Ibid, hal 167-168.



Keempat faktor tersebut memegang peranan penting dalam kedisiplinan. Pada faktor individu setiap individu/peserta didik memiliki perkembangan dan kepribadiannya yang berbeda, sedangkan faktor sikap pendidik, dalam hal ini pendidik harus bersikap hangat, ramah dan baik karena dengan begitu kewibawaan pendidikan akan menjadi lebih terlihat dan peserta didik akan lebih disiplin, sedangkan pada faktor lingkungan masyarakat, teman sebaya banyak sekali yang dapat mempengaruhi individu untuk berbuat tidak disiplin, dalam hal ini sering terlihat bahwa banyak peserta didik yang mengajak temannya meninggalkan jam mata pelajaran, banyak peserta didik yang mengajak ngobrol temannya didalam kelas dan lain sebagainya. Selain itu faktor yang tidak kalah penting yaitu tujuan untuk apa penanaman disiplin tersebut dilakuakn harus diperjelas.

## **5. Unsur-Unsur Disiplin**

Terdapat beberapa unsure-unsur yang peting di dalam perilaku disiplin, menurut Hurlock dalam Sofan unsure pokok disiplin yaitu :

### **1) Peraturan sebagai pedoman perilaku**

Peraturan merupakan pola tingkah laku. Pola tersebut dapat ditetapkan oleh orang tua, guru, atau teman bermain. Peraturan digunakan untuk membentuk perilaku individu, peraturan memperkenalkan individu pada perilaku yang disetujui lingkungan sekitar. Seperti pada sekolah peserta

didik diperkenalkan perilaku disiplin yang harus diterapkan dilingkungan sekolah, sehingga nantinya akan membuat peserta didik terbiasa dalam disiplin.

- 2) Konsistensi dalam peraturan tersebut dan dalam cara yang digunakan mengajarkan dan memaksakannya.

Konsistensi merupakan tingkat keseragaman atau stabilitas. Harus ada konsistensi terhadap peraturan yang digunakan dalam pedoman tingkah perilaku, konsistensi dalam peraturan ini diajarkan dan dipaksakan, seperti dalam hukuman yang diberikan kepada peserta didik yang berperilaku tidak sesuai dengan standar, dan dalam penghargaan bagi mereka yang menyesuaikan.

Hukuman yang diberikan kepada individu yang tidak melaksanakan peraturan serta pemberian *reward* yang diberikan kepada individu yang berhasil melaksanakan peraturan harus konsisten tidak boleh berubah-ubah. Karena hal tersebut akan memacu dan memotivasi individu untuk meningkatkan kedisiplinan.

- 3) Hukuman untuk pelanggaran peraturan

Hukuman berasal dari kata kerja latin, *punier* yang berarti menjatuhkan hukuman pada seseorang karena kesalahan, perlawanan atau

pelanggaran sebagai ganjaran atau pembalasan. Hukuman dapat menghalangi terulangnya tindakan yang tidak diinginkan, hukuman juga dapat digunakan untuk mendidik, dalam hal ini agar individu dapat mengetahui perbuatan mana yang baik untuk dilakukan dan perbuatan yang tidak baik untuk dilakukan (perbuatan yang melanggar peraturan).

- 4) Penghargaan untuk perilaku yang baik yang sejalan dengan peraturan yang berlaku. Penghargaan tidak perlu berbentuk materi, tetapi juga dapat berupa kata-kata pujian, senyuman dan tepukan dipunggung. Penghargaan akan diterima setelah individu dapat menyelesaikan kewajibannya.<sup>31</sup>

Sedangkan menurut Sofan Amri “ unsur pokok yang membentuk disiplin yaitu, sikap yang telah ada pada diri manusia dan system nilai budaya yang ada di dalam masyarakat. Sikap atau *attitude* merupakan unsur yang hidup di dalam jiwa manusia yang harus mampu bereaksi terhadap lingkungannya, dapat berupa tingkah laku atau pemikiran. Sedangkan sistem nilai budaya merupakan bagian dari budaya yang berfungsi sebagai petunjuk atau pedoman dan penuntun bagi kelakuan manusia.<sup>32</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut unsur-unsur disiplin belajar yaitu, terdapatnya peraturan, konsistensi dalam peraturan, hukuman, penghargaan terhadap peserta didik yang dapat meningkatkan disiplin belajar, selain itu sikap dan *attitude* yang baik merupakan hal yang sangat penting didalam disiplin belajar. Peserta didik yang memiliki sikap yang

---

<sup>31</sup> *Ibid*, hal 165

<sup>32</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 165

baik dalam ketaatan berperilaku, maka dengan mudah dapat menyesuaikan diri terhadap peraturan yang sudah ditetapkan.

## 6. Indikator Disiplin Belajar

Untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik terdapat indikator/tolak ukur untuk menentukan tingkat disiplin belajar peserta didik. Menurut Moenir “indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik berdasarkan ketentuan disiplin waktu dan disiplin perbuatan, yaitu :

1. Disiplin waktu, meliputi : (a) tepat waktu dalam belajar, mencakup datang dan pulang sekolah tepat waktu. (b) tidak keluar kelas saat jam pelajaran. Dan (c) mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.
2. Disiplin perbuatan, meliputi : (a) patuh dan tidak menentang peraturan: (a) tidak malas belajar, (c) tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, (d) tidak suka berbohong, dan (melakukan tingkah laku yang menyenangkan, mencakup tidak mencontek, tidak membuat keributan dan tidak mengganggu orang lain saat belajar”.<sup>33</sup>

Indikator tersebut merupakan indikator yang nantinya akan digunakan untuk mengukur disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik. Berdasarkan indikator tersebut maka penelitian menyimpulkan bahwa peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang tinggi merupakan peserta didik yang memiliki keasadaran dan tanggung jawab yang tinggi terhadap tugas-tugas dan pembelajaran yang diberikan oleh guru seperti datang kesekolah tepat waktu, mengumpulkan tugas tepat waktu, tidak mencontek, dan tidak membuat keributan saat belajar.

---

<sup>33</sup> Khusnalia Dian Maharani, *Op.Cit*

## 7. Pengaruh Disiplin Terhadap Prestasi Belajar

Perilaku disiplin belajar berpengaruh dalam meningkatkan prestasi belajar peserta didik. Hal ini senada dengan pendapat Sofan yang menyatakan bahwa “prestasi belajar peserta didik dipengaruhi oleh disiplin belajar, dengan memiliki perilaku disiplin belajar yang baik maka akan semakin tinggi prestasi yang di peroleh peserta didik, begitupun sebaliknya apabila disiplin belajar peserta didik rendah maka akan semakin rendah prestasi belajar peserta didik”.<sup>34</sup>

Perilaku disiplin belajar berpengaruh terhadap prestasi belajar peserta didik. Dengan adanya disiplin belajar yang baik akan meningkatkan ketekunan peserta didik. Sehingga peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang baik cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih baik.

Sedangkan menurut Andi “dengan adanya disiplin diri dalam belajar yang tertanam dalam diri setiap peserta didik, akan menjadikan mereka lebih aktif dan kreatif dalam belajar. Dengan adanya disiplin belajar yang baik bagi siswa akan meningkatkan ketekunan serta memperbesar kemungkinan siswa berkreasi dan berprestasi. Tanpa disiplin dalam belajar tentu akan membuat peserta didik mengalami kesulitan dalam mengikuti proses belajar mengajar. Sehingga keadaan ini akan berakibat pada prestasi belajarnya yang akan menunjukkan hasil yang kurang memuaskan”.<sup>35</sup>

Peserta didik yang mengikuti pembelajaran disekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan, seperti peraturan tata tertib yang di dalamnya termasuk peraturan dalam belajar. Disiplin belajar dapat membuat peserta didik memiliki prestasi belajar yang baik. Semakin baik prilakunya disiplin

---

<sup>34</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 169

<sup>35</sup> Andi Taufik Amalros, Hubungan Disiplin dan Motivasi Terhadap Minat Belajar Siswa dan macam-macam Kecerdasan: (Online)

belajar peserta didik maka semakin baik prestasi belajar yang diperoleh peserta didik.

#### D. Kerangka Berfikir

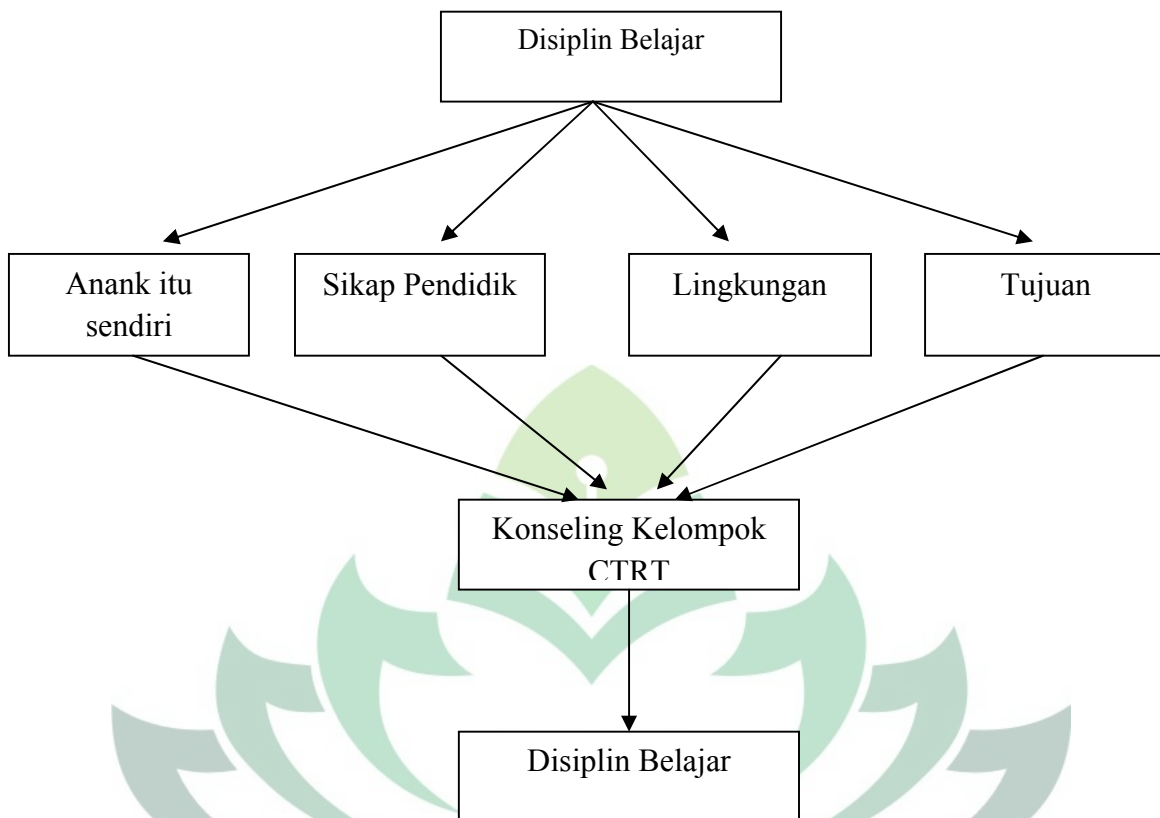
Menurut Sugiono, “kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variable yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan”.<sup>36</sup> Kerangka pemikiran dalam penelitian ini bahwa konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dapat meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik, karena kegunaan konseling kelompok kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dapat membantu peserta didik lebih jujur dan terbuka terhadap apa yang ingin dilakukannya, membantu peserta didik lebih jujur dan terbuka terhadap apa yang ingin dilakukannya, membantu peserta didik untuk berkata “tidak” terhadap ajakan-ajakan yang akan merugikan dirinya. Berikut dapat digambarkan alur kerangka pikir dalam penelitian ini



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

---

<sup>36</sup> Sugiono, Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D), Afabeta, Bandung, 2009, hal 60



**Gambar 1 Konsep Berfikir**

Disiplin belajar merupakan sikap yang terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang mencakup perubahan berfikir, sikap, dan tindakan yang sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang telah ditetapkan seseorang dalam belajar secara konsisten dan konsekuen dalam usaha untuk

mendapatkan kepandaian ilmu.<sup>37</sup> Menurut pendapat Sofan “terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar yaitu, anak itu sendiri, sikap pendidikan, lingkungan, dan tujuan.<sup>38</sup> Dalam penelitian ini terdapat beberapa yang dapat mempengaruhi disiplin belajar diantaranya, anak itu sendiri seperti kemauan peserta didik untuk berperilaku disiplin, sikap pendidik yang kurang dapat bersikap hangat dan berwibawa, lingkungan seperti, terdapat peserta didik yang kurang tegas menolak ajakan teman untuk melanggar peraturan, dan kurangnya kesadaran peserta didik terhadap tujuan disiplin belajar dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*.

#### E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian.<sup>39</sup> Berdasarkan pengertian tersebut hipotesis adalah jawaban sementara yang kebenarannya masih harus dibuktikan/diuji kebenarannya. Hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ). Hipotesis nol ( $H_0$ ) diartikan sebagai tidak adanya perbedaan antara ukuran populasi dengan ukuran sampel. Sementara yang dimaksud hipotesis alternatif ( $H_a$ ) adalah hipotesis yang menunjukkan adanya perbedaan antara populasi dengan data sampel.<sup>40</sup>

---

<sup>37</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 171

<sup>38</sup> Sofan Amri, *Op.Cit* hal 167-168

<sup>39</sup> Sugiono, *Op.Cit*, 2009, hal 64

<sup>40</sup> Sugiono, *Statistik Untuk Penelitian*, Bandung, Alfabeta, 2012, hal 85



Berdasarkan latar belakang masalah, teori dan kerangka berfikir yang telah dikemukakan, maka hipotesis statistik dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut

$$: \mu_1 \neq \mu_0$$

$$: \mu_1 = \mu_0$$

Dimana:

= Konseling Kelompok *Choice Theory Realty Therapy* dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017.

= Konseling Kelompok *Choice Theory Realty Therapy* tidak dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017.

$\mu_1$  = Disiplin belajar peserta didik sebelum pemberian Konseling Kelompok *Choice Theory Realty Therapy*.

$\mu_0$  = Disiplin belajar peserta didik setelah pemberian Konseling Kelompok *Choice Theory Realty Therapy*.

Untuk menunjukkan hipotesis, selanjutnya nilai  $t_{(hitung)}$  dibandingkan dengan nilai- $t$  dari tabel distribusi  $t_{(tabel)}$ . Cara penentuan nilai  $t_{tabel}$  didasarkan pada taraf signifikan tertentu (misal  $\alpha = 0,05$ ) dan  $dk = n-1$ .  
Kriteria pengujian hipotesis untuk uji satu pihak kanan yaitu, yaitu :

Tolak , jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  dan

Terima , jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono “metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali.”<sup>1</sup> Alasan peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen, karena dalam penelitian ini akan dicari pengaruh setelah sampel penelitian mendapat perlakuan atau *treatment*.

#### B. Desain Penelitian

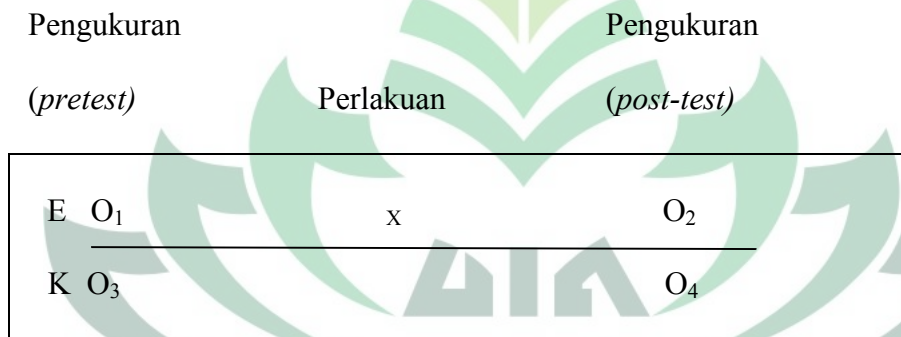
Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental*. Alasan peneliti menggunakan desain ini karena, dalam rancangan desain *quasi experimental*, terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang tidak dipilih secara acak (*nonrandom assignment*). Bentuk desain yang digunakan adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Dalam desain ini kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama diberi *pre-test* dan *post-test*. Namun hanya kelompok eksperimen yang diberi perlakuan (*treatment*). Bentuk desain eksperimen ini digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok

---

<sup>1</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*, Bandung, Alfabeta, 2009, h. 107

eksperimen yang akan diberi perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok *choice theory reality therapy*, namun pada kelompok kontrol tidak diberi perlakuan, selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap sampel yang diteliti.

Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:



Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen.

K : Kelompok Kontrol

O1 dan O3 : Pengukuran disiplin belajar pada peserta didik, sebelum diberikan perlakuan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* akan di berikan pretest. Pengukuran dilakukan dengan memberikan angket disiplin belajar. *Pretes* merupakan mengumpulkan data peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang rendah dan belum mendapatkan perlakuan.

- O2 : Pemberian *posttest* untuk mengukur tingkat disiplin pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan. Didalam *posttest* akan didapatkan hasil data hasil dari pemberian perlakuan, dimana disiplin belajar pada peserta didik menjadi meningkat atau tidak meningkat sama sekali.
- O4 : Pemberian *posttest* untuk mengukur disiplin belajar pada kelompok kontrol, tanpa diberikan perlakuan menggunakan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy*.
- X : pemberian perlakuan dengan menggunakan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.<sup>2</sup>

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa peneliti eksperimen merupakan penelitian untuk mencari pengaruh saat sebelum diberikan perlakuan tindakan dan saat sesudah diberikan perlakuan tindakan.

### C. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini terdapat 2 variabel yaitu :

1. Variabel Independen/bebas (X)

Variabel Independen merupakan variable yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan dan timbulnya variable dependen.<sup>3</sup> Variable independen pada peneliti ini yaitu, Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy*.

---

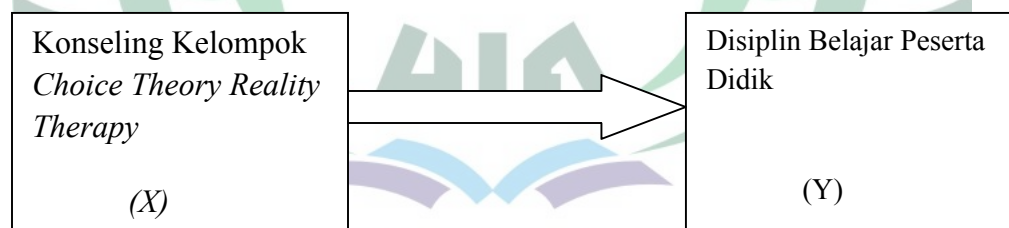
<sup>2</sup> Sugiyono, *Op.Cit*, hal 79

<sup>3</sup> Sugiyono, *Op.Cit*, 2012 hal 4

## 2. Variabel Dependen/terikat (Y)

Variable dependen merupakan variable yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variable bebas.<sup>4</sup> Variable dependen pada penelitian ini yaitu, disiplin belajar.

Dalam penelitian ini, *Konseling Kelompok Choice Theory Reality Therapy* merupakan variable bebas yang diberi symbol (X), sementara disiplin belajar peserta didik merupakan variable terikat yang diberi simbol (Y). Jadi, korelasi atau antara dua variable tersebut dapat digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 3 Korelasi Variabel**

### D. Definisi Oprasional

Variabel bebas penelitian adalah intervensi yang diberikan kepada peserta didik melalui *Konseling Kelompok Choice Theory Reality Therapy*. Variable bebas disebut juga variable eksperimen (eksperimen variable).

---

<sup>4</sup> *Ibid*, hal 4

Adapun variable terikat penelitian ini adalah disiplin belajar. Berikut dikemukakan penjelasan mengenai variable-variable secara oprasional.

**Tabel 3**  
**Definisi Oprasional**

No	Variabel	Devisi Oprasional	Indikator	Hasil Ukur	Alat Ukur	Skala Ukur
1	Variabel bebas (X) adalah layanan konseling kelompok CTRT	Layanan konseling kelompok CTRT adalah suatu pemberian bantuan yang diberikan oleh individu secara berkelompok guna memecahkan masalah-masalah yang sedang dihadapi dengan mendiskusikan dan mencari jalan keluar secara bersama-sama	-	-	Observasi	-
2	Variabel terikat (Y) adalah disiplin belajar	disiplin belajar merupakan suatu bentuk kesadaran tindakan untuk belajar	Indikator disiplin belajar dapat dilihat dari beberapa aspek.	Skala penilaian disiplin belajar peserta didik	Angket Disiplin belajar berjumlah 22 item pertanyaan, dengan	interval

		<p>seperti disiplin mengikuti pelajaran, ketepatan dalam menyelesaikan tugas, kedisiplinan dalam mengikuti ujian, kedisiplinan dalam mengikuti jadwal belajar, kedisiplinan dalam menaati tata tertib yang berpengaruh langsung terhadap cara dan teknik siswa dalam belajar yang hasilnya dapat dilihat dari prestasi belajar yang dicapai</p>	<p>1)Disiplin waktu,meliputi : (a)tepat waktu dalam belajar, mencangkup datang dan pulang sekolah tepat waktu. (b) tidak keluar kelas saat jam pelajaran. Dan (c) mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.</p> <p>2)Disiplin perbuatan, meliputi : (a) patuh dan tidak menentang peraturan: (a) tidak malas belajar, (c) tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, (d) tidak suka berbohong, dan (melakukan tingkah laku yang menyenangkan</p>	<p>dengan kategori : tinggi (</p>	<p>kriteria 4: (Selalu), 3(Sering), 2 (Jarang),1 (tidak pernah)</p>	
--	--	---	---	-----------------------------------	---	--



			n, mencakup tidak mencontek, tidak membuat keributan dan tidak menggangu orang lain saat belajar			
--	--	--	--	--	--	--

## E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta VIII di MTs Darul Kamal Ruguk Lampung Sealatan Tahun Pelajaran 2016/2017 yang berjumlah 60 peserta didik, sebagaimana diperjelaskan pada tabel :

**Tabel 4**  
**Jumlah Populasi Penelitian**

Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah Peserta didik
VIII A	12	18	30
VIII B	14	16	30
Total			60

*Sumber: Administrasi MTs Darul Kamal Ruguk<sup>5</sup>*

### 2. Sampel dan Teknik Sampling

#### a. Sampel

---

<sup>5</sup> Administrasi MTs Darul Kamal Ruguk, 2016

Berdasarkan hasil pemberian angket rating score didapatkan sample sebanyak 18 peserta didik yang akan di bagi dibagi kedalam 2 kelompok yaitu, 9 peserta didik pada kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan menggunakan layanan konseling *choice theory reality therapy* dan 9 peserta didik pada kelompok control yang tidak diberikan perlakuan menggunakan konseling *choice theory reality therapy* namun tetap dikontrol perkembangannya.

b. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling purposive adalah teknik pengambilan sample dengan teknik tertentu.<sup>6</sup>

Kriteria dalam menentukan sample adalah :

- a) Peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017.
- b) Peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sedang dengan skor angket disiplin belajar, dan
- c) Bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

**F. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini, yaitu :

- a. Metode *Interview* (wawancara)

---

<sup>6</sup> Sugiono, *Op.Cit*, 2012, hal 68

Teknik wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.<sup>7</sup> Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian merupakan teknik wawancara tidak terstruktur atau bebas. Metode ini digunakan dalam memperoleh informasi terkait disiplin belajar peserta didik di kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017, maka wawancara kepada guru bimbingan konseling, dan peserta didik.

b. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variable berupa catatan, transkrip, buku-buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen, lengger, agenda, dan sebagainya.<sup>8</sup> metode ini digunakan untuk memperoleh gambaran umum disiplin belajar yang terjadi disekolah, seperti data pelanggaran disiplin dan hal-hal yang berkaitan dengan disiplin belajar. Metode dokumentasi juga digunakan oleh penelitian untuk memperoleh gambaran pada saat layanan konseling kelompok menggunakan konseling *choice theory reality therapy*.

c. Metode *Rating Scale*

---

<sup>7</sup>Anwar Sutoyo, pemahaman individu (observasi, checklist, interview, kuesioner, sosiometri), Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2012, hal 152

<sup>8</sup> Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Jakarta, Rineka Cipta, hal 174

Menurut Asnawi dan Noehi Nasution dalam Eko, “*rating scale* adalah instrumen pengukuran non tes yang menggunakan suatu prosedur struktur untuk memperoleh informasi tentang sesuatu yang diobservasikan yang menyatakan posisi tertentu dalam hubungannya dengan yang lain”.<sup>9</sup> Alasan peneliti menggunakan skala *rating scale* untuk memperoleh informasi sejauh mana disiplin belajar peserta didik dalam kategori/posisi tertentu. Dalam penelitian ini skala *rating scale* digunakan untuk memperoleh data atau informasi mengenai disiplin belajar peserta didik dalam kategori-kategori yang sudah ditentukan.

Metode ini digunakan pada *pree-test* untuk mengukur sejauh mana tingkat disiplin belajar peserta didik, sebelum diberikan perlakuan menggunakan konseling Kelompok *choice theory reality therapy*. selain itu metode ini juga dilakukan pada *post-test*, yang digunakan untuk mengukur sejauh mana keberhasilan dalam menggunakan layanan konseling *choice theory reality therapy*, dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017. Bobot penilaian pada angket *rating scale* yaitu :

---

<sup>9</sup> Eko Putro Widoyoko, Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah. Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2014, hal 148

**Tabel 5**  
**Skor Alternatif Jawaban Angket Disiplin Belajar**

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban			
	Selalu	Sering	Jarang	Tidak Pernah
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Penilaian disiplin belajar dalam penelitian ini menggunakan rentang skor dari 1-4 dengan banyaknya item 22. Sehingga interval criteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Menentukan skor maksimal ideal yang diperoleh sampel.

Skor maksimal ideal = jumlah soal x skor tertinggi

- b. Menentukan skor terendah ideal yang diperoleh sampel.

Skor minimal ideal = jumlah soal x skor terendah.

- c. Mencari rentang skor ideal yang diperoleh sampel

Rentang skor = maksimal ideal – skor minimal ideal

- d. Mencari interval skor

Interval skor = rentang skor/3.<sup>10</sup>

Dari langkah-langkah tersebut, kemudian menurut Sudjana dalam

Slamet Riyadi didapat kriteria sebagai berikut.<sup>11</sup>

---

<sup>10</sup> *Ibid.* hal 144

**Tabel 6**  
**Kriteria Gambaran Umum Variabel**

Kriteria	Interval
Tinggi	66-88
Sedang	45-66
Rendah	22-44

Berdasarkan pendapat tersebut maka interval criteria disiplin belajar dapat ditentukan sebagai berikut :

- a. Skor maksimal ideal :  $22 \times 4 = 88$
- b. Skor minimal ideal :  $22 \times 1 = 22$
- c. Rentang skor :  $88 - 22 = 66$
- d. Interval :  $66/3 = 22$
- e. Berdasarkan keterangan tersebut maka criteria disiplin belajar adalah sebagai berikut :

**Tabel 7**  
**kriteria Disiplin Belajar**

Interval	Kriteria	Deskripsi
66-88	Tinggi	Peserta didik yang termasuk dalam kategori tinggi telah menunjukkan perilaku disiplin belajar yang ditandai dengan : (a) peserta didik mampu

<sup>11</sup> Riyadi, Slamet. Efektivitas Program Bimbingan Pribadi Untuk Meningkatkan Disiplin Peserta Didik (Studi Eksperimen Kuasi Terhadap Peserta Didik Kelas X SMAN Se Kabupaten Bangka Tengah). Tersedia : [http://repository.upi.edu/2300/6/t/bp/1010030\\_chap\\_ter3.pdf](http://repository.upi.edu/2300/6/t/bp/1010030_chap_ter3.pdf).

		menunjukkan sikap disiplin terhadap waktu sehingga peserta didik memiliki ketegasan dan kemauan untuk tertib mengikuti pelajaran dan belajar tepat pada waktunya, mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya, (b) peserta didik mampu dan memiliki sikap disiplin perbuatan, sehingga. Mampu patuh dan tidak menentang peraturan, tidak malas dalam belajar, tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, tidak berbohong demi keuntungan dirinya, melakukan tingkah laku yang menyenangkan.
45-66	Sedang	Peserta didik yang masuk dalam kategori sedang telah menunjukkan disiplin belajar namun belum sepenuhnya/terus menerus dilakukan yang ditandai dengan (a) peserta didik sudah mampu menjalankan perilaku disiplin terhadap waktu, (b) peserta didik mampu dan memiliki sikap disiplin terhadap waktu, (c) peserta didik sudah mampu dan memiliki sikap disiplin perbuatan, peserta didik akan merasa bersalah apabila melakukan pelanggaran disiplin belajar. Namun peserta didik masih melakukan pelanggaran disiplin dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhi.
22-44	Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah belum menunjukkan kemampuan, yang ditandai dengan, (a) peserta didik belum mampu mengelola waktu dengan baik, (b) peserta didik belum merasa mampu melaksanakan disiplin perbuatan, bersikap tegas terhadap perbuatannya, (c) peserta

		didik belum menunjukkan kesadaran akan pentingnya disiplin.
--	--	---

### G. Instrument Pengembangan Penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode *interview* (wawancara), metode dokumentasi, dan metode *rating scale*. Berdasarkan metode pengumpulan data yang cocok pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan pernyataan/pertanyaan wawancara, menggunakan arsip-arsip dokumentasi yang berhubungan dengan penelitian, dan menggunakan lembar angket disiplin belajar.

**Tabel 8**  
**Kisi-kisi Angket Disiplin Belajar**

Indikator	Sub Indikator	No Item	
		+	-
1. Disiplin Waktu	a. Datang dan pulang tepat waktu b. Tepat waktu dalam belajar c. Tidak keluar kelas saat jam pelajaran d. Mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya	3,5	1,2,4,6



2. Disiplin Perbuatan	a. Patuh dan tidak menentang peraturan b. Tidak malas dalam belajar c. Tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya d. Tidak berbohong demi keuntungan dirinya e. Melakukan tingkah laku yang menyenangkan	7,8,10,11,12,14,16,18,20,22	9,13,15,17,19,21
-----------------------	--	-----------------------------	------------------

Tabel 9

## Pedoman Angket Disiplin Belajar

No	Item	Skor Penilaian			
		SL	S	J	TP
1	Saya suka terlambat datang ke sekolah				
2	Saat bel berbunyi uusaya segera masuk melainkan menunggu guru masuk kelas				
3	Saya mengikuti pelajaran sampai selesai pelajaran				
4	Saat jam pelajaran saya pergi ketempat lain				
5	Saya mengumpulkan tugas tepat pada waktunya				

6	Saya terlambat dalam mengumpulkan tugas				
7	Saya mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru				
8	Saya menggunakan seragam sekolah lengkap dengan atribut sekolah setiap hari				
9	Saya tidak menggunakan atribut sekolah (seperti dasi,tanda lokasi sekolah dan ikat pinggang).				
10	Saya mencatat materi yang dijelaskan guru.				
11	Saat guru tidak ada saya membaca buku pelajaran/mengulang materi yang sudah pernah diberikan				
12	Saya mengerjakan sendiri tugas yang diberikan oleh guru				
13	Saya menyuruh orang lain untuk mengerjakan tugas saya				
14	Saya menanyakan materi yang belum saya mengerti				
15	Saya tidak bertanya mengenai materi yang belum saya mengerti				
16	Saya berkata dengan alasan yang jujur saat tidak mengerjakan tugas				
17	Saya berbohong saat tidak mengerjakan tugas,karena takut dihukum				
18	Saya mengerjakan ulangan sendiri sesuai dengan kemampuan saya				
19	Saya melihat pekerjaan teman, saat saya tidak bisa mengerjakan soal yang diberikan oleh guru.				
20	Saat guru menjelaskan saya memperhatikan guru				
21	Saat guru menjelaskan saya mengobrol dengan teman.				

22	Saat pelajaran berlangsung saya jalan-jalan dikelas dan mengganggu teman.,				
----	--	--	--	--	--

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji kevalidan dan reliable angket tersebut, untuk mengetahui kelayakan angket untuk digunakan dalam penelitian, berikut ini langkah-langkah dalam pengujian :

### 1. Uji Validitas Instrumen

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada onyek penelitian dengan data yang dilaporkan oleh peneliti.<sup>12</sup> Suatu instrumen yang dikatakan valid menunjukkan bahwa alat ukur tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur. Setiap butir dalam instrument itu valid atau tidak, dapat dilihat dengan cara mengkorelasikan antara skor butir dengan skor total. Bila harga korelasi dibawah 0,30, maka dapat disimpulkan bahwa butir instrument tersebut tidak valid, dan harus diperbaiki atau dibuang.<sup>13</sup> Pengujian validitas angket dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS for windowa release 16*.

### 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliable apabila dua atau lebih

---

<sup>12</sup> Sugiono, *Op.Cit*,2009, hal 267

<sup>13</sup> *Ibid*, hal 126

penelitian dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama.<sup>14</sup> Pengujian ini akan menggunakan bantuan program *SPSS for windowa release 16*.

#### **H. Pengembangan Program Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy***

Berdasarkan hasil studi pendahulu/*pree test* maka, dirancang program Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* merupakan suatu peruses hubungn yang berkesinambungan yang menitik beratkan kepada perilaku yang ditimbulkan peserta didik. Dengan mengeksplorasi dan identifikasi masalah disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik, peneliti dapat menggunakan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk mengatasi permasalahan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk, yang diakibatkan ketidak tegasan peserta didik didalam pergaulan dilingkungan sekolah dan pada saat belajar.

Dalam penerapan layanan konseling kelompok CTRT dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik dilakukan dalam beberapa langkah, diantaranya adalah :

Langkah 1 :Pre-test. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui tingkat disiplin belajar peserta didik sebelum diberikan layanan.

Langkah 2 : Proses pemberian layanan konseling kelompok CTRT.

Dalam hal ini ada empat tahapan yang akan dilaksanakan, antara lain :

---

<sup>14</sup> *Ibid*, hal 268

a. Tahap Pembentukan

Pada tahap ini, diawali dengan pembentukan kelompok lalu dimulai dengan penjelasan mengenai pengertian, tujuan, dan kegunaan konseling kelompok. Dilanjutkan dengan perencanaan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.

b. Tahap peralihan

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menjelaskan mengenai kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya, dan menawarkan apakah anggota kelompok sudah siap menjalani kegiatan ditahap selanjutnya.

c. Tahap kegiatan

Pada tahap ini, pemimpin kelompok mengemukakan tentang masalah disiplin belajar, tanya jawab antar anggota kelompok dan pemimpin kelompok mengenai masalah yang belum jelas, dan anggota membahas masalah secara mendalam.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini, anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang telah dirasakan dan membahas rencana selanjutnya yang akan dilaksanakan kedepannya sesuai dengan kesepakatan bersama.

Langkah 3 : Post-test, merupakan kegiatan untuk mengetahui perubahan disiplin belajar peserta didik setelah melakukan konseling kelompok CTRT.

## I. Teknik dan Pengelolaan Analisis Data

Analisis dan hasil penelitian dilakukan melalui 2 tahap yaitu pengolahan data dan analisis data.

### 1. Teknik Pengolahan Data

#### a. *Editing*

Skala yang telah diisi oleh responden akan dilakukan pengecekan isian skala tentang kelengkapan isian, kejelasan, relevansi dan konsistensi jawaban yang diberikan responden. Data yang tidak lengkap dikembalikan kepada responden untuk dilengkapi pada saat itu juga dan apabila skala yang tersebar kurang dari jumlah populasi yang ada, maka penelitian menyebar kembali skala disiplin belajar kepada peserta didik yang belum mengisi skala disiplin belajar.

#### b. *Coding*

Dilakukan dengan member tnda pada masing-masing jawaban dengan kode berupa angka, sehingga memudahkan proses pemasukan data dikomputer. Untuk skala *rating scale* dalam peilaian disiplin belajar peserta didik, untuk pernyataan *faborable* jawaban selalu kode 4, jawaban sering kode 3, jawaban jarang kode 2 dan tidak pernah kode 1. Sementara pertanyaan *unfavorable* jawaban selalu kode 1, jawaban sering kode 2, jawaban jarang kode 3 dan tidak pernah kode 4.

c. *Processing*

Pada tahap ini data yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukan data dari seluruh skala yang terkumpul ke dalam program *SPSS* 16, dan

d. *Cleaning*

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang sudah dientri, apakah terdapat kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut kemungkinan terjadi pada saat mengentri data ke computer.<sup>15</sup>

## 2. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil angket, tes, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya peningkatan minat belajar peserta didik dapat digunakan rumus uji t atau *t-test sprated varians* yang digunakan untuk menguji hipotesis kompratif dua sampel independen. Analisis data ini menggunakan bantuan program *SPSS*

---

<sup>15</sup> Khuria Sandiana, 2014, Pengaruh Penggunaan Konseling Kelompok Rasional Emotif Terapi Dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif Pada Siswa kelas di Sekolah Menengah Kejuruan yayasan Pendidikan Krisna Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2013/2014.

(*Statistical Product and service solution*) versi 16. Adapun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

Keterangan:

$X_1$  : nilai rata-rata sampel 1 (kelompok eksperimen)

$X_2$  : nilai rata-rata sampel 2 (kelompok kontrol)

$S_1$  : varians total kelompok 1 (kelompok eksperimen)

$S_2$  : varians total kelompok 2 (kelompok kontrol)

$n_1$  : banyaknya sampel kelompok 1 (kelompok eksperimen)

$n_2$  : banyaknya sampel kelompok (kelompok kontrol).<sup>16</sup>




---

<sup>16</sup> *Ibid*, h. 197



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017 pada tanggal 15 bulan maret sampai dengan 15 April 2017, yang sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan sasaran/subjek penelitian. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrument yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai profil/gambaran disiplin belajar peserta didik dan sekaligus sebagai dasar penyesuaian ini program Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Hasil penyebaran instrument dijadikan analisis awal untuk perumusan program Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik yang kemudian di uji cobakan guna memperoleh keefektifan. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan yang berjumlah 60 (enam puluh) peserta didik. Hasil penelitian terdiri dari profil/gambaran disiplin belajar,

hasil rumusan program Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dan uji efektivitas Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy*

### 1. Profil Umum Disiplin Belajar

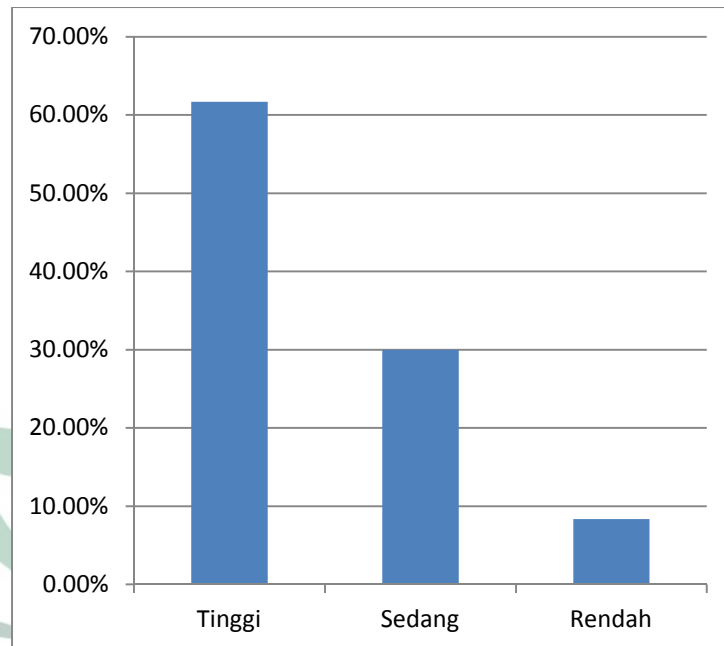
Berdasarkan hasil penyebaran instrument disiplin belajar terhadap 60 peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017, diperoleh persentase profil disiplin belajar peserta didik yang selanjutnya dikategorikan dalam tiga kategori sebagaimana yang terdapat pada tabel 10 sebagai berikut

**Tabel 10**  
**Gambaran Umum Disiplin Belajar**  
**Peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung**  
**Selatan**

Kategori	Rentang Skor	□	Persentase
Tinggi	67-88	37	61,67 %
Sedang	45-66	18	30 %
Rendah	22-44	5	8,33 %
Jumlah		60	100 %

Tabel 10 menyatakan bahwa gambaran disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan terdapat sebanyak 37

peserta didik ( 61,67 % ) berada pada kategori tinggi, disiplin belajar peserta didik pada kategori sedang sebanyak 18 peserta didik ( 30 % ) dan kategori rendah sebanyak 5 peserta didik ( 8,33 % ). Sehingga dapat digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 4**  
**Persentase Disiplin Belajar**

Berdasarkan gambaran tersebut terlihat bahwa disiplin belajar peserta didik di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan sebagian besar berada pada kategori tinggi dalam kategori ini peserta didik telah menunjukkan perilaku disiplin belajar, namun masih terdapat peserta didik yang berada pada kategori sedang, dalam kategori ini peserta didik menunjukkan perilaku disiplin belajar namun belum sepenuhnya / terus-menerus dilakukan, selain itu juga

masih terdapat peserta didik yang berada dalam kategori rendah dalam kategori ini peserta didik belum menunjukkan kemampuan disiplin belajar. Tujuan diadakannya layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* agar dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan.

Selanjutnya gambaran disiplin belajar peserta didik dapat terlihat dari setiap indikator pendukungnya yaitu (1) disiplin waktu, dan (2) disiplin perbuatan. Hasil penelitian kedua indikator disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lmapung Selatan :

**a. Gambaran Disiplin Waktu**

Hasil penelitian menunjukkan gambaran disiplin belajar peserta didik berada pada kategori tinggi sebanyak 36 peserta didik ( 60%), pada kategori sedang sebanyak 19 peserta didik ( 31.66% ), dan pada kategori rendah sebanyak 5 peserta didik (8,33 %). Secara rinci disajikan pada tabel 11

**Tabel 11**

**Gambaran Disiplin Waktu**

Kategori	Interval	□	Persentase	□ Presentase
Tinggi	18-24	36	60	99 %
Sedang	12-17	19	31.66	
Rendah	6-11	5	8.33	

Berdasarkan tabel 11 persentase sub indikator disiplin waktu dalam disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan sebagian besar berada pada kategori tinggi, sedangkan peserta didik lainnya berada pada kategori sedang dan rendah. Hal ini dapat ditandai dengan perilaku peserta didik datang dan pulang sekolah tepat waktu, tepat waktu dalam belajar, tidak keluar kelas saat jam pelajaran, mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat waktunya.

#### b. Gambaran Disiplin Perbuatan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan gambaran disiplin perbuatan peserta didik pada kategori tinggi sebanyak 34 peserta didik (56.66%), pada kategori sedang sebanyak 22 peserta didik (36.66%), dan pada kategori rendah sebanyak 4 peserta didik (6,67%). Hasil penelitian lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 12.

Tabel 12

#### Gambaran Disiplin Perbuatan

Kategori	Interval	□	Persentase	□ Persentase
Tinggi	49-64	34	56.66%	98%

Sedang	33-48	22	36.66%	
Rendah	16-32	4	6,67%	

Tabel 12 menggambarkan disiplin perbuatan peserta didik, disiplin perbuatan pada umumnya berada pada katagori tinggi, sedangkan beberapa peserta didik lainnya berada pada kategori sedang dan rendah. Tingkat disiplin perbuatan dapat terlihat dari perilaku patuh dan tidak menentang peraturan, tidak malas dalam belajar, tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, tidak berbohong demi keuntungan dirinya, dan melakukan tingkah laku yang.

Ringkasan hasil penelitian berdasarkan setiap sub indikator, maka diperoleh gambaran disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan.

**Tabel 13**

**Gambaran Disiplin Belajar berdasarkan indikator**

Indikator	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentase	□ Persentase
Disiplin Waktu	Tinggi	18-24	36	60	99 %
	Sedang	12-17	19	31.66	
	Rendah	6-11	5	8,33	
Disiplin Perbuatan	Tinggi	49-64	34	56.66	98%
	Sedang	33-48	22	36.66	
	Rendah	16-32	4	6,67	

Secara keseluruhan gambaran indikator disiplin belajar menunjukkan perbedaan yang tidak jauh berbeda dari setiap indikatornya. Berdasarkan persentase tertinggi urutan indikator disiplin belajar adalah sebagai berikut : (1) disiplin waktu (99 %), dan (2) disiplin perbuatan (98%).

**2. Layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017.**

**a. Pelaksanaan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017.**

Pelaksanaan *Choice Theory Reality Therapy* pada penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* yang dilakukan pada anggota kelompok eksperimen. Kegiatan tersebut dilaksanakan diruangan kelas MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan. Tahapan-tahapan pelaksanaan kegiatan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* sebagai berikut :

**1) Tahap Pertama**

Berdasarkan hasil penyebaran angket disiplin belajar pada 60 peserta didik terdapat 18 peserta didik yang berada pada kategori sedang (tabel 10). *pretest* diberikan pada hari sabtu 17 Maret 2016 pada tahapan ini bertujuan untuk

membina hubungan dengan peserta didik, memperkenalkan tujuan dan garis besar tahap konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* pada peserta didik serta mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan berupa layanan konseling *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan.

Dengan memberikan penjelasan secara singkat mengenai tujuan kegiatan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dan petunjuk pengisian instrument disiplin belajar, peserta didik dapat memahami dan dapat memberikan informasi perilaku disiplin belajar yang dilakukan pada kehidupan sehari-hari. Hasil dari *Pretest* kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat disiplin belajar peserta didik (tabel 10). hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik. Gambaran disiplin belajar tersebut, digunakan untuk menentukan sampel penelitian yaitu peserta didik yang memiliki disiplin belajar kategori sedang.

Hasil pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar hal ini dapat dilihat dari seluruh peserta didik yang bersedia memberikan informasi terkait perilaku disiplin belajar peserta didik yang terdapat dalam item instrument disiplin belajar yang dapat sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan *pretest* dilaksanakan selama 45 menit.



## 2) Tahap Kedua

Setelah menganalisis data *pretest* peserta didik (tabel 10), peneliti selanjutnya membuat 2 kelompok yaitu 9 peserta didik pada kelompok eksperimen dan 9 peserta didik pada kelompok kontrol. Kelompok eksperimen merupakan kelompok yang akan diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*, namun tetap dikontrol perkembangannya. Pelaksanaan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dilaksanakan dari tanggal 17 Maret 2016 – 15 April 2016 dengan topik pembahasan yang berbeda pada setiap pertemuannya.

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan dan memaparkan kegiatan *Choice Theory Reality Therapy* yang akan dilakukan. Tujuan dari tahap ini membantu peserta didik agar dapat mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik ( satuan layanan terlampir). Dalam tahap ini peneliti/pimpinan kelompok menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok. Adapun langkah-langkah pada tahap ini yaitu :

- a) Pimpinan kelompok menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih.

- b) *Rational strategi*, dalam hal ini pimpinan kelompok menjelaskan mengenai teknik *Choice Theory Reality Therapy* dan tujuan penggunaan *Choice Theory Reality Therapy*. *Choice Theory Reality Therapy* merupakan teknik yang digunakan untuk melatih individu agar dapat bertindak sesuai dengan keinginan individu namun tanpa merugikan orang-orang/lingkungan disekitar. Adapun tujuan diadakannya konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* adalah untuk dapat berperilaku disiplin dalam belajar.
- c) Pimpinan kelompok menjelaskan asas-asas kegiatan layanan konseling kelompok seperti asas keterbukaan, asas kesukarelaan, asa kerahasiaan, dan asas kenormatifan;
- d) Pimpinan kelompok mengadakan perkenalan, setiap anggota kelompok memperkenalkan dirinya dihadapan anggota lain (meski sudah saling mengenal). Pimpinan kelompok mengawali perkenalan dengan menyebutkan nama dan identitas lainnya kemudian dilanjutkan oleh peserta lain.
- e) Pimpinan kelompok menjelaskan mengenai topik yang akan dibahas, adapun topik yang dibahas meliputi : 1) peraturan dalam disiplin, 2) tepat waktu dalam belajar, 3) tanggung jawab sebagai seorang pelajar (tidak mencotek). Diharapkan semua anggota kelompok mengungkapkan masalah-masalah terkait topic permasalahan yang dibahas.

Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan tahap ini secara umum berjalan dengan lancar, hal ini terlihat dari antusias peserta didik yang dapat memahami maksud dari kegiatan dan tujuan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*, namun pada awal tahapan masih terdapat peserta didik yang malu-malu dan belum berani mengungkapkan permasalahannya terkait disiplin belajar, tetapi setelah peneliti menunjukkan penerimaan yang hangat berupa motivasi disiplin belajar dan penjelasan mengenai manfaat setelah melakukan kegiatan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* sebagian besar peserta didik mulai dapat terbuka dan menganggap kegiatan ini sebagai kegiatan yang berarti untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Tahap ini diakhiri dengan pembagian lembar persetujuan responden yang ditanda tangani peserta didik sebagai komitmen bahwa peserta didik bersedia mengikuti tahap-tahap selanjutnya pada konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*.

### **3) Tahap Ketiga**

Tahap ini dalam konseling kelompok merupakan tahapan peralihan, dalam tahap ini pimpinan kelompok menanyakan kembali kepada seluruh anggota kelompok apakah anggota kelompok telah memahami dengan baik mengenai kegiatan konseling kelompok ini, dan mengulas kembali mengenai asas-asas yang telah disampaikan. Pada tahap ini pimpinan kelompok

menjelaskan peranan para anggota kelompok dalam kelompok tugas, kemudian pemimpin kelompok menanyakan apakah para anggota sudah siap untuk memulai kegiatan pada tahap berikutnya.

#### 4) Tahap Keempat

Tahap keempat merupakan lanjutan dari tahap ketiga yaitu restrukturisasi *Choice Theory Reality Therapy*. Tahap ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan disiplin belajar, meningkatkan disiplin belajar peserta didik, memahami permasalahan disiplin belajar peserta didik, mengidentifikasi pemicu permasalahan disiplin belajar peserta didik, menanamkan dan mempraktikkan teknik-teknik *Choice Theory Reality Therapy* yang baik dan peserta didik diberikan tugas untuk mempraktikkan perilaku dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam tahap ini yang pertama dilakukan peneliti yaitu, mengidentifikasi keadaan atau faktor-faktor yang menimbulkan disiplin belajar, peneliti meminta peserta didik menyatakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi terkait materi disiplin belajar yang dibahas. Adapun materi/topic yang dibahas, yaitu pada pertemuan pertama membahas mengenai peraturan dalam disiplin, kemudian pada pertemuan berikutnya tentang tepat waktu dalam belajar, pada pertemuan ketiga mengenai tanggung jawab sebagai pelajar, pertemuan terakhir membahas topic percaya diri dalam belajar.

Sedangkan pada kelompok kontrol pada pertemuan pertama membahas tentang peraturan dalam disiplin pada pertemuan kedua membahas mengenai tepat waktu dalam belajar. Pimpinan kelompok dalam kegiatan ini hanya berperan sebagai pengatur jalannya konseling kelompok dan mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan permasalahan disiplin belajar. Dalam konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* diharapkan anggota kelompok dapat terbuka dan aktif dalam mengungkapkan permasalahannya serta faktor yang menyebabkan anggota kelompok melakukan pelanggaran disiplin. Adapun deskripsi gambaran disetiap pertemuan dalam tahap layanan konseling kelompok, yaitu mengutamakan membahas indikator yang dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik, diantaranya :

a) Peraturan dalam disiplin

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 24 Maret 2016 dan kelompok kontrol tanggal 25 Maret 2016. Konselor menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Dalam hal ini konselor membantu klien mengetahui harapan atau keinginan klien saat ini. Dalam mematuhi peraturan disiplin terdapat permasalahan yang terjadi pada para anggota kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, mereka sering mengalami dan mengaku bahwa yang menjadi faktor kesulitan untuk mematuhi peraturan salah satunya yaitu, terkadang karena ajakan teman yang membuat mereka meninggalkan pelajaran tanpa izin (membolos) dalam hal ini peserta didik tidak ingin dibilang tidak gaul atau tidak

solidaritas sehingga membuatnya tidak tegas dan melanggar disiplin. Mereka mengakui saat tidak ada teman yang mengajak membolos tidak masuk sekolah, mereka tetap mengikuti pelajaran samapai selesai, tetapi saat ada teman yang mengajak melanggar disiplin maka mereka akan ikut meninggalkan pelajaran.

Pada kelompok eksperimen setelah pimpinan kelompok mengetahui faktor yang menyebabkan anggota kelompok melakukan pelanggaran disiplin, kemudian pimpinan kelompok dan anggota kelompok membedakan perilaku peserta didik ( mematuhi peraturan dan menolak ajakan teman saat diajak membolos) dan (mengikuti ajakan teman membolos karena takut dibilang tidak gaul dan tidak solidaritas), kemudian anggota kelompok dan pimpinan kelompok membuat kesepakatan perubahan perilaku. konselor membantu konseli untuk menemukan keinginan dan harapan mereka.

Setelah mendiskusikan materi tersebut terlihat antusias peserta didik dapat mengemukakan apa yang diinginkan namun tetap menghormati hak-hak orang lain sangat penting untuk prestasi belajar maupun pembiasaan perilaku tidak disiplin. Setelah mendiskusikan/membahas materi ini anggota kelompok menerapkan perilaku disiplin dalam menaati peraturan pada kehidupan sehari-hari, adapun perilakunya seperti, memakai atribut sesuai dengan ketentuan, melakukan perbuatan yang menyenangkan (tidak melawan guru, bertingkah laku sopan). Namun hal tersebut tidak dilakukan pada kelompok control, Karen pada

kelompok control hanya membahas mengenai peraturan disiplin belajar secara umum tanpa menggunakan teknik *Choice Theory Reality Therapy*.

b) Tepat waktu dalam belajar

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 31 Maret 2016 dan pada kelompok kontrol tanggal 1 April 2016. Namun pada kelompok kontrol hanya membahas mengenai tepat waktu dalam belajar secara umum tanpa menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*, sedangkan pada kelompok eksperimen sebelum membahas materi ini pimpinan dan anggota kelompok meriview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu peraturan dalam disiplin, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku sebelumnya. Setelah membahas materi tepat waktu dalam belajar,

Setelah mendiskusikan anggota kelompok akan menerapkan perilaku tepat waktu dalam belajar dalam kehidupan sehari-hari seperti, 1-2 jam perhari dirumah, mengumpulkan tugas tepat pada waktunya, saat bel berbunyi segera masuk kelas, tidak keluar kelas saat jam pelajaran, dan memanfaatkan waktu senggang untuk belajar.

c) Tanggung jawab sebagai seorang pelajar

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 7 April 2017, materi yang diberikan pada kelompok eksperimen karena ini merupakan aspek dalam konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* yang akan dikembangkan dalam disiplin belajar. Sebelum membahas materi ini, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu tepat waktu dalam belajar, semua anggota kelompok eksperimen sudah mencoba melakukan perilaku tepat waktu dalam belajar, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku tepat waktu dalam belajar.

Dalam materi ini peserta didik awalnya kurang memiliki rasa tanggung jawab sebagai seorang pelajar seperti, kurangnya kesadaran dalam belajar, tidak mencatat materi yang diberikan guru, tidak membawa buku pelajaran, tidak memperhatikan saat guru memberikan penjelasan, berbohong dan menyalahkan orang lain saat mendapatkan hukuman (berani bertanggung jawab atas kesalahannya).

Setelah mendiskusikan anggota kelompok akan menerapkan perilaku tanggung jawab sebagai seorang pelajar dalam kehidupan sehari-hari, adapun perilaku yang diterapkan yaitu, tidak malas belajar (mencatat materi yang diberika



guru, mengulang materi yang sudah diberikan), memperhatikan saat guru menjelaskan, membawa buku pelajaran, berani bertanggung jawab atas kesalahannya dan tidak menyalahkan orang lain, serta menyadari pentingnya disiplin belajar dalam peningkatan prestasi belajar.

d) Percaya diri dalam belajar (Tidak mencontek)

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 12 April 2017. Materi ini diberikan pada kelompok eksperimen karena materi ini, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu bersikap jujur, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku jujur.

Percaya diri dalam belajar penting dimiliki oleh peserta didik, peserta didik sering merasa tidak percaya diri saat belajar dan mengerjakan tugas sehingga membuat peserta didik melihat pekerjaan teman (mencontek), hal ini disebabkan karena peserta didik tidak mengerti pelajaran, peserta didik kurang mengerti mengenai materi dan tugas yang disampaikan, dan peserta didik tidak mau bertanya mengenai tugas/materi yang tidak dipahami. Setelah mengetahui faktor yang menyebabkan peserta didik tidak percaya diri dalam belajar,

Setelah menerima materi dan bermain peran anggota kelompok sudah dapat mengetahui apa yang akan dilakukan pada kehidupan sehari-hari, anggota

kelompok ditugaskan untuk mempraktikkan perilaku percaya diri pada kehidupan sehari-hari seperti, mengerjakan PR sendiri, mengerjakan latihan/ulangan sendiri, menanyakan materi yang belum dimengerti, dan berani mengemukakan pendapat saat berdiskusi.

#### **5) Tahap kelima**

Pimpinan kelompok dan anggota kelompok bersama-sama menyimpulkan hasil dari kegiatan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*, pimpinan kelompok mengingatkan bahwa kegiatan akan segera berakhir. Kemudian peneliti selaku pimpinan kelompok memberikan LAISEG (Layanan segera) untuk diisi oleh anggota kelompok dan meminta semua anggota kelompok untuk mengemukakan kesan/perasaan mereka setelah mengikuti layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*.

#### **6) Tahap keenam**

Setelah layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* pada 15 April 2017 dengan tujuan untuk mengetahui perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan *treatment*/perlakuan menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum pelaksanaan *posttest* pada kelompok eksperimen dan control dapat dikatakan lancar dapat dilihat dari seluruh peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok control mampu memberika informasi terkait perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan *streatment* dengan mengisi seluruh *item* instrument sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai pada waktu yang telah ditentukan.

**b. Hasil Uji Layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017.**

Layanan Konseling Kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik dapat dilihat dari perbandingan hasil *gain score* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrolsebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*. sebelum dilakukan perbandingan *gain score*, terlebih dahulu dilakukan uji t untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dalam meningkatkan disiplin belajar.

**3. Uji layanan konseling kelompok konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* Dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Secara Keseluruhan**

= *Choice Theory Reality Therapy* tidak dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017.

= *Choice Theory Reality Therapy* dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII di MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017.

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

: =

: <

Berdasarkan hasil uji t independen sampel test pada kelompok eksperimen dan kelompok control untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik didapat hasil sebagai berikut :

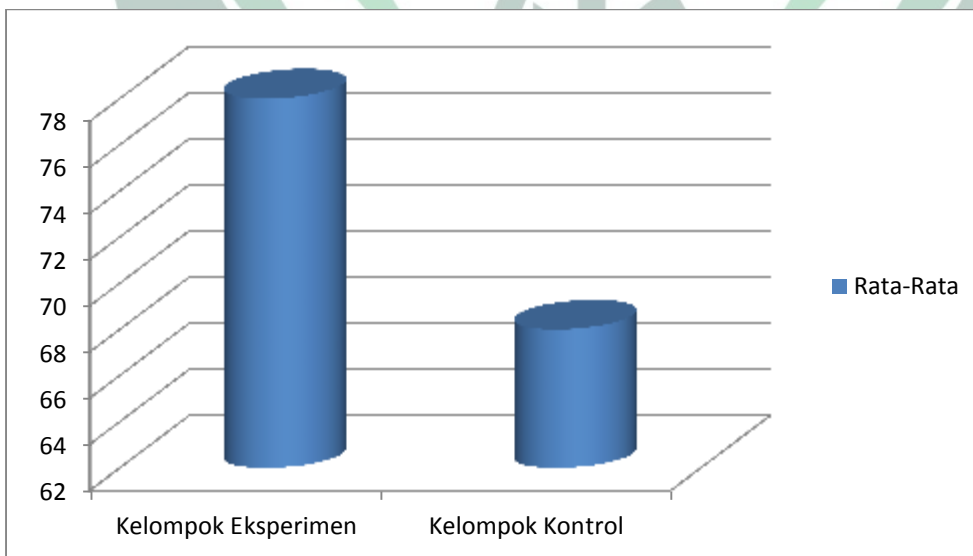
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN

**Tabel 14**

**Hasil Uji t Independen Disiplin Belajar Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Secara Keseluruhan**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rearat	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 tailend	Keterangan
Eksperimen	78,1111	3.40751	9,2222	6.716	.071	.000	Signifikan
Kontrol	68,8889	2.31541					

Berdasarkan Tabel 14 diperoleh nilai Sig ( $0.71 \geq \alpha$  ( $0,05$ ), maka varian kedua kelompok tidak homogeny, dan berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh  $t_{hitung}$  6.716 pada derajat kebebasan (df) 16 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel}$   $0.05 = 2.120$ , maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$   $6.716 \geq 2.120$ , nilai sign. (2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0.005 ( $0.000 \leq 0.005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu dapat nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok control  $78.1111 \geq 68.8889$  ,jika dilihat dari nilai rata-rata, maka peningkatan disiplin belajar pada kelompok eksperimen lebih tinggi disbanding dengan kelompok control. Gambar 5 menunjukkan rata-rata peningkatan disiplin belajar kelompok eksperimen dan kelompok control.



**Gambar 5**  
**Grafik Peningkatan Rata-Rata Disiplin Belajar**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

**4. Uji Efektivitas *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Indikator Disiplin Waktu.**

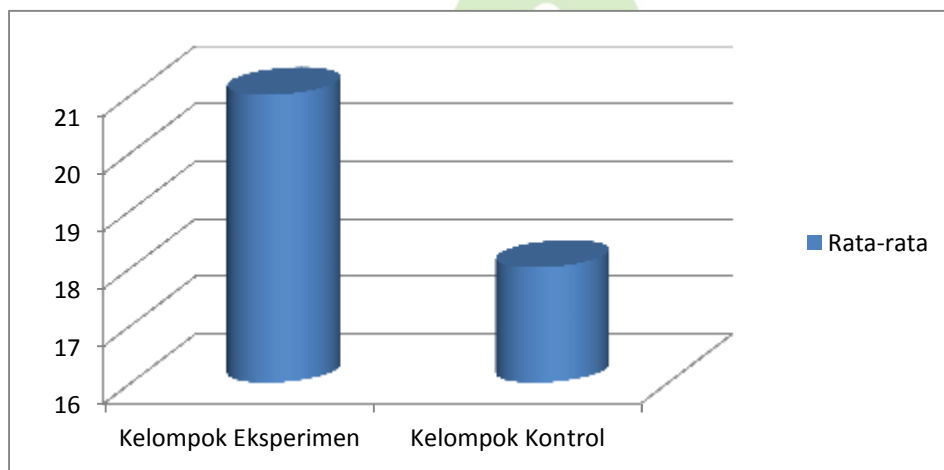
Hasil uji *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin belajar pada indikator disiplin waktu diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 15**  
**Hasil Uji t Independen Disiplin Belajar Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Disiplin Waktu.**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik Uji t	Sign	Sig.2 Tailed	Keterangan
Eksperimen	21.7778	1.85592	2.6222	4.448	.062	.000	Signifikan
Kontrol	18.5556	1.13039					

Berdasarkan Tabel 15 tampak bahwa pada indikator disiplin waktu hasil uji t independen kelompok eksperimen dan control adalah signifikan karena memiliki nilai sign 2. Tailed  $< 0.05$  ( $0.000 \leq 0.05$ ), Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan indikator disiplin waktu antara kelompok eksperimen

dengan kelompok control. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan indikator disiplin waktu pada kelompok eksperimen lebih tinggi di bandingkan kelompok control hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan indikator disiplin waktu pada disiplin belajar dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok control. Gambar 6 menunjukkan data peningkatan disiplin waktu kelompok eksperimen dan kelompok control.



**Gambar 6**  
**Peningkatan Rata-Rata Disiplin Belajar Indikator Disiplin Waktu**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

**5. Uji *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Indikator Disiplin Perbuatan.**

Hasil Uji *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan Disiplin Belajar Pada Indikator Disiplin Perbuatan diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 16**

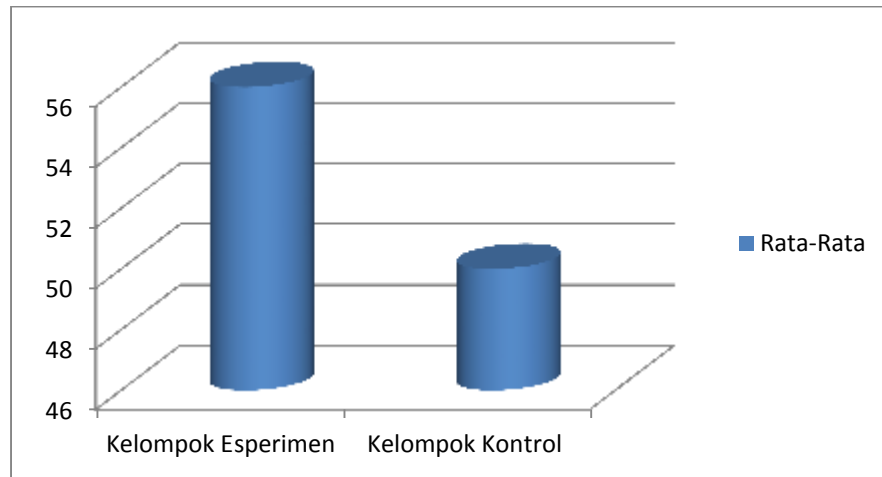
**Hasil Uji t Independen Disiplin Belajar Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Indikator Disiplin Perbuatan**

Kelompok	Rata-Rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statistik Uji t	Sign	Sign. 2 Tailed	Keterangan Signifikan
Eksperimen	56.3333	2.78388	0.78388	5.251	.64	.000	Signifikan
Kontrol	50.3333	2.00000					

Berdasarkan tabel 16 tampak bahwa pada indikator disiplin perbuatan berdasarkan hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai sign 2. Tailed  $<0.05$  ( $0.000 \leq 0.05$ ), Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan indikator disiplin perbuatan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata, maka peningkatan indikator disiplin perbuatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* pada kelompok eksperimen lebih efektif dalam meningkatkan indikator disiplin



perbuatan pada disiplin belajar dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 7 menunjukkan data peningkatan indikator disiplin perbuatan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.



**Gambar 7**  
**Peningkatan Rata-Rata Disiplin Belajar Indikator Disiplin Perbuatan**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.**

#### 6. Perbandingan Nilai *Prestest*, *Posttest*, dan *gain score*

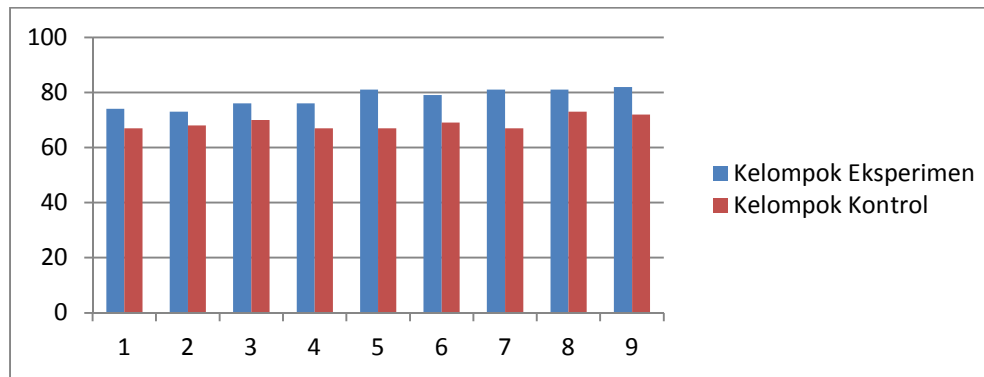
Setelah dilakukan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* didapat hasil *Prestest*, *Posttest*, dan *gain score* sebagai berikut :

**Tabel 17**  
**Deskripsi Data *Pretest*, *Posttest*, dan *gain score***

Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
No	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain score</i>	No	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>
1	55	74	19	1	63	67	4
2	60	73	13	2	60	68	11
3	58	76	18	3	60	70	10
4	56	76	20	4	61	67	6
5	64	81	17	5	62	67	5
6	63	79	16	6	63	69	6
7	58	81	23	7	64	67	3
8	58	81	23	8	59	73	14
9	62	82	20	9	58	72	14
□	534	703	169	□	550	620	73
Rata-Rata	59,333	78,111	18,77	Rata-Rata	60,778	68,889	8,111

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata pretest dan posttest pada kelompok eksperimen dan kontrol sama-sama mengalami kenaikan, pada kelompok eksperimen ( $59,333 \leq 78,111$ ) dan pada kelompok kontrol ( $60,778 \leq 68,889$ ). Namun, meskipun kedua kelompok eksperimen lebih tinggi dan kelompok eksperimen mengalami peningkatan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok

kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok control ( $78,111 \geq 68,889$ ). Maka, dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* peserta didik mengalami peningkatan disiplin belajar dapat dilihat pada gambar berikut :



**Gambar 8**

**Grafik Peningkatan Disiplin Belajar**

**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Sedangkan untuk mengetahui kelompok yang lebih efektif dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata *Gain Score*. Pada tabel 17 terlihat bahwa rata-rata *Gain Score* kelompok eksperimen lebih tinggi dari pada rata-rata *Gain Score* kelompok Kontrol ( $18,777 \geq 8,111$ ). Maka dapat dikatakan bahwa layanan konseling kelompok *Choice Therapy Reality Therapy* lebih efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin belajar.

## B. Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian diawali dengan profil disiplin belajar, dilanjutkan dengan menganalisis program yang tepat. Adapun pembahasan program layanan konseling kelompok konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik adalah sebagai berikut.

### 1. Pembahasan Profil/Gambaran Umum Disiplin Belajar Peserta Didik MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan tahun pelajaran 2016/2017 sebagian besar berada pada kategori tinggi namun masih terdapat peserta didik yang berada pada kategori sedang dan rendah. Sehingga apabila dibiarkan maka dapat menghambat dalam proses belajar mengajar baik bagi peserta didik tersebut, maupun orang-orang disekitarnya (guru, peserta didik yang lain, dan sekolah), karena salah satu yang dapat mengatasi hambatan dalam proses belajar adalah memiliki perilaku disiplin belajar. Hal ini sesuai dengan pendapat The Ling Gie yang mengatakan bahwa “hambatan-hambatan dalam proses belajar dapat diatasi dengan menggunakan

pedoman pembelajaran seperti ketentuan dalam belajar, disiplin belajar dan konsentrasi”.<sup>1</sup>

Disiplin belajar dalam penelitian ini dibagi menjadi dua indikator yaitu disiplin waktu dan disiplin perbuatan. Disiplin belajar diharapkan dapat membentuk atau melatih pola kepribadian peserta didik, sebagai alat untuk penyesuaian diri dalam belajar. Hal ini senada dengan pendapat Hendra Surya”dengan membiasakan diri belajar secara teratur dan ditunjang dengan kedisiplinan dalam belajar dapat meningkatkan kecakapan belajar yang akan berpengaruh pada pola kepribadian dan membentuk watak kepribadian yang baik”.<sup>2</sup> Dengan memiliki watak dan pola kepribadian yang baik maka peserta didik dengan sendirinya akan mematuhi peraturan tanpa adanya paksaan.

Disiplin belajar merupakan suatu bentuk kesadaran tidak untuk belajar, seperti disiplin mengikuti pelajaran, ketepatan dalam menyelesaikan tugas, kedisiplinan dalam mengikuti ujian, kedisiplinan dalam menepati jadwal belajar, kedisiplinan dalam menaati tata tertib yang berpengaruh langsung terhadap cara dan teknik siswa dalam belajar yang hasilnya dapat dilihat dari prestasi belajar yang dicapai.<sup>3</sup>

Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti cenderung membantu peserta didik, meningkatkan perilaku disiplin peserta didik yang berada

---

<sup>1</sup> Tuti Rahayu, *loc.cit*

<sup>2</sup> Ni Kadek Ita Purnama Dhani, *dkk, loc, cit*

<sup>3</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 168

pada kategori sedang dengan menggunakan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*, agar peserta didik dapat memiliki perilaku disiplin dalam belajar yang akan berpengaruh pada prestasi belajar peserta didik. Disiplin belajar dapat ditingkatkan dengan menerapkan latihan perilaku disiplin belajar secara terus-menerus, selain itu dapat ditingkatkan dengan mengajarkan kepada peserta didik untuk bersikap tegas terhadap ajakan teman untuk membolos, bersikap jujur terhadap apa yang dirasakannya, bersikap tanggung jawab sebagai seorang pelajar, dan menghormati orang lain, berdasarkan wawancara dengan peserta didik sebagian besar faktor yang mempengaruhi peserta didik dalam berperilaku disiplin yaitu ajakan teman-teman. Hal ini sesuai dengan pendapat Sofan yang menyatakan “bahwa faktor yang dapat mempengaruhi disiplin yaitu anak itu sendiri, sikap pendidik, lingkungan dan tujuan”.<sup>4</sup>

Berdasarkan pendapat tersebut faktor yang mempengaruhi disiplin belajar antara lain, faktor anak itu sendiri (seperti pola pikir, kebiasaan sehari-hari dan lain sebagainya), sikap pendidik (pendidik yang penuh kasih sayang, ramah, membuat peserta didik lebih patuh dibandingkan dengan pendidik yang bersikap keras), lingkungan (lingkungan fisis/sekolah seperti peraturan sekolah yang terlalu otoriter, lingkungan

---

<sup>4</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 167-168

teknis/sarana dan prasarana seperti peserta didik yang terlambat karena tidak adanya transportasi dan peserta didik yang tidak mampu membeli seragam/atribut yang sesuai dengan ketentuan yang sudah diterapkan, lingkungan sosiokultural/masyarakat seperti teman sebaya yang dapat mempengaruhi individu untuk melanggar disiplin, peserta mengajak untuk membolos, mengajak mengobrol didalam kelas, dan ajakan-ajakan lain yang melanggar disiplin belajar), dan faktor tujuan yaitu criteria pencapaian tujuan disiplin harus jelas sehingga peserta didik dapat mengetahui manfaat peraturan tersebut dan mengetahui tolak ukur disiplin yang ditetapkan.

Kondisi disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan berdasarkan hasil presentase indikator disiplin belajar adalah sebagai berikut (1) disiplin waktu (99%); dan disiplin perbuatan (98%). hal ini menunjukkan bahwa disiplin belajar peserta didik berada pada kategori rendah pada indikator disiplin perbuatan, sedangkan persentase disiplin belajar yang tertinggi berada pada indikator disiplin waktu. Namun hal tersebut dapat ditingkatkan dengan menggunakan latihan-latihan/penerapan secara terus-menerus, sehingga peserta didik dapat mengontrol perilaku yang dilakukan agar sesuai dengan tata tertib yang berlaku. Sofan yang mengatakan bahwa “disiplin dapat mengarahkan

seseorang untuk menyesuaikan diri terutama dalam menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku dilingkungan sekitar.<sup>5</sup>

#### **a. Gambaran Aspek Disiplin Waktu**

Berdasarkan hasil penyebaran instrument indikator disiplin waktu memiliki persentase sebesar 99 % .(tabel 11). dalam hal ini terlihat bahwa sebagian besar peserta didik sudah dapat menggunakan waktunya dengan baik namun masih terdapat peserta didik yang belum dapat menggunakan waktunya secara optimal. disiplin waktu merupakan indikator yang sangat penting dalam disiplin belajar. Hal ini senada dengan pendapat The Liang Gie dalam bukunya bahwa terdapat ahli keterampilan studi Amerika yang berpendapat bahwa “keterampilan mengelola waktu dan menggunakan waktu secara efisien merupakan hal yang terpenting dalam masa studi maupun seluruh kehidupan peserta didik”.<sup>6</sup>

Dengan demikian keterampilan mengelola waktu yang baik dan efisien peserta didik dapat melaksanakan segala sesuatu secara teratur, lebih terorganisir dan melakukan sesuatu dengan

---

<sup>5</sup> Sofan Amri,*Loc.Cit*

<sup>6</sup> Evi Vebriani,Kreaktfitas siswa dalam membagi waktu belajar hubungannya dengan prestasi belajar,(online)jurnal STKIP PGRI Sumenep, tersedia di <http://www.stkipppgrimp.ac/id>



bertanggung jawab.<sup>7</sup> Menurut moenir indikator yang digunakan pada pengukuran disiplin waktu yaitu, “tepat waktu dalam belajar, tidak keluar kelas saat jam pelajaran, mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat waktunya.”<sup>8</sup> Dengan menerapkan perilaku tersebut maka peserta didik sudah dapat memenuhi criteria disiplin waktu.

### **b. Gambaran Disiplin Perbuatan**

Berdasarkan hasil penyebaran angket indikator disiplin perbuatan memiliki persentase sebesar 98%, persentase ini lebih rendah dari persentase disiplin waktu. Salah satu perbuatan yang dilakukan dalam disiplin yaitu mematuhi peraturan, mematuhi peraturan yang berlaku merupakan salah satu unsure penting disiplin. Hal ini sesuai dengan pendapat Harlock “unsure pokok disiplin salah satunya yaitu peraturan, peraturan dapat digunakan untuk membentuk perilaku individu, peraturan memperkenalkan individu pada perilaku yang disetujui lingkungan sekitar”.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Belajar kreatif, mengenal manfaat disiplin waktu, (online) tersedia di <http://belajarkreatif.net/2013/11/mengenal-manfaat-disiplin-waktu>

<sup>8</sup> Khusnalia Dian Maharani. *Loc. Cit*

<sup>9</sup> Sofan Amri, *Op. Cit* 165

Dengan melakukan perbuatan disiplin peserta didik dapat berperilaku sesuai dengan norma-norma atau aturan-aturan yang terjadi di masyarakat/lingkungan sekitar, menurut Moenir indikator yang digunakan pada pengukuran disiplin perbuatan yaitu, “saat disekolah peserta didik dapat mematuhi tata tertib yang ditetapkan, tidak malas dalam belajar, tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, tidak suka berbohong, dan melakukan tingkah laku yang menyenangkan”.<sup>10</sup>

**2. Layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Dididik Kelas VII MTs Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2016/2017.**

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata disiplin belajar peserta didik pada kelompok eksperimen setelah mendapatkan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* meningkat dibandingkan sebelum mendapatkan layanan. Adapun

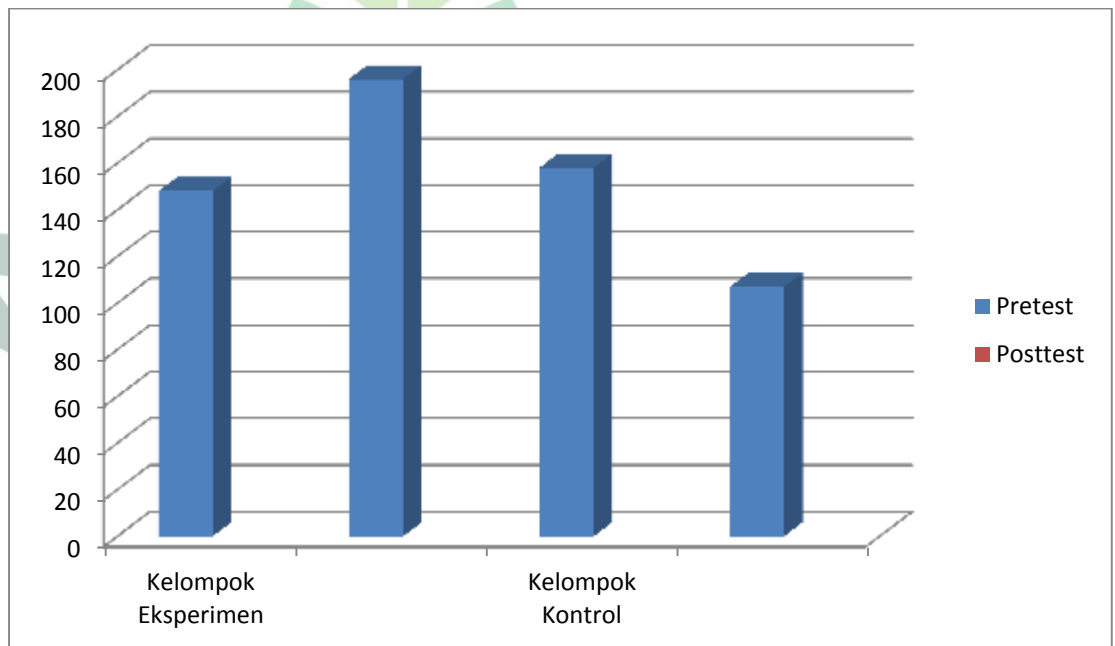
---

<sup>10</sup> *Ibid*, hal 10-11.

peningkatan disiplin belajar dapat dilihat melalui indikator disiplin belajar, menurut moenir indikator disiplin belajar yaitu :

### 1. Disiplin Waktu

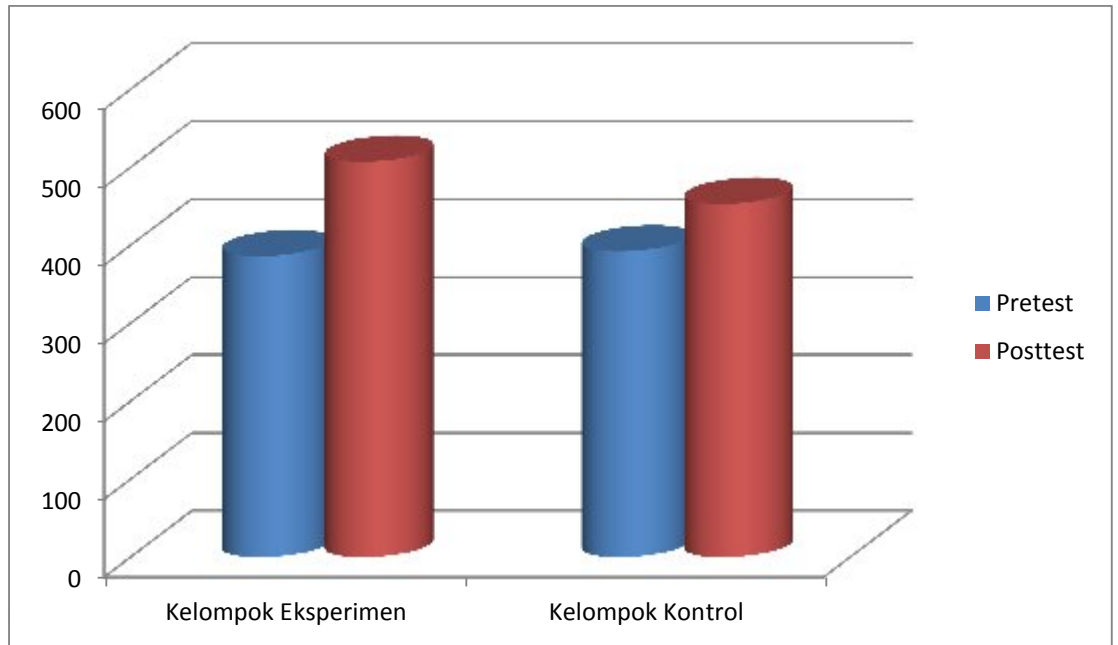
Pada perilaku disiplin waktu mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase indikator disiplin waktu pada kelompok eksperimen *pretest* lebih besar dari pada *posttest* ( $3,98\% \leq 5,27$ ), dan pada kelompok control persentase indikator disiplin waktu pada saat *pretest* lebih besar dari pada *posttest* ( $4,25\% \leq 4,49\%$ ).



### 2. Disiplin Perbuatan

Pada perilaku disiplin waktu mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase indikator disiplin perbuatan pada kelompok eksperimen *pretest* lebih besar dari pada *posttest* ( $3,89\% \leq 5,11\%$ ), dan

pada kelompok control persentase indikator disiplin waktu pada saat *pretest* lebih besar dari pada *posttest* ( $3,92\% \leq 4,57\%$ ).



Berdasarkan hasil kegiatan layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* yang dilakukan sebanyak 4 kali pada kelompok eksperimen dan 2 kali pada kelompok control terdapat beberapa kesan dan komitmen anggota kelompok yang diungkapkan, yaitu dalam kegiatan layanan konseling kelompok banyak terdapat manfaat, dapat menambah wawasan, pengetahuan baru, mengakrabkan satu dan yang lainnya, dan peserta didik akan lebih dapat menghargai waktu untuk belajar, mengetahui tanggung jawab sebagai seorang pelajar, mempunyai sikap tegas, mempunyai sikap jujur, dan percaya diri dalam belajar.

Tujuan penelitian ini adalah membantu peserta didik meningkatkan disiplin belajar. Layanan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok dapat dijadikan media penyampaian informasi, berbagi pengalaman dan bertukar ide/pemikiran serta membantu peserta didik melakukan perilaku yang dapat meningkatkan disiplin belajar, serta dapat membantu peserta didik membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan akan berdampak positif bagi peserta didik dalam meningkatkan perilaku disiplin belajar.

Tercapainya tujuan peneliti mulai terlihat dimana dinamika dalam kelompok tercipta dengan baik, sehingga anggota kelompok antusias mengungkapkan pendapatnya, pengalamannya, dan ide-ide yang berkaitan dengan materi yang dibahas karena topik yang dibahas berhubungan dengan diri mereka, adanya interaksi yang baik antara anggota dengan anggota yang lain serta para anggota dengan anggota kelompok dalam hal ini terlihat peserta didik selalu hadir pada saat pelaksanaan layanan konseling kelompok, para anggota saling memberikan pendapat dan saran ketika kegiatan berlangsung, para anggota kelompok saling bergantian mengutarakan pendapatnya terkait materi yang dibahas.

Konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* merupakan tempat bersosialisasi antar anggota kelompok dan masing-masing anggota kelompok saling menghargai dirinya maupun orang lain. Dengan menghargai dirinya peserta didik dapat membedakan kepentingan dirinya dan hal yang tidak baik bagi dirinya. Jadi, peserta didik memiliki ketegasan terhadap ajakan teman, terhadap paksaan orang lain untuk melakukan sesuatu, namun tetap menghargai pendapat/perasaan orang-orang disekitar. Selain itu, dalam kelompok tercipta keakraban yang terjalin antar anggota kelompok, para anggota kelompok akan lebih mempererat hubungan diantara mereka sehingga masing-masing individu akan merasa diterima dan dimengerti oleh orang lain, serta timbul penerimaan terhadap dirinya.

Dalam tahap konseling yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa kutipan dialog 3 seperti dibawah ini :

Saya sering sekali tidak segera masuk kelas saat bel berbunyi, saya malah ke kantin untuk sarapan pagi, setelah ada guru piket datang baru saya pergi ke kelas, saya tau hal tersebut tidak baik tetapi saya tetap melakukannya, terkadang ketika guru belum datang saya malah meyepelkan guru tersebut, karena ngajarnya terlalu monoton. Tapi setelah mengetahui bahwa disiplin itu penting saya menyesal”.

Dari kutipan di atas, diketahui bahwa klien sebenarnya tidak nyaman dengan apa yang telah di lakukannya, tetapi karena egonya klien melakukan hal tersebut.setelah konselor mengetahui alasan yang di ungkapkan klien dan konselor memberikan sentuhan agar konseli bisa keluar dari masalah tersebut,”

“nah setelah mendiskusikan dan bermain peran kita akan bersama-sama menerapkan perilaku tepat waktu dalam belajar, dalam kehidupan sehari-hari seperti, belajar 1-2 jam per hari dirumah, mengumpulkan tugas tepat waktu,saat bel berbunyi segera masuk kelas, tidak keluar kelas saat jam pelajaran,dan memanfaatkan waktu senggang untuk belajar. Apakah siap ?”

Dengan seperti ini konseli akan melakukan hal tersebut dengan rasa tanggung jawab.

Dari petikan di atas, konselor berusaha agar konseli menyadari hal yang dilakukan selama ini adalah salah, dengan seperti itu, konseli dapat terbiasa dengan perilaku disiplin.

Disiplin belajar adalah ketaatan/kepatuhan yang mengharuskan individu/peserta didik mengikuti aturan yang berlaku didalam belajar, seperti datang kesekolah tepat waktu, tidak keluar kelas saat belajar,

mengumpulkan dan mengerjakan tugas tepat waktu, tidak keluar kelas saat belajar, mengumpulkan dan mengerjakan tugas tepat waktu, patuh terhadap peraturan, tidak malas belajar, tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, tidak mencontek, tidak membuat keributan dan mengganggu orang lain saat belajar, karena disiplin belajar suatu bentuk pembiasaan diri dalam belajar, disiplin belajar akan berpengaruh pada prestasi belajar yang didapat peserta didik

Hal ini senada dengan pendapat Sofan Amri yang menyatakan bahwa “disiplin belajar merupakan suatu bentuk kesadaran tindakan untuk belajar seperti disiplin mengikuti pelajaran, ketepatan dalam menyelesaikan tugas, kedisiplinan dalam mengikuti ujian, kedisiplinan dalam menepati jadwal belajar, kedisiplinan dalam menaati tata tertib yang berpengaruh langsung terhadap cara dan teknik siswa dalam belajar yang hasilnya dapat dilihat dari prestasi belajar yang dicapai”.<sup>11</sup>

Pembiasaan perilaku disiplin belajar ditingkatkan dengan menggunakan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* karena dengan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* ini peserta didik dapat meningkatkan disiplin belajar.

---

<sup>11</sup> Sofan Amri, *Op.Cit*, hal 168



### 3. Keterbatasan Peneliti

Peneliti ini menunjukkan bahwa konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan, baik secara keseluruhan maupun pada tiap aspeknya. Namun peneliti ini memiliki keterbatasan. Adapun keterbatasan dalam peneliti ini adalah sebagai berikut :

- a. Subjek penelitian pada awalnya ditunjukkan pada kategori rendah namun setelah penyebaran instrument disiplin belajar hanya 5 orang peserta didik yang masuk dalam kategori rendah, sehingga tidak mencukupi untuk dilakukan layanan konseling kelompok dengan menggunakan kelompok control, sehingga sampel penelitian diambil berdasarkan pada kategori sedang dan bersifat rawan akan penurunannya.
- b. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada waktu dan tempat pelaksanaan layanan konseling kelompok dikarenakan pada kelas VIII tidak terdapat jam pelajaran bimbingan dan konseling, dan tidak terdapat jam pelajaran bimbingan dan konseling, dan tidak terdapat ruang bimbingan dan konseling yang memadai, sehingga pemberian layanan konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* dilaksanakan setelah jam pelajaran selesai.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan pada tujuan, hasil pembahasan penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Gambaran disiplin belajar peserta didik kelas VIII MTS Darul Kamal Ruguk Lampung Selatan bahwa terdapat 30% peserta didik yang berada pada kategori sedang, yang artinya peserta didik telah menunjukkan perilaku disiplin belajar namun belum sepenuhnya/terus menerus dilakukan yang ditandai dengan : (a) peserta didik sudah mampu menjalankan perilaku disiplin terhadap waktu sehingga peserta didik memiliki ketegasan dan kemauan untuk tertib mengikuti pelajaran dan belajar tepat pada waktunya; (b) peserta didik mampu dan memiliki sikap disiplin terhadap waktu sehingga peserta didik memiliki ketegasan dan kemauan untuk tertib mengikuti pelajaran dan belajar tepat pada waktunya, mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya; (c) peserta didik sudah mampu dan memiliki sikap disiplin perbuatan, peserta didik akan merasa bersalah apabila melakukan pelanggaran

disiplin belajar, sehingga sudah mampu patuh dan tidak menentang peraturan, tidak malas dalam belajar, tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya, tidak berbohong demi keuntungan dirinya, melakukan tingkah laku yang menyenangkan.

Secara keseluruhan peneliti ini menghasilkan kesimpulan bahwa *Choice Theory Reality Therapy* efektif untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Efektivitas konseling kelompok *Choice Theory Reality Therapy* ditandai dengan adanya peningkatan disiplin belajar peserta didik. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan dan perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest*.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan meningkatkan disiplin belajar sehingga dapat mencapai tujuan belajar dan prestasi belajar yang lebih baik.
2. Guru bimbingan dan konseling agar dapat melaksanakan layanan dan konseling *Choice Theory Reality Therapy* agar dapat membantu mengembangkan perilaku disiplin belajar peserta didik dan perilaku lain yang terkait sikap tegas, bertanggung jawab, jujur, percaya diri,, serta menghormati orang lain.

3. Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan dua jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling untuk membantu perkembangan peserta didik.
4. Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai disiplin belajar hendaknya dapat bekerjasama dengan pihak lain seperti orang tua maupun guru wali kelas/mata pelajaran, serta sebelum diadakan konseling kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah-masalah terkait disiplin belajar peserta didik secara mendalam .



## DAFTAR PUSTAKA

- Amri, Sofan. Pengetahuan dan Model Pembelajaran dalam Kurikulum 2013. Jakarta :PT. Prestasi Pustakarya.2013
- Amalros, Andi Taufik. Hubungan Disiplin dan Motivasi Terhadap Minat Belajar Siswa, dan Macam Macam Kecerdasan.(Online). Tersedia :<http://damayanti327.wordpress.com/-about/hubungan-antara-disiplin-belajar-dengan-prestasi-belajar/>. (diakses 15 januari 2016)
- Arikunto, Suharsimi. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : PT Rineka Cipta. 2010
- Ahmad Jajimin Jusoh, Mohammad Nasir Bistamam, Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip, “ modul kaunseling Kelompok *CTRT*“ Malaysia, Reka Cetak Sdn Bhd, 2016
- Aulia, Choirun Nisa. Penampakan Disiplin Pada Anak Usia Dini. (Online) Jurnal Muhamadiyah Sidoharjo. Tersedia : <http://journal.umsida.ac.id/files/LinaV2.1.pdf>(diakses 12 Desember 2016)
- BAPM November 2008. Instrument Penelitian. (Online) Tersedia :<http://https://id.scribd.com/doc/249404104> (diakses tanggal 3 Januari 2017)
- Belajar Kreatif Waktu. Mengenal Manfaat Disiplin Waktu. (Online) Tersedia :<http://belajarkreatif.net/2013/11/mengenal-manfaat-disiplin-waktu.html>, (diakses tanggal 05 November 2016)
- Corey, Gerald. Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi. Bandung : PT. Refika Aditama. 2013.

Choirun Nisa Aulia, Penanaman Disiplin Pada Anak Usia Dini, (online) jurnal Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Tersedia di :<http://journal.umsida.ac.id/files/LinaV2.1.Pdf>,

Departemen Pendidikan Nasional. Undang-Undang SIKKNAS Nomor 20 Tahun 2003. Jakarta :PT. Sinar Grafika. 2011

Dewi,Nur Sya'ban Ratri. Kajian Teori Bimbingan Belajar. (Online) : Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta.Tersedia:<http://eprints.uny.ac.id/9570/bab%202%20NIM.%2008104241024.pdf>. (diakses 23 November 2016)

Dhani, Ni Kadek Ita Purnama,dkk. Efektivitas KOnseling Behavioral Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Prilaku Disiplin Belajar Siswa di Kelas X SMA Laboratrium Undiksha Tahun 2012/2013. (Online) : Jurnal Universitas Pendidikan Ganesha. Tersedia : <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/view/772/645>. (diakses 05 Desember 2016)

Hartono,dkk. Psikologi Konseling.Jakarta : kencana.2013.

Hidayatullah, Agus,dkk. Alwasim Al-Qur'an Tajwid Kode, Transliterasi per kata, Terjemahan Per kata. Jawa Barat, Cipta Bagus Karya, Jawa Barat, 2013.

Indah Alfiah, “ Mengenal Terapi Realitas (*Reality Therapy*), (On-Line) dapat dilihat di [unair.ac.id](http://unair.ac.id)

John, Creswell. Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan mixed.Yogyakarta: pustaka Pelajar. 2013.

Kasan, Tholib. Teoridan aplikasi Administrasi Pendidikan, Jakarta: Stidia Press.2001.

Khafid, Muhammad dan Suroso. Pengaruh Disiplin Belajar dan Lingkungan Keluarga Terhadap Hasil Belajar Ekonomi. (Online): Jurnal Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Semarang. Tersedia: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=136388&val=5662>. (diakses November 24 2016)

Maharani, Khusnalia Dian. Pengaruh Disiplin Belajar dan Keaktifan Kegiatan Ekstrakurikuler Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Teknologi Informasi dan Komunikasi di SMKN 1 sentolo. (Online): Universitas Negeri Yogyakarta. Tersedia: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/belia>. (diakses tanggal 27 Oktober 2016)

Mufidah, Umri. Efektivitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak usia Dini. (Online) : jurnal Negeri Semarang. Tersedia : <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/belia>. (diakses tanggal 12 Februari 2017)

Mulyasa. Implementasi Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara. 2019

Nasir, Triana Pengujian Hipotesis Dua Sampel, (Online) Tersedia <http://allofyousearch.blogspot.com/2014/11/pengujian-hipotesis/kompratif/dua.html> (diakses 12 februari 2017)

Nasrina Nur Fahmi, "Skripsi Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman Yogyakarta", (Online) dapat dilihat di [digilib.uin-suka.ac.id](http://digilib.uin-suka.ac.id) (11 November 2016)



Nursalim, Mohammad. Strategi dan Intervensi Konseling, Jakarta Barat: Akademia Permata. 2013

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pemdikbud. Tersedia : <http://lampiran-permendikbud-no-111-tahun-2014-tentang-bimbingan-dankonseling.pdf>. (diakses 03 November 2016)

Rahayu, Tuti. Hubungan Antara Tingkat Kedisiplinan Siswa Dengan Prestasi Belajarnya pada mata pelajaran PKN (studi deskriptif terhadap siswa kelas XI di SMA pasudan 2 cimahi). (online) Tesis Universitas Pendidikan Indonesia. Tersedia: [http://aresearch.upi.edu/operator/upload/s\\_ppk\\_033278\\_chapture2.pdf](http://aresearch.upi.edu/operator/upload/s_ppk_033278_chapture2.pdf). (diakses 05 November 2016)

Sandiana, Khuria. 2015, pengaruh penggunaan konseling Kelompok Rasional Emotif Terapi Dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif Pada Siswa Kelas X Tahun Pelajaran 2013/2014. (Skripsi) : IAIN Raden Intan Lampung, diakses tanggal 07 Januari 2017)

Sitti Hartinah, "Konsep Dasar Bimbingan Kelompok", Refika Aditama, Bandung, 2009, h 132

Simnth, Mardiana Bin. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA 1 Antigola Kabupaten Gorontalo, (Online) : Universitas Gorontalo. Tersedia : <http://ejurnal.ugn.ac.id/index.php/JPP/article/>, (diakses 16 November 2016)

Sugiyono. Metode Penelitian Kualitatif dan R&D. Bandung : CV. Alfabet. 2009.

\_\_\_\_\_, Statistik Untuk Penelitian. Bandung: CV. Alfabeth 2012.

Sutoyo, Anwar. Pemahaman Individu (Observasi, wawancara, sosiometri).  
Yogyakarta: Pustaka Pelajar.2012

Tri Septi Setyaningsih, “Skripsi Pendekatan Konseling Realita Dalam Mengubah  
Konsep Diri Negatif Siswa *Broken Home*” (On-Line)  
[lib.unnes.ac.id/10565/1/10135.pdf](http://lib.unnes.ac.id/10565/1/10135.pdf) (12 November 2016)

Tuti Rahayu, Hubungan Antara Tingkat Kedisiplinan Siswa dengan Prestasi  
Belajarnya Pada mata pelajaran PKN (Studi deskriptif terhadap siswa kelas Xi  
di SMA Pasudan 2 Cimahi),\_ppk\_033278\_chapture2.pdf,

Tohirin, “ Bimbingan dan Konseling di sekolah dan madrasah”, Rajagrafindo  
persada, Jakarta Utara,2011

Umri Mufidah, Efektifitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi  
Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini, (Online) : Jurnal  
Universitas Negeri Semarang, Tersedia  
:<http://journal.unnes.ac.id/sju/inde.php/belia>,

Modules, Training. Modul SPSS Statistik 2013. (Online) : Modul Universitas  
Brawijaya. Tersedia:<http://ledhyane.lecture.ub.ac.id/files/2013/05/modul-spss-statistik-2013.pdf>. (diakses 05 Maret 2017)

Vebriani, Evi. Kreativitas Siswa Dalam Membagi Waktu Belajar Hubungannya  
Dengan Prestasi Belajar. (Online): jurnal STKIP PGRI Sumenep,  
tersedia:<http://www.stkipgrismp.ac.id/backsitecontent/uploads/2013/09/evifebriani.pdf>. (diakses 03 November 2016)

Wati,Herlina

Metodologi Penelitian,(Online):Tersedia:<http://herliamr.blogspot.com/2012/05/bab-iv.html>. (diakses tanggal 07 desember 2016)

Widoyoko, Eko Putro. Penelitian Hasil Pembelajaran DI Sekolah. Yogyakarta  
Pustaka Pelajar. 2014

Zainal Aqib “Bimbingan dan Konseling di Sekolah”, Yrama Widya, Bandung, 2012

