

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT*  
UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN  
BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII  
SMP MUHAMMADIYAH 1 KALIANDA  
TAHUN AJARAN 2020/2021**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**MUHAMMAD QOLBI JAUHARI**

**NPM: 1511080261**

**Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2023 M**

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT*  
UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN  
BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII  
SMP MUHAMMADIYAH 1 KALIANDA  
TAHUN AJARAN 2020/2021**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

**MUHAMMAD QOLBI JAUHARI**

**NPM: 1511080261**

**Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**Pembimbing I : Hardiyansyah Masya M.Pd**

**Pembimbing II : Dr. Bambang Sri Anggoro**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2023 M**

## ABSTRAK

### **PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP MUHAMMADIYAH I KALIANDA TAHUN AJARAN 2020/2021**

Oleh

Muhammad Qolbi Jauhari

Disiplin belajar merupakan ketaatan/kepatuhan yang mengharuskan peserta didik mengikuti aturan yang berlaku di dalam belajar. Namun kenyataan yang terjadi di SMP Muhammadiyah I Kalianda terdapat peserta didik kelas VIII yang tidak mematuhi peraturan dalam belajar, seperti: mencontek, datang terlambat, mengobrol saat jam pelajaran di kelas, membolos, mengganggu teman saat belajar, dan tidak mengerjakan tugas. Sehingga perlu upaya untuk meningkatkan disiplin belajar dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik *self management*.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran disiplin belajar peserta didik dan untuk mengetahui pengaruh penggunaan *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII SMP Muhammadiyah I Kalianda. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *Non-equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 16 peserta didik kelas VIII SMP Muhammadiyah I Kalianda tahun pelajaran 2019/2020 yang memiliki disiplin belajar dalam kategori rendah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket disiplin belajar, wawancara, observasi dan angket sebagai teknik pendukung.

Hasil perhitungan rata-rata skor disiplin belajar kelompok eksperimen sebelum mengikuti layanan konseling kelompok *self management* adalah 48,75 dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok *self management* meningkat menjadi 83,86. Sedangkan pada kelompok kontrol adalah 58,75 dan pada saat *posttest* mendapatkan peningkatan menjadi 73,87 selain itu diperoleh  $t$  hitung menggunakan Paired Sample  $t$  test adalah (23.761) nilai ini  $>$   $t$  tabel (1,727) dengan nilai Sig 0,00  $<$  0,05 yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dengan demikian disiplin belajar peserta didik dapat dikurangi setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Self*

*Managemen*. Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII SMP Muhammadiyah I Kalianda tahun pelajaran 2019/2020.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, *Self Management* Disiplin Belajar.



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Qolbi Jauhari  
NPM : 1511080261  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self- Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda” adalah benar-benar hasil karya penyusunan sendiri, bukan duplikasi dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah tercantum sumber. Skripsi ini sepenuhnya adalah tanggung jawab penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 10 Maret 2022

Penulis,



MUHAMMAD QOLBI JAUHARI

NPM : 1511080261



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame 1 Bandar Lampung, telp. (0721) 703260

**PERSETUJUAN**

Judul Skripsi : **Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok  
Dengan Teknik Self-Management Untuk  
Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik  
Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda  
Tahun Ajaran 2020/2021**

Nama : **Muhammad Qolbi Jauhari**  
NPM : **1511080261**  
Jurusan : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**  
Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

Untuk Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang  
Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dr. Bambang Sri Anggoro**  
NIP. 198402282006041004

**Hardiyansyah Masya, M.Pd**  
NIP.

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**Dr. Ali Murtadho, M.S.I**

NIP. 197907012009011014



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame I Bandar Lampung, telp. (0721) 703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul : **Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Ajaran 2020/2021** disusun oleh: **Muhammad Qolbi Jauhari, NPM. 1510080261**, Program Studi : **Pendidikan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**. Telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal : **Jum'at, 15 Juli 2022**.

**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua** : **Dr. Ali Murthadho, M.S.I** (.....)

**Sekretaris** : **Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog** (.....)

**Penguji Utama** : **Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I** (.....)

**Penguji Pedamping I** : **Dr. Bambang Sri Anggoro** (.....)

**Penguji Pedamping II** : **Hardiyansyah Masya, M.Pd** (.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan



**Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd**  
NIP. 196408281988032002

## MOTTO

وَقَالُوا ۖ إِيْمَانًا فَزَادَهُمْ فَآخْشَوْهُمْ لَكُمْ جَمَعُوا ۖ قَدْ النَّاسَ إِنَّ النَّاسَ لَهُمْ قَالَ الَّذِينَ

الْوَكِيلُ وَنِعْمَ اللَّهُ حَسْبُنَا

*"Cukuplah Allah menjadi Penolong kami dan Allah adalah sebaik-baik Pelindung"*



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Segala puji bagi Allah SWT, kita memuji-Nya, dan meminta pertolongan, pengampunan serta petunjuk kepada-Nya. Kita berlindung pada Allah dari kejahatan diri kita dan keburukan amal kita. Barang siapa mendapat dari petunjuk Allah, maka tidak akan ada yang menyesatkan dan barang siapa yang sesat maka tidak ada pemberi petunjuk baginya. Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah dan aku bahwa Muhammad adalah hamba dan Rosul-Nya. Semoga doa, shalawat tercurah pada junjungan dan suri tauladan kita Nabi Muhammad SAW, keluarganya dan sahabat serta siapa saja yang mendapat petunjuk hingga hari kiamat, Aamiin.

Persembahkan tugas akhir ini dan rasa terimakasih aku ucapkan untuk :

1. Keluargaku tercinta terutama kedua orang tuaku, ayah dan emak yang selalu sabar merawat mengasuh dan membesarkanku hingga saat ini serta kakak adikku yang selalu memberikan perhatian kasih sayang, doa, dukungan serta motivasi hingga bisa sampai di tahap ini
2. Teman-temanku Kelas D Angkatan 2015 yang senantiasa selalu membantu dan memberikan semangat dalam menjalani hidup, yaitu pahit manisnya kebersamaan selama kos, saling berbagi dan memahami sifat karakter 1 sama lain, terutama esti dan keluarga selalu memberikan makanan kepada saya selama ngekos
3. Om davi pemilik fotocopy Dvi depan UIN Raden Intan Lampung, yang selalu saya singgahi tempatnya, yang selalu saya repotkan print tugas maupun skripsi tapi bayarnya ngutang dulu, yang mau berbagi tempat cerita suka dan duka ketika semester akhir, bersedia menawarkan menginap di toko karena sudah tidak kos lagi dan sering ditawari makan bareng kalau saya singgah
4. Bapak/Ibu Dosen yang tak lelah memberikan banyak ilmu dan petuah selama di bangku kuliah tak lain dengan harapan menjadi manusia yang bermanfaat, berakhlak, agar kedepannya berguna bagi umat dan bangsa
5. Terakhir Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Muhammad Qolbi Jauhari, lahir pada tanggal 15 Oktober 1997 di Di Desa Kedaton Kalianda Lampung Selatan. Penulis adalah anak kedua dari empat bersaudara dari pasangan bapak Tamam dan Ibu Samsiatun. Penulis mempunyai 1 Kakak perempuan yang bernama Nasyi'atun Inayati Utami dan dua adik laki-laki yang bernama Ahmad Qolbi Faroooid dan Khakimul Qolbi Alluthfi.

Penulis menempuh pendidikan formal di : SD Negeri 1 Way Urang di tahun 2004-2009, dilanjutkan dengan Sekolah Menengah Pertama SMP Muhammadiyah 1 Kalianda di tahun 2009-2012, kemudian penulis melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas di SMA Pembangunan Kalianda di tahun 2012-2015. Kemudian pada tahun 2015 mendaftar di perguruan tinggi negeri Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan melalui jalur tes UMPTKIN.

Penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Banyuwangi, Kecamatan Banyumas, Kabupaten Pringsewu. Kegiatan KKN dilaksanakan selama 40 Hari. Setelah KKN penulis melanjutkan kegiatan praktek pengalaman lapangan (PPL) selama 50 hari di SMP Al-Kautsar Bandar Lampung.



Bandar Lampung, Januari 2022  
Penulis

Muhammad Qolbi Jauhari

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah- Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada sang pelita kehidupan, seiring berjalan menuju ilahi, Nabi Muhammad SAW. Serta kepada keluarga, para sahabat dan para pengikutnya.

Skripsi dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self- Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda” adalah salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam proses penulisan skripsi ini, penulis banyak menemui hambatan dan kesulitan, namun berkat bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Rifda El Fiah, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Ibu Rahma Diani, M.Pd selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Bapak Dr. Bambang Sri Anggoro. selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan bantuannya untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Hardiansyah Masya M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan bantuannya untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Koseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden

Intan Lampung.

7. Teman-teman yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini, BKPI D angkatan 2015.

Akhir kata dengan kerendahan hati penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini banyak mengalami kesulitan dan hambatan dan jauh dari kesempurnaan. Maka dari itu, penulis berterimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat. Kritik dan saran sangat diperlukan untuk pembelajaran bagi penulis.

Penulis

Muhammad Qolbi Jauhari



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	v
PERSETUJUAN.....	vi
PENGESAHAN .....	vii
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
RIWAYAT HIDUP .....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi

### BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Balakang Masalah .....	2
C. Identifikasi Dan Batasan Masalah .....	10
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitan .....	11
F. Manfaat Penelitian .....	11
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	12
H. Sistematika Penulisan .....	15

### BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN

#### HIPOTESIS

A. Layanan Bimbingan Kelompok .....	17
1. Pengertian Bimbingan Kelompok .....	17
2. Tujuan Bimbingan Kelompok .....	19
3. Fungsi Bimbingan Kelompok.....	20
4. Tahap-Tahap Layanan Bimbingan Kelompok.....	21
B. Teknik <i>Self-Management</i> .....	23
1. Konsep Dasar Teknik <i>Self-Management</i> .....	23
2. Tujuan Teknik <i>Self-Management</i> .....	24
3. Manfaat Teknik <i>Self-Management</i> .....	25

4. Tahap-Tahap Pelaksanaan Teknik <i>Self-Management</i> .....	25
5. Kelebihan dan Kelemahan Teknik <i>Self-Management</i> .....	27
C. Disiplin Belajar.....	28
1. Pengertian Disiplin.....	28
2. Tujuan Disiplin.....	30
3. Unsur-Unsur Disiplin.....	30
4. Faktor Yang Menyebabkan Pelanggaran Disiplin Peserta Didik.....	31
5. Pengertian Belajar.....	33
D. Pengajuan Hipotesis.....	34

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	39
B. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	39
C. Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengumpulan Data.....	41
1. Populasi.....	41
2. Sampel.....	42
3. Teknik Pengumpulan Data.....	42
D. Definisi Operasional Variabel.....	49
E. Instrumen Penelitian.....	52
F. Uji Validitas Dan Realibilitas.....	58
G. Uji Prasarat Analisis.....	60
H. Uji Hipotesis.....	61

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	67
a. Profil Umum Disiplin Belajar.....	67
1. Gambaran Tepat Waktu Dalam Belajar.....	68
2. Gambaran Aspek Membolos atau Meninggalkan Kelas Saat Belajar.....	69
3. Gambaran Aspek Membuat Keributan Dikelas Saat Jam Pelajaran.....	70

4. Gambaran Aspek Tidak Mengerjakan Tugas .....	70
b. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Pada Peserta Didik VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Pelajaran 2019/2020.....	71
1. <i>Tahap Treatment pertama</i> .....	72
2. <i>Tahap Treatment Kedua</i> .....	72
3. <i>Tahap Bimbingan Ketiga</i> .....	73
4. <i>Tahap Bimbingan Keempat</i> .....	74
5. <i>Pengakhiran</i> .....	75
c. Hasil Uji Independen <i>Sampel Test</i> Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Terhadap Disiplin Belajar Secara Umum .....	75
d. Hasil Uji <i>Independen Sampel Test</i> Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Terhadap Disiplin Belajar Pada Aspek Tepat aktu Dalam Belajar .....	77
e. Hasil Uji <i>Independen Sampel Test</i> Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self-Management</i> Terhadap Disiplin Belajar Pada Aspek Mengerjakan Tugas Tepat Waktu.....	78
f. Perbandingan Nilai <i>Pre-test, Post-test, dan Gain Score</i> .....	80
B. Pembahasan Hasil Penelitian dan Analisis.....	81
1. Pembahasan Profil/Gambaran Umum Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Pelajaran 2019/2020 .....	81
2. Analisis Data.....	85

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan.....	87
B. Rekomendasi .....	88

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

1. Pelanggaran Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda .....	7
2. Populasi Penelitian .....	41
3. Skor Alternatif Jawaban .....	45
4. Kriteria Disiplin Belajar .....	47
5. Variabel-Variabel Operasional.....	49
6. Kisi-kisi Disiplin Peserta Didik.....	53
7. Uji Validitas <i>Case Processing Summary</i> .....	59
8. Hasil Validitas .....	59
9. Uji Reabilitas Reliability Statistic .....	60
10. Pemberian treatment.....	63
11. Gambaran Umum Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah I Kalianda.....	68
12. Gambaran Aspek Tepat Waktu Dalam Belajar .....	69
13. Gambaran Aspek Membolos atau Meninggalkan Kelas Saat Belajar .....	69
14. Gambaran Aspek Membuat Keributan Dikelas Saat Jam Pelajaran Berlangsung .....	70
15. Gambaran Aspek Tidak Mengerjakan Tugas .....	71
16. Hasil Uji t Independen Disiplin Peserta Didik Kelompok Eksperimen dan Kontrol Secara Keseluruhan.....	76
17. Hasil Uji t Independen Efektivitas Disiplin Belajar Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Aspek Tepat Waktu Dalam Belajar.....	77
18. Hasil Uji t Independen Efektivitas Disiplin Belajar Peserta Didik Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Aspek Penyelesaian Tugas Tepat Waktu .....	79
19. Disiplin Belajar Peserta Didik Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Teknik <i>Self Management</i> .....	86

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Penelitian ini berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Ajaran 2020/2021”, peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh teknik *self-management* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik di SMP Muhammadiyah 1 Kalianda. Adapun istilah-istilah yang perlu dijelaskan yaitu :

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok, efektifitas, dan dinamika kelompok harus di wujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan.<sup>1</sup>

Teknik *self-management* menunjuk suatu teknik dalam terapi kognitif *behavioral* berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif, sering dipadukan dengan ganjar diri (*self-reward*).<sup>2</sup>

Adapun Kedisiplinan merupakan persoalan penting dalam proses belajar mengajar di sekolah. Tanpa kedisiplinan, peserta didik tidak bisa mengikuti pelajaran dengan baik sehingga

---

<sup>1</sup> Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Disekolah Dan Madrasah (Berbasis Integritas)*.Rajawali pers, jakarta 2013

<sup>2</sup> Titin Indah Pratiwi Nikmatu Sholihah, Retno Tri Hastuti, Denok Setiawati, “Penerapan Strategi *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palsy Kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya,” *Jurnal BK unesa* 3 (2013): h. 4.

ditemukan pelanggaran-pelanggaran yang mengganggu aktivitas belajar mengajar. Perilaku peserta didik yang terlihat tentang disiplin belajar antara lain: tidak mengikuti beberapa mata pelajaran dengan alasan-alasan tertentu, malas mencatat, terlambat masuk kelas, tidak memperhatikan penjelasan guru, dan membuat gaduh dikelas.<sup>3</sup>

## **B. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan salah satu usaha manusia untuk meningkatkan kualitas kehidupannya untuk masa kini dan masa mendatang, setiap manusia dapat mewujudkan suatu harapan yang lebih baik dengan mengembangkan pola berpikir dan potensi yang dimiliki setiap diri manusia.

“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>4</sup>

Kedisiplinan merupakan persoalan penting dalam proses belajar mengajar di sekolah. Tanpa kedisiplinan, peserta didik tidak bisa mengikuti pelajaran dengan baik sehingga ditemukan pelanggaran-pelanggaran yang mengganggu aktivitas belajar mengajar. Perilaku peserta didik yang terlihat tentang disiplin belajar antara lain: tidak mengikuti beberapa mata pelajaran dengan alasan-alasan tertentu, malas mencatat, terlambat masuk kelas, tidak memperhatikan penjelasan guru, dan membuat gaduh dikelas.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Sarbaini, *Pembinaan Kepatuhan Peserta Didik pada Norma Sekolah: study kualitatif penggunaan tindakan pendidikan oleh Guru*. 2005 h. 27.

<sup>4</sup> (UU No. 20 Tahun 2003).

<sup>5</sup> Sarbaini, *Pembinaan Kepatuhan Peserta Didik pada Norma Sekolah: study kualitatif penggunaan tindakan pendidikan oleh Guru*. 2005 h. 27.

Faktor penyebab peserta didik tidak disiplin belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu dorongan dari dalam diri peserta didik (internal) seperti pengetahuan, kesadaran ketaatan, keinginan berprestasi dan latihan disiplin. Sedangkan dorongan dari luar peserta didik (eksternal) mencakup lingkungan, alat pendidikan, teman, saudara, kebiasaan dan pembinaan dari rumah, saran yang menunjang, pengawasan, hukuman, nasehat dan sebagainya.<sup>6</sup>

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 akan mendapat prestasi yang baik. Disiplin belajar dapat dilihat atau diukur dengan menggunakan indikator-indikator, adapun menurut A.S Moenir dalam Apriadi sebagai berikut:

a. Disiplin waktu, meliputi:

- 1) Tepat waktu dalam belajar, mencakup datang dan pulang sekolah tepat waktu, mulai dari selesai belajar dirumah dan disekolah.
- 2) Tidak meninggalkan kelas atau membolos saat ajaran.
- 3) Menyelesaikan tugas sesuai waktu yang ditetapkan.

b. Disiplin perbuatan, meliputi:

- 1) Patuh tidak dan tidak menentang peraturan yang berlaku.
- 2) Tidak malas belajar.
- 3) Tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya.
- 4) Tidak suka berbohong.
- 5) Melakukan tingkah laku yang menyenangkan, seperti tidak mencontek tidak membuat keributan, dan tidak mengganggu teman saat belajar.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010). h. 26.

<sup>7</sup> Sudarsono, "*Kenakalan Remaja*," (Jakarta: Rineka Cipta, 1990). h. 111.

Dilihat dari indikator diatas sesuai dengan kondisi pada saat pra penelitian ini kedisiplinan siswa dalam mematuhi tata tertib sekolah dapat dilihat dari banyaknya skor pelanggaran yang dilakukan, jadi semakin tinggi skor pelanggaran yang dilakukan maka semakin rendah tingkat kedisiplinan siswa dalam mematuhi tata tertib sekolah dan sebaliknya, semakin rendah skor pelanggaran yang dilakukan maka semakin tinggi tingkat kedisiplinan siswa dalam mematuhi tata tertib sekolah.<sup>8</sup>

Kehadiran peserta didik tepat pada waktunya disekolah adalah salah satu sikap disiplin yang harus dimiliki setiap peserta didik sehingga mereka tidak datang terlambat kesekolah. Seandainya peserta didik datang kesekolah tepat waktu akan memberi keuntungan bagi peserta didik, yaitu peserta didik tidak akan terburu-buru, dalam kegiatan belajar mengajar tidak akan terganggu, tidak mengganggu peserta didik yang lain karena keterlambatannya, tidak ada sanksi dari sekolah, dan sebagainya.<sup>9</sup>

Demikian menurut para ahli, dapat disimpulkan bahwa bahwa pentingnya disiplin belajar dalam proses belajar mengajar disekolah, memiliki perilaku disiplin dapat membantu peserta didik mengontrol tingkah lakunya sehari-hari baik disekolah maupun dirumah. Selain itu dengan memiliki perilaku disiplin akan mendapat prestasi yang baik, serta karena sebagai generasi penerus bangsa maka peserta didik dalam kesehariannya harus menerapkan sikap disiplin, terutama disiplin belajar. Ayat Al-Qur'an yang menjelaskan

---

<sup>8</sup> Hanif Aftiani et AL., "Penerapan Konseling Kelompok *Behavior* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sekolah SMAN 1 Kedungadem Bojonegoro," *Jurnal BK Unesa* (2013): h. 439.

<sup>9</sup> Sri Wiyanti Hidayat Debby Ayu Arvianola, Mudaris Muslim, "Teknik *Self-Monitoring* Untuk Meningkatkan Disiplin Tata Tertib Peserta Didik Di Sekolah," *Jurnal Program Studi Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 2 (2016): h. 61.

atau memerintahkan tentang disiplin antara lain dalam surah An-Nisa ayat 59, Allah Berfirman :

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ  
 وَأُولَى الْأَمْرِ مِنْكُمْ ۗ فَإِن تَنَزَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ  
 وَالرَّسُولِ إِن كُنتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ۚ ذَٰلِكَ خَيْرٌ  
 وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا ﴿٥٩﴾

Artinya: "Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya." (Q.S An-Nisa:59).<sup>10</sup>

Ayat ini merupakan patokan dimana dengannya kita dapat menerapkannya di lingkungan sekolah. Di sekolah kita harus menaati peraturan yang dibuat oleh pihak sekolah. Misalnya berbakti kepada guru dengan cara melaksanakan perintah dan nasihat-nasihat yang baik, menghormati guru, karyawan, dan pegawai lainnya, belajar dengan tekun dan disiplin, serta mematuhi peraturan dan tata tertib di sekolah.

<sup>10</sup> Al-Qur'an dan terjemahannya, Darus Sunnah, Jakarta Timur (2013) h. 88.

Dalam penelitian terdahulu terjadi pada peserta didik di MTs YAPE PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA. Berdasarkan wawancara dengan guru BK dinyatakan 23% dari kelas VIII 105 peserta didik berperilaku tidak disiplin, diantaranya: terlambat masuk kelas, keluar saat jam pelajaran berlangsung, tidak sekolah tanpa memberikan keterangan, tidak mengerjakan pr, mencontek dan lain sebagainya.<sup>11</sup>

Hal serupa terjadi di SMP Muhammadiyah 1 Kalianda khususnya kelas VIII, dari pengamatan yang dilakukan pada saat pra penelitian yang pada tanggal 17 Februari 2020 dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling ibu Masya Shinta, S.Pd di SMP Muhammadiyah 1 Kalianda, adanya peserta didik yang berperilaku tidak disiplin seperti, tidak tepat waktu datang kesekolah, meninggalkan kelas saat jam pelajaran, membuat keributan saat jam pelajaran berlangsung, mengganggu teman saat belajar, dan tidak mengerjakan/mengumpulkan pr. Peneliti juga sering menjumpai adanya peserta didik yang meninggalkan kelas saat jam pelajaran dan membuat keributan saat jam pelajaran berlangsung.

---

<sup>11</sup> Siti Faridah Awalayah, "Pengaruh Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa MTs YAPE PAKEM Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016"

Hal serupa diperkuat dengan adanya catatan pelanggaran disiplin belajar. Terlihat pada tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Peserta Didik Yang Melakukan Pelanggaran Disiplin Belajar Di Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Ajaran 2019/2020**

No	Indikator	Jumlah peserta didik	Presentase
1	Tidak tepat waktu datang dan pulang sekolah	4	23%
2	Meninggalkan kelas/membolos saat kegiatan belajar mengajar	6	34%
3	Membuat keributan dikelas saat jam pelajaran berlangsung	3	16%
4	Mengganggu teman saat belajar	2	11%
5	Tidak mengumpulkan/tidak mengerjakan PR	3	16%
<b>Jumlah Seluruh Peserta Didik:</b>		18	100%

*Sumber : Dokumentasi buku kasus pelanggaran peserta didik kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda<sup>12</sup>*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa dari 52 peserta didik terdapat 20 teridentifikasi memiliki disiplin belajar rendah yaitu: tidak tepat waktu datang dan pulang sekolah 4 kasus (23%), meninggalkan kelas/membolos saat kegiatan belajar mengajar 6 kasus (33%), membuat keributan

---

<sup>12</sup>Data Buku Kasus Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda tahun ajaran 2020/2021

dikelas saat jam pelajaran berlangsung 3 kasus (16%), mengganggu teman saat belajar 2 kasus (11%), dan tidak mengumpulkan/mengerjakan PR 3 kasus (16%).

Peneliti menyimpulkan apabila hal ini terus dibiarkan maka akan menghambat proses belajar. Dampak dari melanggar disiplin belajar selain rendahnya prestasi disekolah jaga dapat berpengaruh terhadap rasa percaya diri yang menjadi rendah dan sulit untuk merubah diri serta dapat membuat peserta didik menjadi yang pemalas.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu diadakannya upaya pencegahan perilaku kurang disiplin belajar peserta didik. Guru bimbingan konseling berperan penting dalam proses belajar. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling sudah pernah melakukan layanan bimbingan kelompok pada peserta didik yang melakukan pelanggaran tetapi belum terlihat adanya perubahan perilaku pada peserta didik, oleh sebab itu maka dibutuhkan satu layanan intensif yaitu peneliti akan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok, efektifitas, dan dinamika kelompok harus di wujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan.<sup>13</sup>

Menurut Prayitno bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan proses pemberian informasi dan bantuan pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok guna untuk mencapai suatu tujuan

---

<sup>13</sup> Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling Disekolah Dan Madrasah (Berbasis Integritas)*.Rajawali pers, jakarta 2013

tertentu. Rusman dalam Hidayati mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai:

“proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota untuk berpartisipasi aktif dalam upaya pengembangan wawasan, sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam upaya mencegah timbulnya masalah atau dalam upaya pengembangan pribadi”.<sup>14</sup>

Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah upaya membantu peserta didik dalam menyelesaikan permasalahannya, khususnya tentang meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Dalam hal ini peneliti menggunakan teknik *self-management*.

Salah satu strategi layanan yang dapat diterapkan dalam mengatasi masalah kedisiplinan belajar adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management*. Disinilah peran *self-management* dibutuhkan untuk mengelola seluruh kemampuan tersebut. Teknik *self-management* dipilih karena didalamnya terdapat strategi perubahan tingkah laku dengan pengaturan dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri.<sup>15</sup>

Menurut Mappire dalam Setiawati, *self-management* yaitu:

Menunjuk suatu teknik dalam terapi kognitif *behavioral* berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah

---

<sup>14</sup> Richma Hidayati, “Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Stimulus Control Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa,” Jurnal Bimbingan Konseling 2, no 2 (2013): h. 94

<sup>15</sup> Faiqotul Isnaini, “Strategi Self-management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar,” Jurnal Penelitian Humaniora 16, no. 2 (2015): h. 34.

lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif, sering dipadukan dengan ganjar diri (*self-reward*).<sup>16</sup>

Berdasarkan uraian diatas, bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di kehidupan selanjutnya. maka peneliti membatasi masalah umum sebagai berikut : **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Ajaran 2020/2021”**.

### C. Identifikasi dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Teridentifikasi 4 peserta didik tidak tepat waktu datang dan pulang sekolah.
2. Teridentifikasi 6 peserta didik meninggalkan kelas/membolos saat kegiatan belajar mengajar.
3. Teridentifikasi 3 peserta didik membuat keributan dikelas saat jam pelajaran berlangsung
4. Teridentifikasi 2 peserta didik mengganggu teman saat belajar
5. Teridentifikasi 3 peserta didik tidak mengumpulkan/tidak mengerjakan PR
6. Belum maksimalnya penggunaan layanan bimbingan kelompok oleh guru bimbingan dan konseling

Agar pembahasan pada penelitian ini terarah dan tidak keluar dari permasalahan yang ada, maka penelitian ini hanya membahas: **“Pengaruh Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Ajaran 2020/2021”**.

---

<sup>16</sup> Titin Indah Pratiwi Nikmatu Sholihah, Retno Tri Hastuti, Denok Setiawati, *“Penerapan Strategi *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palsy Kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya,”* Jurnal BK unesa (2013): h. 4.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang ada, maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut: “Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* berpengaruh dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adakah Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda Tahun Ajaran 2020/2021.

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### **a. Teoritis**

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memperkaya ilmu pendidikan di bidang bimbingan dan konseling.
- 2) Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya serta pengembang ilmu bimbingan dan konseling pada khususnya.

##### **b. Praktis**

- 1) Bagi sekolah, melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk mengembangkan dan memfasilitasi pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan disiplin belajar di dunia pendidikan.
- 2) Bagi guru Bimbingan dan Konseling, penelitian ini diharapkan dapat menjadikan bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan disiplin belajar yang rendah di sekolah.

- 3) Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan disiplin belajar.
- 4) Bagi peneliti sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar sarjana strata-1 pada program studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada UIN Raden Intan Lampung.

## G. Kajian Penelitian Yang Relevan

1. Peneliti Siti Faridah Awaliyah pada tahun 2016 tentang “Pengaruh Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa MTs YAPE PAKEM SLEMAN YOGYAKARTA” Penelitian ini berangkat dari adanya indikasi penurunan kedisiplinan peserta didik. Berdasarkan hasil observasi di MTs YAPE PAKEM, banyak peserta didik yang berperilaku tidak disiplin, diantaranya terlambat masuk kelas, keluar saat jam pelajaran berlangsung, tidak sekolah tanpa memberikan keterangan, tidak mengerjakan PR, mencontek, dan lain sebagainya. Kedisiplinan tersebut diduga dipengaruhi oleh faktor bimbingan pribadi. Tujuan penelitian untuk mengetahui berapa besar pengaruh bimbingan pribadi terhadap kedisiplinan peserta didik di MTs YAPE PAKEM. Bimbingan pribadi adalah bimbingan dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi. Kedisiplinan peserta didik adalah kepatuhan dan ketaatan terhadap berbagai aturan dan tata tertib yang berlaku disekolahnya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan *expost facto*, penelitian lapangan dilakukan melalui kuesioner yang diajukan langsung kepada responden untuk dianalisis dan untuk menguji hipotesis. Sample yang diambil sebanyak 105 orang dari total populasi 229. Untuk menentukan besarnya sample yang diteliti adalah menggunakan *cluster random sampling*, sebanyak 3 kelas,

1 kelas tiap angkatan. Taraf kesalahan ditetapkan sekitar 5%. Alat analisis data digunakan adalah regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows. Setelah penulis melakukan penelitian, dapat diketahui bahwa variabel X (bimbingan pribadi) berpengaruh signifikan terhadap variabel Y (kedisiplinan siswa). Besarnya pengaruh bimbingan pribadi terhadap kedisiplinan peserta didik sebesar 0,291. Berarti 29,1% kedisiplinan peserta didik dipengaruhi variabel independen bimbingan pribadi, sedangkan sisanya sebesar 70,9% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini.<sup>17</sup>

2. Peneliti Fajriani, Nurjanah, Desi Lofina pada tahun 2016 tentang ”*Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi di SMA Negeri 5 Banda Aceh”.

Kedisiplinan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan individu. Penelitian ini mengambil kasus di SMA Negeri 5 Banda Aceh. Penelitian melakukan studi pendahuluan tentang masalah kedisiplinan belajar peserta didik dengan mewawancarai salah satu guru di sekolah tersebut. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik di SMA Negeri 5 Banda Aceh yang mengalami masalah dengan kedisiplinan belajar berdasarkan data pada buku permasalahan peserta didik yang terdiri dari kelas XI dan XII. Selanjtnya, 30 peserta didik tersebut dikumpulkan dan diberi angket kedisiplinan belajar bersekala 1-4 sebagai *pre-test* sehingga terkumpul peserta didik yang memiliki kedisiplinan belajar rendah. Penelitian ini dilaksanakan dalam format kelompok maka jumlah kelompok yang diambil sample adalah 10 orang peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel terikat yang akan diukur adalah kedisiplinan

---

<sup>17</sup> Siti Faridah Awaliyah, ”Pengaruh Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa MTs YAPE PAKEM Sleman Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016”

belajar peserta didik. Penelitian ini menggunakan model *Pra-exprimental* dengan *One-group pre-test and post-test design*, dimana dilakukan test awal (*pre-test*) pada suatu subjek dengan melihat hasil angka berskala, kemudian memberika perlakuan (*treatment*) dengan teknik *self-management* kepada peserta didik yang mempunyai disiplin belajar rendah, dan memberi *post-test* untuk mengukur kembali tingkat kedisiplinan peserta didik. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan skor kedisiplinan belajar sebelum dan sesudah mengikuti teknik *self-management* dengan perubahan positif (+) atau disebut juga X sebanyak 10 dengan melihat tabel binominal  $n=10$  dan  $p > 0,05$ , probalitas untuk  $X > 10$  adalah 0.001. Maka dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa 0.001 lebih kecil dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa penguji hipotesis dalam penelitian ini ( $H_0$ ) ditolak. Artinya terdapat peningkatan yang signifikan pada tingkat kedisiplinan belajar peserta didik setelah diberikan teknik *self-management*.<sup>18</sup>

3. Peneliti Mega Aria Monica, Ruslan Abdul Gani pada tahun 2016 tentang “ Efektivitas Layanan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-management* Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung”

Tanggung jawab belajar adalah suatu proses dimana seseorang berinteraksi langsung menggunakan semua alat inderanya terhadap objek belajar dan lingkungan melalui pendidikan di sekolah yang menghasilkan perubahan tingkah laku seperti pengetahuan, cara berfikir, keterampilan, sikap, nilai dan kesediaan menanggung segala akibat dari kegiatan belajar dengan penuh

---

<sup>18</sup> Fajriana, Nur Janah, Desi Loviana pada tahun 2016 tentang “*Self-management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus SMA Negeri 5 Banda Aceh”.

kesadaran, kerelaan, rasa memiliki, dan disiplin yang bertujuan untuk menguasai materi ilmu pengetahuan.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah konseling behavioral dengan teknik *self-management* efektif untuk mengembangkan tanggung jawab belajar peserta didik kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat perkembangan tanggung jawab belajar peserta didik setelah melaksanakan layanan *behavioral* dengan teknik *self-management* dengan diperoleh (df) 78 kemudian dibandingkan dengan tabel 0,05 = 2,101, maka terhitung  $\geq$  tabel (3,679  $\geq$  2,101) atau nilai sign. (2-tailed) lebih kecil nilai kritik 0,005 (0,000  $\leq$  0,005), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu didapatkan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol (115.275  $\geq$  101.925). Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling behavioral dengan teknik *sel-management* dapat mengembangkan tanggung jawab belajar peserta didik kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.<sup>19</sup>

## H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini, disusun sebagai berikut:

### BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi penegasan judul, latar belakang masalah, identifikasi dan batasan masalah, rumusan masalah, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, serta sistematika penulisan.

---

<sup>19</sup> Monica, Mega Aria, and Ruslan Abdul Gani. "Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017" 3, no. 1 (2016): h. 171.

## BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

Bab ini berisi teori yang digunakan dan pengajuan hipotesis.

## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menjelaskan waktu dan tempat penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, populasi, sample, dan teknik pengumpulan data, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, uji validitas dan reabilitas data, uji prasarat analisis serta uji hipotesis.

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini berisi deskripsi data dan pembahasan hasil penelitian dan analisis.

## BAB V KESIMPULAN

Pada bab ini berisikan beberapa kesimpulan dari hasil penelitian



## BAB V SIMPULAN DAN SARAN

### A. Simpulan

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

Gambaran awal tingkat disiplin belajar peserta didik kelas VIII SMP Muhammadiyah Kalianda sudah cukup baik, yang artinya menunjukkan bahwa peserta didik sebagian besar sudah memiliki sikap disiplin belajar, namun belum mampu secara *continue* menerapkan sikap dan perilakunya dalam kehidupan sehari-sehari. Peserta didik yang telah memiliki disiplin belajar yang cukup baik ditandai dengan: (a) peserta didik sudah mampu menjalankan perilaku disiplin terhadap waktu sehingga peserta didik memiliki tanggung jawab dan kemauan untuk tertib mengikuti proses pembelajaran tepat pada waktunya; (b) peserta didik memiliki sikap disiplin terhadap waktu sehingga peserta didik memiliki tanggung jawab, 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. Adapun hasil penelitian disiplin belajar pada peserta didik VIII SMP Muhammadiyah 1 Kalianda bahwa terdapat terdapat peningkatan disiplin belajar sebanyak 36,87% pada kelompok eksperimen dari 48,75% menjadi 83,86%, sedangkan pada kelompok kontrol peningkatan disiplin belajar sebanyak 15,12% dari 58,75% menjadi 73,87%. Secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa bimbingan kelompok teknik *self-management* dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan dan perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest*.

## **B. Rekomendasi**

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 memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara optimal untuk membantu mengembangkan perilaku disiplin belajar peserta didik. Didalam proses konseling, konselor diharapkan mampu menggunakan teknik yang sesuai dengan permasalahan dan tidak menutup kemungkinan untuk menggabungkan teknik yang digunakan dengan teknik yang lain sebagai teknik pendukung.
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

*Al-Qu'ran dan Terjemahannya*.2005,Bandung : CV Dipenegoro

Alamri, Nurdjana. 2015, “*Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Prilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015)*,” Jurnal Konseling

Alam, Nurdjana, 2014, “*Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Mnegurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015)*,”Skripsi

All Hbsy, Bakharudin. 2017, “*Filosofi Keilmuan Bimbingan dan Konseling*,”tersedia:  
<http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/MPK/article/view/910>,[diakses pada tanggal 27 Februari 2017 jam 10.00]

Arikunto, Suharsimi. 2006, *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*,Jakarta: Rineka Cipta

Awaliyah, Faridah, Siti. 2015, ”Pengaruh Bimbingan Pribadi Terhadap Kedisiplinan Siswa MTs YAPE PAKEM Sleman Yogyakarta Tahun Aajaran 2015/2016”, Skripsi

Awlawi, Hafids, 2012, ”*Teknik Bermain Peran Pada Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem*,” Skripsi

Dalyono. 2010, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta

Denok Setiawati, Retno Tri Hasturi, Titin Indah Pratiwi Nikmatus Sholihah,2013. ”*Penerapan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palcy Kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya*,” Jurnal BK Unesa

DesiLoviana, NurJannah, Fajriana. 2016, “*Self-management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus SMA Negeri 5 Banda Aceh”.skripsi

Djamarah, Bahri, Syaiful. 2002, *Rahasia Sukses Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta

Faiqotul Isnaini.2015, “*Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*,” Jakarta : PT Raja Grafindo Persada

Hamalik, Oemar. 2009, *Proses Belajar Mengajar*, Jakarta :Sinar Grafika Offset

Hanif Aftiani. 2013, “Penerapan Konseling Kelompok *Behavior* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sekolah SMAN 1 Kedungadem Bojonegoro,” Skripsi

Hidayati, Richma. 2013, “*Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknk Stimulus Control Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa*,” tersedia: <http://jurnal.Fk.Unand.ac.id>, [diakses pada tanggal 28 Desember 2019 jam 19.20]

Isnaini, Faiqotul. 2013, “*Strategi Self-management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar*,sedia:[ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bkunesa/article/view/1936](http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bkunesa/article/view/1936), [diakses pada tanggal 26 Februari 2021 jam 12.30]

Joko Prakoso, Markus Apriadi, 2016. “Peningkatan Kedisiplinan Di Sekolah Melalui *Token Economic* Pada Anak Kelompok A TK Taman Indria Dlingo,” *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Skripsi

Mace,F. Charles, 2015. “*Behavioral Self-Management with At-Risk Children*,” Central Michigan University

- Monica, Mega Aria, and Ruslan Abdul Gani. 2013, "*Efektivitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017*" Skripsi
- Mudaris Muslim, AyuArvianola, Hidayat Debby, Sri Wiyanti. 2016, "Teknik *Self-Monitoring* Untuk Meningkatkan Disiplin Tata Tertib Peserta Didik Di Sekolah," *Jurnal Program Studi Bimbingan Dan Konseling* ,Skripsi
- Musnah, Jejen. 2015, *Teori Pendidikan*, Jakarta: Prenadamedia
- Narbuko, cholit, Abu Ahmadi. 2015, *Metodologi Penlitia*. Jakarta: Bumi Aksara
- Novalia, Muhammad Sajali. 2014, *Olah Data Penelitian Pendidikan*, Bandar Lampung : Anugrah Utama Raharja
- Robinson, Joan. 2004, "Paediatrics Child Health", (Vol.9, No.1, tahun 2004)
- Sarbaini. 2005, *Pembinaan Kepatuhan Peserta Didik pada Norma Sekolah: Study kualitatif penggunaan tindakan pendidikan oleh Guru*, Jakarta: RinekaCipta
- Slameto. 2010, *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta
- Sudarsono. 1990, *Kenakalan Remaja*, Jakarta: Rineka Cipta
- Somayeh, Ghorbani, dkk. 2013, "Investigating the Effect of Positive Discipline on the Learning Process and it's Achiving Strategies with Focusing on the Students' Abilities", *International Journal of Academic Reasearch in Buisness and Sciences*.
- Susanto, Eko. 2012, *Penggunaan Media Dalam Proses Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Kreativitas*," Skripsi

- Sugiyono. 2013, "*Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis dan Disertasi*," Bandung: Alfabeta
- Sukamadinata, Nana, Syaodih. 2014, *Bimbingan dan Konseling Dalam Praktek*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sugiyono.2013, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D)*, Bandung :Alfabeta
- Sutoyo, Anwar.2014, "*Pemahaman Individu*." Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Syahniar, Indra Ibrahim Ridho Ilahi. 2017, "*Faktor Yang Mempengaruhi Pelanggaran Disiplin Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling*," Jurnal Education Jurnal Pendidikan Indonesia
- Syah, Muhibin. 2006, *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Tohirin. 2013, *Bimbingan Dan Konseling Disekolah Dan Madrasah (Berbasis Integritas)*, Jakarta : Rajawali pers
- Trisnawati, Dwi, Destya. 2013, "*Membangun Disiplin Dan Tanggung Jawab Siswa SMA Khadijah Surabaya Melalui Implementasi Tata Tertib Sekolah*," *Jurnal Kajian Moral Dan Kewarnegaraan*
- Wicaksoni, Galih. 2013, "*Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikadi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya*," Skripsi
- Widiharto, Argo. 2003, "*Peningkatan Disiplin Siswa Dengan Layanan Informasi Media Film*" Skripsi

Amri, Sofan. 2013. *Pengembangan dan Model Pembelajaran dalam Kurikulum*. Jakarta: PT. Prestasi Pustakaraya

Indraningsih Putu, Ni Luh dkk. “*Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar*”.(online),: Tersedia di <http://ejournal.ac.id/index.php/JJBK/artile/view/772/645>

Smith Bin, Mardiana. “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar di SMA 1 Antigola Kabupaten Gorontalo.*”*Jurnal Universitas Negeri Gorontalo* (On-line),Tersedia di: <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/JPP/article/>

Artha, Juri “*Pengertian Manajemen Waktu*” (On-line),: tersedia di: [www.academia.edu/9778890.com/Pengertian-Manajemen-Waktu.Html](http://www.academia.edu/9778890.com/Pengertian-Manajemen-Waktu.Html)



