

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM  
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS  
PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI  
SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

**SKRIPSI**

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

Oleh :

**DWI PUTRI RAHAYU**

**1911080294**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1445 H/2024 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM  
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS  
PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI  
SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

**SKRIPSI**

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

Oleh :

**DWI PUTRI RAHAYU**

**1911080294**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**PEMBIMBING I : Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A.**

**PEMBIMBING II : Defriyanto, S.I.Q.,M.Ed**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1445 H/2024 M**

## ABSTRAK

Peserta didik merupakan kelompok sasaran yang terlibat langsung dalam pendidikan melalui proses pembelajaran. Namun jika dilihat apa yang terjadi di lapangan saat ini, terdapat suatu hal yang berbeda. Salah satu unsur utama kegiatan belajar mengajar seringkali tidak ada. Salah satu contoh dari jenis masalah ini adalah perilaku peserta didik yang membolos. Saat ini masih banyak peserta didik yang tidak hadir pada jam sekolah untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah saat jam pelajaran. Perilaku membolos merupakan perilaku meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa mendapatkan izin dari sekolah yang dapat disebabkan karena faktor sekolah dan lingkungan, rasional yang dikembangkan oleh Bachri Thalib pada tahun 2010. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Apakah Terdapat Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode menggunakan *One-Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 peserta didik kelas X IPS 3 dengan sampel 6 peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih yang berperilaku membolos tinggi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan melakukan pengamatan langsung ke sekolah, absensi, dokumentasi dan wawancara. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* dalam mengurangi perilaku membolos.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa analisis data dengan rata-rata skor perilaku membolos sebelum diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *self management* adalah tinggi dan setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan teknik *self management* menurun menjadi rendah. Dari hasil *uji wilcoxon* menggunakan program SPSS versi 22 dapat diketahui bahwa rata-rata *pretetst* adalah 14,66 dan rata-rata *posttest* adalah 6 dengan batas kritis penelitian 0,05. Hasil *uji wilcoxon* dengan menggunakan program SPSS versi 22 didapatkan Z hitung yaitu - 2.032 dan Ztabel sebesar 1,96 dengan taraf signifikan 0,05 dan

diketahui *asympt. Sig (2-tailed)* sebesar 0,42. Karena nilai -2,032 lebih kecil dari  $<0,05$  dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Sugih berpengaruh secara signifikan. Sehingga layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* berpengaruh dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik kelas X melihat hasil *posttest* yang telah diberikan dalam konseling kelompok dengan teknik *self management*.

**Kata kunci : Konseling kelompok, *self management*, membolos**



## ABSTRACT

*Learners are the target group directly involved in education through the learning process. However, if we look at what is happening in the field today, there is something different. One of the main elements of teaching and learning activities is often absent. One example of this type of problem is the behavior of learners skipping school. Currently, many learners are absent during school hours to participate in teaching and learning activities at school during class hours. Truancy is the behavior of leaving school without permission from the school, which can be caused by school and environmental factors, rationalized by Bachri Thalib in 2010. The purpose of this study is to determine the Influence of Group Counseling Services Using Self Management Techniques in Reducing Truancy Behavior in Grade X Students at SMA Negeri 1 Gunung Sugih.*

*This research adopts a quantitative approach using the One-Group Pretest-Posttest method. The population in this study comprises 30 Grade X IPS 3 learners, with a sample of 6 Grade X learners at SMA Negeri 1 Gunung Sugih exhibiting high truancy behavior. Data collection techniques include direct observation at the school, attendance records, documentation, and interviews. The theory utilized in this research is the theory of group counseling services using self-management techniques to reduce truancy behavior.*

*Based on the research results, it can be concluded that the data analysis shows the average truancy score before receiving treatment, in the form of group counseling with self-management techniques, was high, and after receiving group counseling treatment with self-management techniques, it decreased to a low level. From the Wilcoxon test results using SPSS version 22, it is found that the average pretest score was 14.66 and the average posttest score was 6, with a critical limit of the study set at 0.05. The Wilcoxon test results using SPSS version 22 yielded a calculated Z value of -2.032, and the Z-table value was 1.96 with a significance level of 0.05, and the asymptotic significance (2-tailed) was found to be 0.42. Since the value of -2.032 is less than  $<0.05$ , it can be concluded that the null hypothesis ( $H_0$ ) is rejected, and the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted. Therefore, group counseling with self-management techniques significantly influences reducing truancy behavior among learners at SMA Negeri 1 Gunung Sugih. Thus, group counseling services with self-management techniques have an impact on reducing truancy behavior among Grade X learners at SMA Negeri 1 Gunung*

*Sugih. Consequently, it can be inferred that group counseling services with self-management techniques have an impact on reducing truancy behavior among Grade X learners, as evidenced by the posttest results obtained after group counseling with self-management techniques.*

**Keywords: Group counseling, self-management, truancy**



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dwi Putri Rahayu  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH”** adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusunan sendiri, bukan duplikasi ataupun salinan dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila dilain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 20 Maret 2024

Penulis,



**Dwi Putri Rahayu**  
NPM. 1911080294



**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Bandar Lampung, 35131, Telp. (0721) 704030

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas X Di SMA Negeri 1 Gunung Sugih

**Nama** : Dwi Putri Rahayu  
**NPM** : 1911080294  
**Jurusan** : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
**Fakultas** : Tarbiyah dan Keguruan

**MENYETUJUI**

Telah Di Munaqosyahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A**  
NIP. 195606111988031001

**Defriyanto, S.I.O., M.Ed**  
NIP. 197803192008011012

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Dr. Ali Muradho, M.S.I**  
NIP. 197907012009011014





**KEMENTERIAN AGAMA**

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

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suramin, Bandar Lampung, 35131. Telp. (0721) 704030

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas X Di SMA Negeri 1 Gunung Sugih**. Disusun oleh: **Dwi Putri Rahayu, NPM:1911080294**, Program Studi: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Rabu, 20 Maret 2024**.

**TIM MUNAQOSYAH**

Ketua : **Dr. Laila Maharani, M.Pd**

Sekretaris : **Mega Aria Monica, M.Pd**

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

Penguji Pendamping I : **Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A**

Penguji Pendamping II : **Defriyanto, S.IQ., M.Ed**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

**Prof. Dr. H. Nirva Diana, M.Pd**

NIP. 196408281988032002

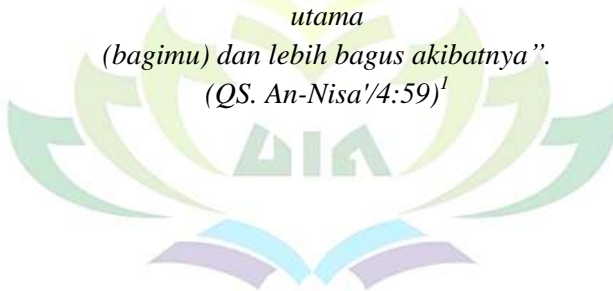


## MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ  
الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا □ ٥٩

### Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman, Taatilah Allah dan Taatilah  
Rasul (Nabi Muhammad) dan  
Ulil Amri (pemegang kekuasaan) di antara kamu. Kemudian, jika  
kamu berbeda pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah kepada  
Allah (Al-Qur'an) dan Rasul (sunahnya), jika kamu  
beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu, lebih  
utama  
(bagimu) dan lebih bagus akibatnya”.  
(QS. An-Nisa'/4:59)<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Usman El-Qurtuby, *AL-Qur'an Hafalan Mudah Al-Hufaz* (Bandung: Cordoba, 2021), 87.

## PERSEMBAHAN

*Bismilillahirrahmanirrahim*, segala puji bagi Allah atas segala rahmat dan karunia-Nya. *alhamdulillah* dengan rasa syukur, do'a, usaha dan keikhlasan, sehingga dalam penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam tak lupa kita sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW yang mana merupakan suri tauladan kita dalam menjalani kehidupan. Dari hati yang terdalam dengan segala kerendahan hati, perasaan haru, rasa syukur dan ucapan terima kasih yang tulus, saya persembahkan karya ini kepada orang-orang yang telah mendukung dan menyemangati saya, sebagai tanda bukti dan cinta kasih yang tulus kepada:

1. Kedua orang tua saya tercinta, Ibu Martini dan Bapak Poniman yang sangat saya cintai dan sayangi, dengan perjuangan yang sepuh hati membesarkan penuh kasih sayang, mendidik dengan tanggung jawab, memberi semangat dan nasihat yang sangat berarti, selalu memanjatkan do'a tiada henti dalam setiap langkah saya hingga akhir hayat. Terima kasih telah berjuang keras dengan kesabaran dan segala pengorbanan yang tidak dapat terbalaskan oleh apapun. Terima kasih atas doa, restu, nasehat, cinta dan kasih sayang serta dukungan moril maupun materil yang engkau berikan. Semoga skripsi ini dapat menjadi salah satu bentuk pengabdian saya yang mampu mengangkat derajat ibu bapak, ungkapan kasih sayang dan sebagai hadiah atas kesungguhan saya dalam belajar untuk membalas jasa ibu dan bapak yang bahkan tidak akan pernah bisa saya balas. Saya sangat beruntung menjadi anak perempuan kalian, memiliki kalian adalah hal terbaik yang pernah saya miliki.
2. Mbaku tersayang Eka Agus Nuryani terima kasih sudah selalu mendo'akan, memberi semangat, dukungan, mengapresiasi pencapaian saya, dan selalu menjadi sosok yang menghibur selama penyelesaian skripsi ini, semoga kita semua menjadi anak yang membanggakan bagi kedua orang tua kita.
3. Almater yang saya banggakan UIN Raden Intan Lampung.

## **RIWAYAT HIDUP**

Dwi Putri Rahayu lahir di Terbanggi Subing, Kecamatan Gunung Sugih, Kabupaten Lampung Tengah, Provinsi Lampung, pada tahun 2001. Peneliti merupakan anak kedua dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Poniman dan Ibu Martini. Peneliti memiliki kakak perempuan bernama Eka Agus Nuryani.

Peneliti pertama kali mengenyam pendidikan formal di SDN 01 Terbanggi Agung, Lampung Tengah pada tahun 2007-2013. Selanjutnya peneliti melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Gunung Sugih, pada tahun 2013-2016. Setelah itu, pada tahun 2016-2019 peneliti melanjutkan pendidikan ke SMA Negeri 1 Gunung Sugih, Lampung Tengah jurusan IPA.

Kemudian peneliti dapat melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi pada tahun 2019 peneliti diterima sebagai mahasiswi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam melalui jalur UM-PTKIN tahun pelajaran 2019/2020. Kegiatan yang pernah peneliti ikuti selama kuliah ialah bergabung dalam UKM Bapinda dan PIK R Sahabat UIN RIL pada tahun 2019-2020.

Peneliti telah mengikuti program kuliah kerja nyata dari rumah (KKN-DR) secara daring pada tahun 2022 di kampung Terbanggi Agung, Kecamatan Gunung Sugih, Kabupaten Lampung Tengah selama 40 hari. Selanjutnya pada tahun yang sama peneliti mengikuti kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di MAS Mathla'ul Anwar selama 40 hari.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikun Warrahmatullahi Wabarakatuh*

*Alhamdulillah* *alamin*, puji syukur kehadiran Allah SWT yang tak henti melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang syafaatnya diharapkan di Yaumul akhir. Skripsi dengan judul **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *self Management* Dalam Mengurangi perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas X Di SMA Negeri 1 Gunung Sugih”** disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S1) pada program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung. Peneliti menyadari bahwa manusia tidak lepas dari kesalahan dan kekeliruan. Hal ini menyadarkan peneliti bahwa tanpa bantuan berbagai pihak tidak dapat diselesaikan dan berjalan dengan baik, maka pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Murtadho, M.S.I selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog selaku sekretaris Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A. selaku Pembimbing I, terima kasih atas keikhlasannya memberikan bimbingan dan rela meluangkan waktu ditengah kesibukannya dalam memberikan masukan, motivasi serta arahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Defriyanto, S.I.Q.,M.Ed selaku Pembimbing II, terima kasih atas keikhlasannya memberikan bimbingan, sabar dan rela meluangkan

waktunya ditengah kesibukannya dalam memberikan masukan, motivasi juga arahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik

6. Bapak/ Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung yang telah ikhlas memberikan ilmu yang tak ternilai harganya kepada peneliti selama menuntut ilmu dibangku perkuliahan.
7. Seluruh Staf Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung, terima kasih telah membantu peneliti dalam melengkapi persyaratan administrasi.
8. Hasanudin, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Gunung Sugih yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian ini. Terima kasih juga kepada Ibu Nada Safira, S.Sos selaku guru Bimbingan dan Konseling yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu dalam mengumpulkan data selama penelitian dan terima kasih kepada seluruh guru BK yang ada di SMA Negeri 1 Gunung Sugih, serta Ibu/ Bapak guru wali kelas dan mapel yang telah menyediakan waktunya untuk membantu dalam pengumpulan data selama penelitian
9. Teristimewa untuk ibu, bapak, mbak, keponakan saya Khaira dan Iriana, serta seluruh keluarga besar ibu maupun bapak yang selalu mendoakan, memberi semangat dan dukungan di dalam setiap langkah saya sampai akhir hayat.
10. *Partner* sekaligus sahabat selama kuliah, Ajeng Retno Windi yang selalu bersama dalam bimbingan dari awal hingga saat ini, yang selalu sabar menunggu untuk bersama, yang tidak pernah lelah mendengarkan keluh kesah, tidak pernah lelah mendo'akan, memberikan support juga semangat selama peneliti menuntut ilmu sedari semester awal hingga dalam proses pengerjaan skripsi ini. Semoga tali silaturahmi kita selalu terjaga, bisa bersahabat hingga jannah-Nya.

11. Teruntuk sahabat dibalik layar selama kuliah Amanah Dwi Lestari dan Desi Puspita yang selalu menemani, mendo'akan, mengapresiasi pencapaianku, memberikan support juga semangat selama peneliti menuntut ilmu sedari semester awal hingga dalam proses pengerjaan skripsi ini. Semoga tali silaturahmi kita selalu terjaga, bisa bersahabat hingga jannah-Nya.
12. Terima kasih juga untuk sahabat sekaligus sepupu saya dan teman ngekost Resi Rasyta Dewi yang selalu memberikan semangat, menghibur setiap harinya dengan cerita-cerita lucunya, dan selalu memberikan bantuan selama ini, semoga persahabatan dan persaudaraan kita tetap terjaga, bisa bersahabat hingga jannah-Nya.
13. Untuk Reni Aprilia, Retno Damayati, Indri Oktarina yang juga teman satu bimbingan terima kasih atas atas kebersamaan dan dukungannya selama ini, semoga silaturahmi kita tetap terjaga dan terjaga serta ilmu yang kita dapat bermanfaat.
14. Terima kasih untuk diriku sendiri, karena sudah mampu berjuang sampai titik ini. Dengan penuh perjuangan dan tangisan, hingga pada akhirnya bisa sampai dengan selesai.
15. Untuk anak-anak didikku di SMA Negeri 1 Gunung Sugih, terima kasih telah membantuku dalam proses penelitian, menghibur hari-hariku, walaupun terkadang sedikit mengesalkan, namun saya sangat menyayangi kalian.
16. Teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2019, khususnya kelas C, terima kasih atas kebersamaan dan dukungannya selama ini, semoga silaturahmi kita tetap terjaga serta ilmu yang kita peroleh dapat bermanfaat, Aamiin yaa Allah.
17. Almater yang kubanggakan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Semoga Allah SWT membalas semua amal kebaikan semua pihak yang telah membantu peneliti menyelesaikan skripsi ini, dan mudahnya skripsi ini dapat bermanfaat dan menjadi berkah bagi peneliti dan semua pihak, Aamiin yaa Rabbal Alamin.

Bandar Lampung, Maret 2024

**Dwi Putri Rahayu**  
**1911080294**





## DAFTAR ISI

	<i>Halaman</i>
<b>ABSTRAK</b> .....	iii
<b>ABSTRACT</b> .....	iv
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	vii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ix
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	x
<b>MOTTO</b> .....	xi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	xii
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	xiii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	xvi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xviii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xxi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xxii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xxiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>A. Penegasan Judul</b> .....	1
<b>B. Latar Belakang Masalah</b> .....	2
<b>C. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah</b> .....	13
<b>D. Rumusan Masalah</b> .....	13
<b>E. Tujuan Penelitian</b> .....	14
<b>F. Manfaat Penelitian</b> .....	14
<b>G. Kajian Penelitian Terdahulu Relevan</b> .....	14
<b>H. Sistematika Kepenulisan</b> .....	19
<b>BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN</b>	
<b>HIPOTESIS</b> .....	21
<b>A. Teori yang digunakan</b> .....	21
1. Layanan Konseling Kelompok .....	21
a. Pengertian Konseling Kelompok .....	21
b. Tujuan Konseling Kelompok .....	23
c. Komponen Konseling Kelompok .....	24
d. Asas-asas Dalam Konseling Kelompok .....	25
e. Tahap-Tahapan Dalam Konseling Kelompok ....	26

2.	Teknik <i>Self Management</i> .....	28
a.	Konsep Dasar <i>Self Management</i> .....	28
b.	Teknik Konseling <i>Self Management</i> .....	29
c.	Tujuan Teknik <i>Self Management</i> .....	30
d.	Manfaat Teknik <i>Self Management</i> .....	31
e.	Tahap-Tahap Pengelolaan Diri ( <i>Self Management</i> ).....	32
f.	Kelemahan dan Kelebihan Teknik <i>Self Management</i> .....	36
3.	Perilaku Membolos .....	36
a.	Pengertin Perilaku Membolos .....	36
b.	Gejala Peserta Didik Yang Membolos .....	37
c.	Faktor-Faktor Penyebab Peserta Didik Membolos .....	38
d.	Dampak Negatif Perilaku Membolos .....	40
e.	Indikator Perilaku Membolos.....	41
<b>B.</b>	<b>Pengajuan Hipotesis.....</b>	<b>42</b>
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>45</b>
<b>A.</b>	<b>Waktu dan Tempat Penelitian .....</b>	<b>45</b>
<b>B.</b>	<b>Pendekatan dan Jenis Penelitian .....</b>	<b>45</b>
<b>C.</b>	<b>Populasi, Sampel dan Teknik Pengumpulan Data .....</b>	<b>48</b>
<b>D.</b>	<b>Definisi Operasional Variabel .....</b>	<b>51</b>
<b>E.</b>	<b>Instrumen Penelitian .....</b>	<b>54</b>
<b>F.</b>	<b>Teknik Pengelolahan Data .....</b>	<b>55</b>
<b>G.</b>	<b>Uji Hipotesis .....</b>	<b>55</b>
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>57</b>
<b>A.</b>	<b>Deskripsi data.....</b>	<b>57</b>
1.	Gambaran Umum Perilaku Membolos .....	57
2.	Pelaksanaan Konseling Kelompok .....	58
3.	Uji Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Mengurangi Perilaku Membolos .....	78
<b>B.</b>	<b>Hasil Penelitian dan Analisis .....</b>	<b>48</b>
1.	Hasil Penelitian .....	78
2.	Analisis Penelitian.....	81

<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>83</b>
<b>A. Simpulan .....</b>	<b>83</b>
<b>B. Rekomendasi.....</b>	<b>84</b>
<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>92</b>



## DAFTAR TABEL

	<i>Halaman</i>
Tabel 1 Data Membolos Peserta Didik .....	4
Tabel 2 Populasi Penelitian .....	48
Tabel 3 Sampel Penelitian .....	49
Tabel 4 Definisi Operasional.....	52
Tabel 5 Hasil <i>Pretest</i> Kehadiran Per jam Dalam Seminggu .....	58
Tabel 6 Data <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan Gain Skor.....	73
Tabel 7 <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> .....	76
Tabel 8 Test Statistik.....	76



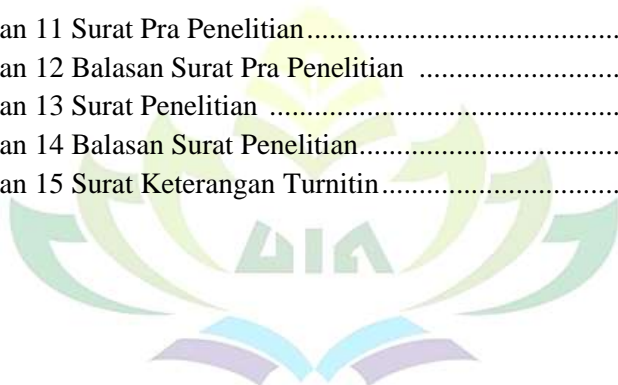
## DAFTAR GAMBAR

	<i>Halaman</i>
Gambar 1 Pola <i>One Group</i> .....	46
Gambar 2 Hubungan Antar Variabel.....	51
Gambar 3 Data <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> , dan Gain Skor .....	74
Gambar 4 Kurvva Hipotesis .....	77



## DAFTAR LAMPIRAN

	<i>Halaman</i>
Lampiran 1 Kisi-Kisi Wawancara dengan Guru BK .....	93
Lampiran 2 Kisi-Kisi Wawancara dengan Peserta Didik .....	94
Lampiran 3 <i>Pre - Test</i> Kehadiran .....	95
Lampiran 4 <i>Post - Test</i> Kehadiran.....	96
Lampiran 5 Absensi .....	97
Lampiran 6 RPL.....	98
Lampiran 7 Wawancara Dengan Guru BK.....	107
Lampiran 8 Pelaksanaan Konseling Kelompok .....	108
Lampiran 9 LKPD.....	110
Lampiran 10 Tabel Z.....	113
Lampiran 11 Surat Pra Penelitian.....	115
Lampiran 12 Balasan Surat Pra Penelitian .....	116
Lampiran 13 Surat Penelitian .....	117
Lampiran 14 Balasan Surat Penelitian.....	118
Lampiran 15 Surat Keterangan Turnitin.....	120



# BAB I PENDAHULUAN

## A. Penegasan Judul

Agar dalam penelitian ini tidak terjadi kesalah pahaman mengenai judul penelitian tentang “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih” maka peneliti perlu menegaskan istilah-istilah yang ada dalam judul tersebut. Adapun penegasan judul sebagai berikut:

### 1. Pengaruh

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang.<sup>1</sup> Menurut Badudu dan Zain Pengaruh adalah daya yang menyebabkan sesuatu terjadi, sesuatu yang dapat membentuk atau mengubah sesuatu yang lain dan tunduk atau mengikuti karena kuasa atau kekuasaan orang lain.<sup>2</sup>

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pengaruh merupakan suatu reaksi yang timbul dapat berupa tindakan atau keadaan dari suatu perlakuan akibat dorongan untuk mengubah atau membentuk suatu keadaan ke arah yang berbeda.

### 2. Layanan Konseling kelompok

Konseling kelompok adalah suatu upaya pemberian bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.<sup>3</sup> Konseling kelompok adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok individu guna mengatasi masalah yang relatif sama, sehingga mereka tidak mengalami hambatan untuk mengembangkan segenap potensi yang dimiliki.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup> Pius Abdillah & Danu Prasetya, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia* (Surabaya: Arloka, 2009), 256.

<sup>2</sup> Babadu, J.S dan Zain, *Kampus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 2001), 131.

<sup>3</sup> Agus Sukirno, *Teori Teknik Konseling* (Serang: A-Empat, 2015), 87.

<sup>4</sup> Hibana S. Rahman, *Bimbingan & Konseling Pola 17* (Yogyakarta: UCY Press 2 Yogyakarta, 2003), 64.

### 3. Teknik *Self Management*

Menurut Cormier & Cormier dalam Mochamad Nursalim, *self management* adalah suatu strategi pengubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik *terapeutik*.<sup>5</sup> *Self management* merupakan salah satu teknik dalam mengubah perilaku seseorang yang sebelumnya maladaptif menjadi perilaku adaptif, sehingga peserta didik mampu mengelola, mengontrol, dan memandirikan dirinya sendiri

### 4. Membolos

Menurut Gunarsa membolos dapat diartikan tidak masuk sekolah tanpa keterangan, tidak masuk ke sekolah selama beberapa hari, dari rumah berangkat tapi tidak sampai ke sekolah, dan meninggalkan sekolah pada jam saat pelajaran berlangsung.<sup>6</sup>

### 5. SMA Negeri 1 Gunung Sugih

SMA Negeri 1 Gunung Sugih adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMA, yang beralamatkan di JL. Jenderal Sudirman, Gunung Sugih Raya, Kecamatan Gunung Sugih, Kabupaten Lampung Tengah, Lampung, dengan kode pos 34161. Memiliki akreditasi A, berdasarkan sertifikat 968/BAN-SM/SK/2019.

## B. Latar Belakang Masalah

Sekolah adalah bagian dari pendidikan tempat kegiatan belajar mengajar dilakukan, ilmu pengetahuan diberikan dan dikembangkan untuk peserta didik. Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan utama dalam pendidikan di sekolah. Segala sesuatu yang telah dibuat akan dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar. Proses belajar mengajar juga merupakan proses penyampaian ilmu pengetahuan kepada peserta didik.

---

<sup>5</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), 149.

<sup>6</sup> Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga* (Jakarta: Gunung Mulia, 2006), 79.



Peserta didik merupakan kelompok sasaran yang terlibat langsung dalam pendidikan melalui proses pembelajaran. Oleh karena itu, dalam proses pembelajaran peserta didik diharapkan dapat mengenali dan mengembangkan potensi dirinya, serta guru dan peserta didik diharapkan melakukan kegiatan belajar mengajar. Ketika kedua komponen tersebut ada, maka proses belajar mengajar dapat berlangsung. Jika ada komponen yang tidak ada maka proses belajar mengajar tidak akan terjadi. Akibatnya proses penyampaian ilmu kepada peserta didik menjadi tidak terjadi secara efektif.<sup>7</sup>

Dari perspektif tersebut dapat dilihat bahwa keberadaan komponen utama dalam proses kegiatan belajar mengajar sangatlah penting. Namun jika dilihat apa yang terjadi di lapangan saat ini, terdapat suatu hal yang berbeda. Salah satu unsur utama kegiatan belajar mengajar seringkali tidak ada. Salah satu contoh dari jenis masalah ini adalah perilaku peserta didik yang membolos. Saat ini masih banyak peserta didik yang tidak hadir pada jam sekolah untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah saat jam pelajaran.

Menurut Gunarsa membolos dapat diartikan tidak masuk sekolah tanpa keterangan, tidak masuk ke sekolah selama beberapa hari, dari rumah berangkat tapi tidak sampai ke sekolah, dan meninggalkan sekolah pada saat pelajaran sedang berlangsung.<sup>8</sup> Sering kali kita mendapati anak-anak sekolah yang masih berseragam berkeliaran di luar sekolah pada jam sekolah. Jika zaman dahulu mungkin hanya sebatas anak laki-laki saja yang melakukan atau melestarikan kebudayaan ini, namun akhir-akhir ini tidak jarang kita temukan anak perempuan yang membolos dijam sekolah sendiri dengan sesama teman atau membolos sendiri. Perilaku demikian dapat dipengaruhi oleh lingkungan.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Aam Amaliyah and Azwar Rahmat, "Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan," *Attadib: Journal of Elementary Education* 5, no. 1 (2021): 28.

<sup>8</sup> Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga* (Jakarta: Gunung Mulia, 2006), 79.

<sup>9</sup> Mustaqim dan Abdul Wahid, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), 127.

Perilaku membolos sebenarnya bukan merupakan hal yang baru lagi bagi kalangan pelajar, setidaknya mereka yang pernah duduk di dunia pendidikan, sebab perilaku membolos itu sendiri telah ada sejak dulu. Tidak hanya di kota-kota besar saja peserta didik yang terlihat sering membolos, bahkan di daerah-daerah pun perilaku membolos sudah menjadi kebiasaan. Peserta didik yang sering membolos ini sangat bervariasi, ada yang bolos hampir setiap hari, ada yang bolos sekali-kali dan ada pula yang membolos hanya pada hari-hari tertentu saja, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang bolos sekolah ialah peserta didik yang dengan sengaja tidak masuk sekolah dengan alasan-alasan tertentu. Peran guru bimbingan konseling sangat diperlukan untuk membantu, memahami, dan menyelesaikan permasalahan membolos peserta didik.

Menurut Prayitno dan Amti, indikator atau ciri-ciri perilaku membolos peserta didik yaitu:

1. Berhari-hari tidak masuk sekolah
2. Tidak masuk sekolah tanpa izin
3. Sering keluar pada jam pelajaran tertentu
4. Tidak masuk kembali setelah minta izin
5. Masuk sekolah berganti hari
6. Mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi
7. Minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya
8. Mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat
9. Tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat.<sup>10</sup>

Kesalahan perilaku membolos kebanyakan dibebankan kepada peserta didik yang terlibat membolos. Kasus peserta didik yang menjadi beban kesalahan ini adalah sikap yang tidak mendukung, justru akan menambah masalah. Sikap introspeksi diri itu adalah hal yang mendukung untuk menyelesaikan masalah perilaku membolos, unsur-unsur yang ada di sekolah bisa saja menjadi

---

<sup>10</sup> Prayitno dan Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2018), 61.

alasan peserta didik untuk membolos. Perilaku membolos dapat berpengaruh pada prestasi belajar peserta didik sebagaimana dikemukakan oleh Kartono secara akademis peserta didik yang sering membolos akan menanggung resiko kegagalan dalam belajar. Selain itu bagi peserta didik yang gemar membolos dapat terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan, mulai dari kekerasan atau istilah lain adalah tawuran jika perilaku tersebut tetap dan tanpa perhatian khusus oleh guru bimbingan konseling, maka akan berdampak negatif bagi pendidikan saat ini.<sup>11</sup>

Berkaitan dengan kasus peserta didik membolos, di SMA Negeri 1 Gunung Sugih terdapat banyaknya peserta didik yang menimbulkan banyak masalah di sekolah. Masalah yang ada pada peserta didik banyak dan beragam, namun yang sering muncul adalah masalah membolos. Masih banyak peserta didik yang sering membolos atau ketidak hadirannya peserta didik tanpa alasan yang tepat pada saat jam pelajaran.

Peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Sugih memiliki perilaku membolos dengan berbagai macam alasan. Sering terlambat juga menjadi salah satu alasan peserta didik untuk membolos, di SMA Negeri 1 Gunung Sugih khususnya kelas X IPS 3 sebagian besar peserta didik pernah membolos walaupun hanya sekali atau pun sekedar iseng dan ikut-ikutan. Guru bimbingan konseling di SMA Negeri 1 Gunung Sugih mengatakan bahwa hampir setiap kelas ada anak yang membolos dengan berbagai macam alasan. Selain itu, tidak sedikit peserta didik yang meninggalkan jam pelajaran tertentu hanya sekedar ke kantin atau berkumpul di toilet bersama teman-temannya yang lain. Hal ini mendapat perlakuan serius oleh pihak guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut, dengan memanggil peserta didik yang membolos, bahkan meminta keterangan dari orang tua peserta didik.<sup>12</sup> Namun pada kenyataannya peserta didik masih saja mengulangi perilaku membolos tersebut.

---

<sup>11</sup> Kartono, *Bimbingan Bagi Anak dan Remaja Yang Bermasalah* (Jakarta: Rajawali Press, 1991), 78.

<sup>12</sup> *Hasil Data Wawancara* dengan Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Gunung Sugih, tanggal 26 Januari 2023.

Perilaku membolos perlu mendapat perhatian penuh dari berbagai pihak, bukan hanya pihak sekolah tetapi juga orang tua dan teman. Perilaku membolos tidak hanya merugikan peserta didik itu sendiri, namun perilaku membolos bisa menjadi sumber masalah baru. Bila ini tidak segera ditindaklanjuti, orang tua dan guru di sekolah juga ikut menanggung akibat dari perilaku membolos peserta didik. Melihat permasalahan tersebut, maka perlu adanya langkah guna mengentaskan masalah ini. Melalui konseling kelompok dengan teknik *self management* yang sedang diterapkan oleh guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Gunung Sugih, diharapkan peserta didik mampu menghilangkan kebiasaan membolos.

Seperti yang dikemukakan Wrenn sebagaimana dikutip oleh Walgito bahwa dalam proses konseling terlihat adanya suatu masalah yang dialami konseli, yakni orang yang mempunyai masalah yang diselesaikan dalam proses konseling. Konseli perlu mendapatkan pemecahan masalah dan cara pemecahannya harus sesuai dengan keadaan konseling kelompok. Jadi dalam proses konseling ada tujuan langsung yang tertentu yaitu pemecahan masalah yang dihadapi konseli.<sup>13</sup>

Adapun fenomena data awal yang terjadi di lapangan pada saat pra penelitian di SMA Negeri 1 Gunung Sugih yang dilakukan pada tanggal 26 Januari 2023, peneliti mewawancarai guru bimbingan dan konseling, untuk mengetahui peserta didik yang melakukan perilaku membolos. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang diperoleh, guru bimbingan dan konseling memberikan data informasi dari buku absen dan laporan dari guru mata pelajaran bahwa kelas X IPS 3 sebagai kelas di sekolah ini yang peserta didiknya paling sering melakukan perilaku membolos. Kelas X IPS 3 berjumlah 30 peserta didik, yang terdiri dari 17 peserta didik laki-laki dan 13 peserta didik perempuan. Berikut hasil *survey* pra penelitian yang peneliti lakukan melalui wawancara pada 6 peserta didik yang paling sering melakukan

---

<sup>13</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Andi Offset, 2004), 71.

prilaku membolos pada kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Gunung Sugih diperoleh data sebagai berikut :

**Tabel 1**  
**Data Membolos 6 Peserta Didik Kelas X IPS 3 Semester**  
**Genap TP.2022/2023**  
**SMA Negeri 1 Gunung Sugih**

No.	Nama	Kelas	Jumlah Absensi Membolos 1 bulan
1.	DK	X IPS 3	3 kali
2.	ES	X IPS 3	3 kali
3.	MR	X IPS 3	5 kali
4.	RP	X IPS 3	5 kali
5.	RH	X IPS 3	4 kali
6	RO	X IPS 3	4 kali

*Sumber: Dokumentasi absensi Guru BK SMA Negeri 1 Gunung Sugih 26 Januari 2022/2023.<sup>14</sup>*

Menurut guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Gunung Sugih diketahui bahwa enam peserta didik tersebut merupakan peserta yang mempunyai persentase membolos paling tinggi dibanding peserta didik lainnya dan sudah melanggar peraturan sekolah karena melewati batas maksimal tanpa keterangan. Untuk DK terhitung pada bulan januari tidak masuk tanpa izin sebanyak 3 kali karena sering datang terlambat dan ikut teman membolos. Kemudian ES pada bulan januari membolos sebanyak 3 kali, MR pada bulan januari membolos sebanyak 5 kali karena melompat pagar sekolah dengan alasan tidak suka dengan pelajaran matematika karena belum mengerjakan tugas. Berikutnya

---

<sup>14</sup> *Data Survey Pra Penelitian* dengan Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Gunung Sugih, tanggal 26 Januari 2023.

RF pada bulan januari membolos sebanyak 5 kali, RH sebanyak 4 kali dan RO pada bulan januari membolos sebanyak 4 kali karena datang terlambat dan belum mengerjakan tugas. Perilaku membolos yang dilakukan oleh DK, ES, MR, RF, RH, dan RO rata-rata dilakukan karena keenam peserta didik sering datang terlambat kesekolah, terpengaruh ajakan teman dan tidak mengerjakan tugas rumah. Karena takut untuk dihukum sering kali peserta didik memutuskan untuk membolos

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di sekolah melalui wawancara tersebut perilaku membolos di SMA Negeri 1 Gunung Sugih banyak terjadi pada 6 peserta didik kelas X IPS 3, dari keterangan guru bimbingan dan konseling di sekolah tersebut penyebab perilaku membolos diantaranya : (1) Pengaruh teman; (2) Sering datang terlambat; (3) Takut masuk karena tidak membuat tugas; (4) Bangun kesiangan; (5) Makan di kantin.<sup>15</sup>

Peserta didik merupakan sasaran yang terlibat langsung dalam pendidikan melalui proses pembelajaran, sehingga melalui proses pembelajaran diharapkan peserta didik mampu mengenal dan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya peserta didik dituntut untuk mampu belajar mengenal diri, mengenal orang lain, belajar mengenal lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu sifat pengendalian diri harus ditumbuh kembangkan pada diri peserta didik, dalam arti bahwa perbuatan peserta didik selalu berada dalam koridor disiplin dan tata tertib sekolah. Dengan demikian akan tumbuh kedisiplinan peserta didik untuk selalu mengikuti setiap peraturan yang berlaku di sekolah.

---

<sup>15</sup> Hasil Pra Penelitian dengan Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Gunung Sugih, tanggal 26 Januari 2023.

Anjuran untuk selalu bersikap disiplin tentunya untuk memberikan kemanfaatan bagi dirinya sendiri kearah hal yang positif, sebab tindakan yang baik dan positif akan membawa kebaikan pula dikehidupan sehari-hari. Melalui sikap disiplin, pribadi akan tumbuh kepekaannya terhadap dirinya ataupun sosial. Tidak hanya itu, diri sendiri akan memiliki kepedulian, dan menumbuhkan ketenangan. Sikap disiplin pula bermanfaat untuk mengajarkan keteraturan sehingga hidup seseorang tersusun dengan teratur dan mampu mengelola waktu.

Disiplin dari perspektif Islam dijelaskan dalam Al-Qur'an yaitu pada surah Al-Asr ayat 1-3 sebagai berikut :

وَالْعَصْرِ ۝ ۱ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝ ۲ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ  
وَتَوَّاصَوْا بِالْحَقِّ ۝ وَتَوَّاصَوْا بِالصَّبْرِ ۝ ۳ (العصر/103: 1-3)

Artinya : *“Demi masa. Sesungguhnya, manusia berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran. “(Q.S. Al-'Asr/30:103)<sup>16</sup>*

Isi kandungan dari surah Al-Asr adalah Allah menjelaskan tidak adanya perbedaan dari status yang dimiliki manusia, karena semua manusia itu merugi. Namun dijelaskan pula bahwa manusia tidak akan merugi apabila manusia tersebut beriman, beramal sholeh, dan saling menasihati baik dalam kebenaran dan kesabaran. Surah ini juga menjadi pengingat manusia agar tidak membuang waktu dengan perbuatan negatif, dan memanfaatkan waktu sebaik mungkin sebab waktu tidak dapat dibeli dan tidak terulang untuk yang kedua kalinya. Hukum sebab akibat dalam disiplin berlaku untuk semua orang terutama diri sendiri. Siapa yang mengerjakan dan menerapkan kedisiplinan dalam kehidupannya maka ia akan memperoleh manfaat dari sikap tersebut, serta sebaliknya siapa yang tidak menerapkan dan mengabaikan sikap disiplin didalam

<sup>16</sup> Usman El-Qurtuby, *AL-Qur'an Hafalan Mudah Al-Hufaz* (Bandung: Cordoba, 2021), 601.

kehidupannya maka ia akan memperoleh dampak yang kurang baik bagi dirinya sendiri.

Dalam Al-Quran yang memerintahkan tentang disiplin juga terdapat pada surah An-Nisa ayat 59 sebagai berikut :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولَى الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِن تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِن كُنتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ  
الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا □  
(النساء/4: 59)

Artinya : “Wahai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nabi Muhammad) serta ululamri (pemegang kekuasaan) di antara kamu. Jika kamu berbeda pendapat tentang sesuatu, kembalikanlah kepada Allah (Al-Qur’an) dan Rasul (sunahnya) jika kamu beriman kepada Allah dan hari Akhir. Yang demikian itu lebih baik (bagimu) dan lebih bagus akibatnya (di dunia dan di akhirat)”. (O.S.An-Nisa'/4:59)<sup>17</sup>

Berdasarkan surah An-Nisa telah dijelaskan bahwa kedisiplinan bukan hanya tentang waktu, tetapi juga kedisiplinan dan ketaatan kepada pimpinan serta ketaatan terhadap peraturan yang berlaku. Mengikuti perintah-Nya dan jauhi semua larangan-Nya. Apabila terjadi perselisihan di masa depan, keputusan diserahkan kepada-Nya yang memiliki penilaian terbaik.

Secara garis besar dapat dikemukakan bahwa mematuhi semua peraturan yang berlaku di sekolah merupakan suatu kewajiban bagi peserta didik. Bahwa penting bagi peserta didik agar mengetahui pada dasarnya pendidikan di sekolah ini lah proses transfer dan transformasi ilmu pengetahuan dapat diberikan kepada peserta didik.

Peran guru BK yang sudah dilakukan dalam perilaku membolos peserta didik sangatlah penting. Sebagai sarana untuk mencari solusi, tetapi peran guru BK belum optimal. Untuk mencapai

---

<sup>17</sup> Usman El-Qurtuby, *AL-Qur`an Hafalan Mudah Al-Hufaz* (Bandung: Cordoba, 2021), 87.



perkembangan yang optimal diperlukan pendekatan secara kelompok. Adapun upaya guru BK yang telah dilakukan dengan memberikan layanan konseling kelompok agar peserta didik memahami dampak negatif dari perilaku membolos secara berkelompok agar terpecahkannya masalah perilaku membolos secara bersama.

Dalam bimbingan dan konseling, jenis layanan yang dapat digunakan untuk mengurangi perilaku membolos salah satunya ialah konseling kelompok, karena konseling kelompok memberikan kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, konflik dan merealisasikan bahwa mereka senang berbagi perhatian dalam kelompok. Menurut Prayitno layanan konseling kelompok merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap seorang peserta didik dalam rangka pengentasan masalah pribadi peserta didik dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi secara langsung antara peserta didik dan konselor dalam rangka membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami peserta didik.<sup>18</sup> Anitiara menyatakan perilaku membolos di sekolah berkurang setelah diberikan layanan konseling kelompok.<sup>19</sup> Hal ini ditunjukkan dengan adanya perubahan perilaku siswa pada setiap pertemuan konseling kelompok yang telah mengarah pada berkurangnya perilaku membolos siswa di sekolah yang terlihat lebih baik dari sebelumnya.

Salah satu teknik yang dapat digunakan dalam konseling kelompok adalah teknik *self management*. Menurut Cormier & Cormier dalam Mochamad Nursalim, *self management* adalah suatu strategi pengubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik.<sup>20</sup> Menurut Stewart dan Lewis *self*

---

<sup>18</sup> Prayitno. *Layanan Konseling Perorangan* Padang (Universitas Negeri Padang: Press, 2004), 1.

<sup>19</sup> Anitiara, *Pengurangan Prilaku Membolos Di Sekolah Dengan Menggunakan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kota Bumi* (Skripsi. 2016), 72.

<sup>20</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), 149.

*management* merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya, yaitu kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah meskipun upaya-upaya itu sulit.<sup>21</sup> *Self management* diartikan oleh suwardani, dkk dalam penelitian Halimatus Sa'diyah bahwa *self management* adalah salahsatu teknik untuk menata perilaku seseorang tujuannya untuk mengarahkan, dapat mengelola diri mencapai kemandirian dan hidup produktif. Berdasarkan berbagai pendapat diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa teknik *Self Management* adalah salah satu teknik mengatur, mengelola, mengontrol, mentarget dan mengevaluasi sebuah perilaku seseorang dari yang kurang baik menjadi baik hingga konsisten terhadap perilaku baru yang telah diubah.

Melihat dari kegunaan serta tujuan konseling kelompok dan teknik *self manajement* tersebut, maka diharapkan dapat mengurangi perilaku membolos pada peserta didik di sekolah. Karena setiap peserta didik yang membolos memiliki latar belakang atau penyebab yang berbeda-beda, maka perlu adanya penelitian mendetail dan intensif tentang pendekatan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengatasi masalah perilaku membolos tersebut.

Berdasarkan hasil jurnal penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh A Maliyah, Hamzah dan Farial tentang Layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku membolos di SMP Negeri 29 Banjar Masin Tahun Ajaran 2017/2018 menyatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dapat mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 Banjamasin.<sup>22</sup>

Berdasarkan uraian dari latar belakang tersebut yang telah dijumpai di lapangan terkait perilaku membolos pada peserta didik, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait mengatasi peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Sugih,

---

<sup>21</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi & Inventori Konseling* (Jakarta Barat: 2013), 150.

<sup>22</sup> Amaliyah Amaliyah, Hamzah Hamzah, and Farial Farial, "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos Di Smpn 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018," *Jurnal Mahasiswa Bk an-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia* 4, no. 1 (2018): 1.

dengan judul “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih”

### **C. Identifikasi dan Batasan Masalah**

#### **1. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang muncul terkait “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih”. Permasalahan tersebut antara lain dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a. Terdapat 6 peserta didik dari 30 peserta didik yang melakukan perilaku membolos.
- b. Terdapat 5 peserta didik yang melakukan perilaku membolos karena tidak suka dengan guru mata pelajaran.
- c. Terdapat 6 peserta didik yang melakukan perilaku membolos karena tidak masuk sekolah tanpa izin.
- d. Terdapat 4 peserta didik yang melakukan perilaku membolos karena kesibangan.
- e. Terdapat 4 peserta didik yang melakukan perilaku membolos karena ajakan dari teman.

#### **2. Batasan Masalah**

Agar masalah ini dapat dikaji dan tidak menyimpang terlalu jauh dan berdasarkan identifikasi masalah serta terbatasnya waktu dan pengetahuan yang dimiliki, dalam penelitian ini membatasi permasalahan tentang pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik

*Self Management* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih?"

### **E. Tujuan Masalah**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

### **F. Manfaat Penelitian**

#### 1. Secara Teoris

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan baru dan memberikan masukan yang positif bagi ilmu bimbingan dan konseling, khususnya layanan konseling kelompok dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik dan sebagai bahan kepustakaan peneliti lain.

#### 2. Secara Praktis

- a. Bagi peserta didik SMA Negeri 1 Gunung Sugih, agar tidak membolos lagi dan mengikuti aturan yang ada di sekolah.
- b. Bagi Guru bimbingan dan konseling dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* sehingga dapat membantu mengurangi masalah perilaku membolos peserta didik
- c. Bagi penulis diharapkan dapat menambah pengetahuan sebagai bekal untuk menjadi seorang guru/konselor yang profesional dalam mengatasi masalah perilaku membolos peserta didik.

### **G. Kajian Penelitian Terdahulu Relevan**

1. Tesis oleh Fitri Ayu Lestari tahun 2019. Universitas Negeri Yogyakarta dengan judul "Pengurangan Perilaku Membolos di Sekolah dengan Menggunakan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Teknik *Self Management* pada Siswa SMPN 14 Kota Tasikmalaya".

Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi perilaku membolos dengan menggunakan teknik *self management* pada siswa SMPN 14 Kota Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* (CAR), yang dilaksanakan dalam tiga siklus menggunakan model *Kemmis* dan *Taggart*. Setiap siklusnya terdiri atas empat tahap, yaitu perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *behavior* teknik *self management* dapat mengurangi perilaku membolos siswa kelas VIII dan kelas IX SMPN 14 Kota Tasikmalaya. Peningkatan ini telah dibuktikan melalui penelitian pada setiap kelompok, yaitu: (1) pada kelompok A, jumlah subjek yang mengalami perubahan di siklus I yaitu 0%, dan mengalami peningkatan di siklus II menjadi 60%, dan mengalami peningkatan di siklus III yaitu sebanyak 80%. (2) pada kelompok B jumlah subjek yang mengalami perubahan di siklus I yaitu sebanyak 40%, siklus II sebanyak 60%, dan mengalami peningkatan di siklus III yaitu sebanyak 80%. Hasil tersebut juga diperkuat melalui observasi yang menunjukkan bahwa peserta didik telah mampu datang ke sekolah tepat waktu, bersikap disiplin dan mengikuti pelajaran di sekolah dengan baik. Dari hasil wawancara, peserta didik mengaku bahwa kegiatan konseling kelompok dapat mengurangi perilaku membolos siswa dan siswa juga merasa terbantu dalam memecahkan masalah.<sup>23</sup>

Persamaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mendapatkan data. Perbedaan antara uraian di atas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu pada metode penelitiannya, yaitu pada penelitian tesis di atas menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) atau

---

<sup>23</sup> Fitri Ayu Lestari, "Pengurangan Perilaku Membolos di Sekolah dengan Menggunakan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Teknik *Self management* pada Siswa SMPN 14 Kota Tasikmalaya" (2019).

*Classroom Action Research* (CAR), sedangkan penulis menggunakan metode penelitian *Pre-Experimental Design*.

2. Tesis oleh Yeny Sukma Dian Puspitaasari tahun 2018. Universitas Negeri Semarang dengan judul “Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi objektif kemandirian belajar siswa di SMP N 1 Balerejo Kab. Madiun, mengetahui tingkat keefektifan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa di SMP N 1 Balerejo Kab. Madiun. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian *one group posttest design* yaitu terdiri satu kelompok yang mempunyai kemandirian belajar rendah kemudian diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *self management*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemandirian belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *self management* rata-rata mengalami peningkatan kemandirian siswa sehingga konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif meningkatkan kemandirian belajar siswa.<sup>24</sup>

Persamaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mendapatkan data. Perbedaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu pada penelitian tesis di atas membahas tentang meningkatkan kemandirian belajar siswa sedangkan penelitian yang dilakukan penulis membahas tentang mengurangi perilaku membolos.

3. Jurnal oleh Johanes Mardijo tahun 2021. SMA Negeri 15 Surabaya, Indonesia dengan judul “Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Pendekatan Behavior Teknik *Self Management*”.

---

<sup>24</sup> Yeny Sukma Dian Puspitaasari, “Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP” (2018).

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui konseling individual menggunakan pendekatan behavior dengan teknik *self management* dapat mengatasi perilaku membolos pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 15 Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian adalah *pre eksperiment* dengan desain penelitian *one group pre test-post test design*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil *pre test* dan *post test* yang ada menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa kelas X IPS SMA Negeri 15 Surabaya yang mengalami penurunan perilaku membolos setelah dilakukan konseling individual menggunakan pendekatan *behavior* dengan teknik *self management*.<sup>25</sup>

Persamaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mendapatkan data. Perbedaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu pada penelitian tesis di atas menggunakan konseling individual dalam mengatasi perilaku membolos sedangkan penelitian yang dilakukan penulis menggunakan konseling kelompok dalam mengatasi perilaku membolos.

4. Jurnal oleh Zilvia Hanifaturohmah dan Wikan Galuh Widayarto tahun 2022. UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulung Agung, Jawa Timur, Indonesia dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Trenggalek”.

Penelitian ini memiliki tujuan, yaitu untuk mengetahui tingkat perilaku *konsumtif* pada siswa serta pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku *konsumtif* pada siswa kelas XI IPS SMAN 2 Trenggalek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimental murni (*True Experimental Design*) yaitu menggunakan desain penelitian *pre-test-post-test control group design* dengan satu macam

---

<sup>25</sup> Johannes Mardijono, “Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Behavior Teknik Self Management,” *JIRA: Jurnal Inovasi dan Riset Akademik* 2, no. 7 (2021): 941–951.

perlakuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self management* terhadap penurunan perilaku *konsumtif*. Dibuktikan dari kelompok eksperimen yang mendapatkan sebuah perlakuan menunjukkan adanya penurunan pada nilai rata-rata hasil *post-test* perilaku *konsumtif*.<sup>26</sup>

Persamaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mendapatkan data. Perbedaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu pada penelitian tesis di atas membahas tentang mengurangi perilaku *konsumtif* sedangkan penelitian yang dilakukan penulis membahas tentang mengurangi perilaku membolos.

5. Jurnal oleh Rulia Trifena, Iip Istirahayu, dan Slamet Fitriyadi tahun 2020. Program Studi Bimbingan Konseling, STKIP Singkawang dengan judul “Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Di SMP Negeri 1 Trenggalek”.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hasil layanan konseling kelompok dengan tekni *self Management* dalam mengurangi perilaku merokok siswa di SMP Negeri 1 Teriak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *pre eksperimen*, dengan sampel 5 orang siswa yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua subjek penelitian mampu mengurangi perilaku merokoknya atau intensitas merokonya.<sup>27</sup> Persamaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti adalah

---

<sup>26</sup> Zulvia Hanifaturrohman and Wikan Galuh Widyarto, “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Trenggalek The Effect of Group Counseling With Self-Management Techniques To Reduce Consumptive Behavior in Class XI Social Sciences SM,” *Anterior Jurnal* 2, no. 2 (2022): 101 – 113.

<sup>27</sup> Rulia Trifena, Iip Istirahayu, and Slamet Fitriyadi, “Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Smp N 1 Teriak,” *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)* 5, no. 2 (2020): 46.



sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dalam mendapatkan data. Perbedaan antara uraian tesis di atas dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu pada penelitian tesis di atas membahas tentang mengurangi perilaku merokok sedangkan penelitian yang dilakukan penulis membahas tentang mengurangi perilaku membolos.

## **H. Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan ini dapat dikemukakan dalam penjelasan dari Bab I, Bab II, Bab III, Bab IV dan Bab V sebagai berikut :

### **1. Bab I Pendahuluan**

Pada bab awal ini peneliti menjabarkan mengenai penegasan judul, latar belakang, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka berfikir, hipotesis, kajian penelitian terdahulu yang relevan, dan sistematika penulisan.

### **2. Bab II Landasan Teori dan Pengajuan Hipotesis**

Bab ini memaparkan landasan teori yang dipakai sebagai acuan penyusunan penelitian, sebagai landasan penelitian dan kajian teori meliputi: layanan konseling kelompok, *self management* dan perilaku membolos.

### **3. Bab III Metode Penelitian**

Bab ini membahas tentang jenis penelitian, desain penelitian, tempat, waktu penelitian, dan subjek penelitian, teknik pengumpulan data, perilaku sasaran target *behavior*, definisi operasional variable, instrument penelitian, teknik analisis data.

### **4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Bab ini membahas tentang deskripsi pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, analisa data, pembahasan analisis data yang telah diteliti, kemudian membahas tentang data-data yang sudah dikumpulkan saat wawancara, observasi dan dokumentasi saat penelitian dan menjabarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan.

## 5. Bab V Penutup

Bab ini berisi tentang kesimpulan yang diperoleh peneliti dari pengolahan data dan temuan yang sudah dipaparkan oleh peneliti dan berisi rekomendasi dimana peneliti memberikan rekomendasi atau saran kepada pihak terkait yang diharapkan saran tersebut dapat membantu.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Teori Yang Digunakan

##### 1. Layanan Konseling Kelompok

###### a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah suatu upaya pemberian bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.<sup>28</sup> Konseling kelompok adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok individu guna mengatasi masalah yang relatif sama, sehingga mereka tidak mengalami hambatan untuk mengembangkan segenap potensi yang dimiliki.<sup>29</sup>

Prayitno menjelaskan bahwa konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan kelainan memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, Masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.<sup>30</sup>

Rusmana, N menyatakan bahwa konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada individu (*konseli*) yang dilakukan dalam suasana kelompok, bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya.<sup>31</sup>

Nurihsan J, A. menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran, serta perilaku yang sadar dan melibatkan

---

<sup>28</sup> Agus Sukirno, *Teori Teknik Konseling* (Serang: A-Empat, 2015), 87.

<sup>29</sup> Hibana S. Rahman, *Bimbingan & Konseling Pola 17* (Yogyakarta: UCY Press 2 Yogyakarta, 2003), 64.

<sup>30</sup> Dina Hajja Ristianti dan Irwan Fathurrochman, *Penilaian Konseling Kelompok* (Jakarta: Deepublish, 2020), 10.

<sup>31</sup> Rusmana, *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah. (Metode, Teknik dan Aplikasi)*. (Bandung: Rizqi Press, 2009), 29.

fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling memedulikan diantara para peserta konseling kelompok.<sup>32</sup>

Sedangkan menurut pendapat Supriatna, bahwa konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.<sup>33</sup>

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyuluhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dan perkembangan dan pertumbuhannya.<sup>34</sup> Menurut Winkel & Hastti konseling kelompok merupakan bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang sekaligus yang tergabung dalam satu kelompok kecil.<sup>35</sup>

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan pemberian bantuan kepada individu yang dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan bantuan konselor sebagai pemimpin kelompok yang memiliki tujuan bersama agar individu tersebut dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi dan mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya. Melalui konseling kelompok ini peserta didik dapat mengemukakan dengan lugas masalah yang dihadapinya terutama masalah

---

<sup>32</sup> Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling. (Edisi Revisi)* (Bandung: PT. Refika Aditama, 2012), 22.

<sup>33</sup> Esty Aryani Safithry and Niky Anita, "Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik," *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 4, no. 2 (2019): 33–41.

<sup>34</sup> Rifda El Fiah, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Idea Press, 2015), 111.

<sup>35</sup> Amaliyah, Hamzah, and Farial, "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos Di Smpn 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018."

membolos. Selain itu juga melalui konseling kelompok ini peserta didik agar mampu untuk melatih diri berbicara di depan umum.

#### **b. Tujuan Konseling Kelompok**

Menurut Prayitno secara khusus fokus 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 lain yang menjadi peserta layanan.<sup>36</sup>

Tujuan layanan konseling kelompok menurut Dewa Ketut Sukardi yaitu :

- 1) Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.
- 2) Melatih anggota kelompok agar dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
- 3) Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok.
- 4) Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.<sup>37</sup>

Dalam konseling kelompok terdapat dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum konseling kelompok bertujuan untuk membantu para peserta didik yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan maupun yang menyedihkan. Secara khusus konseling kelompok bertujuan untuk:

---

<sup>36</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2007), 174.

<sup>37</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2002), 49-50.

- 1) Melatih peserta didik untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya.
- 2) Melatih peserta didik dapat bersikap terbuka di dalam kelompok.
- 3) Melatih peserta didik untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya.
- 4) Melatih peserta didik untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok.
- 5) Melatih peserta didik untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain.
- 6) Melatih peserta didik memperoleh keterampilan sosial.
- 7) Membantu peserta didik mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.<sup>38</sup>

Jadi dapat disimpulkan tujuan konseling kelompok adalah melatih pengembangan potensi, melatih komunikasi dan cara bersosialisasi dengan orang lain, serta mampu mengentaskan masalah-masalah yang dialami anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

### c. **Komponen Konseling Kelompok**

Konseling Kelompok terdapat tiga komponen yang berperan yaitu pemimpin kelompok, peserta atau anggota kelompok dan dinamika kelompok.

- 1) **Pemimpin kelompok**  
Pemimpin kelompok adalah komponen yang penting dalam konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja sebagai mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut.
- 2) **Anggota kelompok**  
Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam suatu kelompok, karena tanpa adanya anggota kelompok itu tidak bisa dikatakan suatu kelompok.

---

<sup>38</sup> Prayitno & Erman Amti, *Dasar-dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta: PT RinekaCipta, 2014), 108.

3) Dinamika kelompok

Dinamika kelompok dalam kegiatan konseling kelompok dinamika kelompok haruslah ditumbuh kembangkan karena dinamika kelompok adalah interaksi interpersonal yang ditandai dengan semangat kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan untuk mencapai tujuan kelompok.<sup>39</sup>

**d. Asas-asas Dalam Konseling Kelompok**

Menurut Prayitno dalam konseling kelompok asas yang dipakai adalah :

1) Asas Kerahasiaan

Menuntut dirahasiakannya semua data dan keterangan mengenai konseli yang menjadi sasaran layanan bimbingan dan konseling.

2) Asas Kesukarelaan

Sebagai aktifitas layanan yang bersifat membantu kegiatan bimbingan dan konseling bukanlah merupakan suatu paksaan. Dengan adanya kesukaan dan kerelaan konseli dan konselor untuk menjalani proses konseling maka antara konseli dan konselor akan terjalin kerjasama yang demokratis.

3) Asas Keterbukaan

Merupakan asas bimbingan dan konseling yang menginginkan konseli dalam proses konseling bersifat terbuka dan menjauhi kepura-puraan, terutama dalam memberi keterangan ataupun menerima informasi dari luar yang bermanfaat untuk proses konseling.

4) Asas Kegiatan

Asas ini menghendaki agar konseli tidak pasif tapi berpartisipasi aktif dalam proses konseling, dalam hal ini konselor hendaknya berupaya mendorong konseli

---

<sup>39</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta, Rineka Cipta, 2009), 10.

untuk aktif dan partisipatif dalam setiap sesi konseling yang dilaksanakan.<sup>40</sup>

**e. Tahap-Tahapan Dalam Konseling Kelompok**

Layanan konseling kelompok terdiri dari beberapa tahapan. Terdapat beberapa istilah yang berbeda dari beberapa ahli tentang konseling kelompok akan tetapi intinya tetap sama. Adapun tahapan konseling kelompok menurut Prayitno yaitu :

1) Tahap I Pembentukan

Pada tahap ini pada umumnya dilakukan dalam upaya pembentukan *rapport* atau hubungan baik yang digunakan untuk menciptakan dinamika kelompok sehingga bimbingan kelompok akan terlaksana dengan baik.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok menyampaikan hal-hal yang berkaitan dengan layanan bimbingan kelompok. Seperti arti bimbingan kelompok, tujuan, pelaksanaan bimbingan kelompok secara garis besar, dan asas-asas dalam layanan bimbingan kelompok, yang pada akhirnya menjadikan peserta didik dapat memahami dan dinamika kelompok dapat terbentuk.

2) Tahap II Peralihan

Adapun yang dilaksanakan dalam tahap ini yaitu: 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya; 2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya; 3) membahas suasana yang terjadi; 4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota; 5) Bila perlu kembali kepada beberapa aspek tahap pertama

---

<sup>40</sup> Rifda El Fiah, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Idea Press, 2015), 44-45.



### 3) Tahap III Kegiatan

Tahap ini ada berbagai kegiatan yang harus dilaksanakan, yaitu:

- a) Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah pribadinya.
- b) Menetapkan masalah atau topik yang akan dibahas terlebih dahulu
- c) Anggota membahas masing-masing permasalahan secara mendalam dan tuntas.
- d) Kegiatan selingan.

### 4) Tahap IV Pengakhiran

Pada tahap ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir. Meminta kepada para anggota kelompok untuk mengemukakan perasaan tentang kegiatan yang telah dijalani, serta membahas kegiatan selanjutnya. Dalam tahap ini pemimpin kelompok mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka memberikan pernyataan dan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota, memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut dan rasa dengan penuh persahabatan.

### 5) Pasca-Konseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya konselor menetapkan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi bahkan sangat diperlukan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir. Konselor dapat menyusun rencana baru atau melakukan perbaikan pada rencana yang telah dibuat sebelumnya. Atau dapat melakukan perbaikan terhadap cara pelaksanaannya. Adapun hasil dari proses konseling kelompok yang telah dilakukan seyogyanya dapat memberikan peningkatan pada seluruh anggota kelompok. Karena inilah inti dari konseling kelompok yaitu untuk mencapai tujuan bersama.<sup>41</sup>

---

<sup>41</sup> Djali, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), 130.

## 2. Teknik *Self Management*

### a. Konsep Dasar *Self Management*

Menurut Cormier & Cormier dalam Mochamad Nursalim, *self management* adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik.<sup>42</sup> *Self management* merupakan salah satu teknik dalam mengubah perilaku seseorang yang sebelumnya maladaptif menjadi perilaku adaptif, sehingga peserta didik mampu mengelola, mengontrol, dan memandirikan dirinya sendiri

Menurut Komalasari, Wahyuni, dan Karsih pengelolaan diri (*self manajement*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.<sup>43</sup> Menurut Stewart dan Lewis (1986) *self management* merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya, yaitu kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah meskipun upaya-upaya itu sulit.<sup>44</sup> Pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur prilakunya sendiri.<sup>45</sup> Istilah *self management* mengacu pada harapan agar konseli dapat lebih aktif dalam proses terapi.

Gagasan pokok dari penilaian *self management* adalah bahwa perubahan bisa dihadirkan dengan mengajar orang dalam menggunakan keterampilan menangani situasi bermasalah dalam program *self management* ini peserta didik mengambil keputusan dengan hal-hal yang berhubungan dengan perilaku khusus yang ingin dikendalikan atau dirubah. Corey

---

<sup>42</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi Dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), 149.

<sup>43</sup> Komalasari, Wahyuni & Karsih., *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta Barat: Indeks, 2011), 180.

<sup>44</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi & Inventori Konseling* (Jakarta Barat: 2013), 150.

<sup>45</sup> Gantina Komalasari & Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konselin g*(Jakarta: Indeks, 2011), 180.

menyatakan bahwa seringkali peserta didik menemukan bahwa alasan utama dari ketidak berhasilnya mencapai sasaran adalah ketidak dimilikinya keterampilan. Dalam kawasan seperti itu pendekatan pengarahan diri sendiri bisa memberikan garis besar sehingga didapat perubahan dan sebuah rencana yang akan membawa ke perubahan.<sup>46</sup>

## **b. Teknik Konseling *Self Management***

Konseling merupakan suatu proses komunikasi bantuan yang penting, diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana konselor melakukan intervensi kepada konseli. Dengan demikian, konseling memerlukan ketrampilan (*skil*) pada pelaksanaannya.<sup>47</sup> Menurut Gunarsa *self management* mencakup pemantauan diri (*self monitoring*), reinforcement yang positif (*self reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).

### 1) Pemantauan Diri (*self monitoring*)

Adalah dalam bentuk proses peserta didik yang mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dengan pemantauan diri ini biasanya peserta didik mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi.

### 2) *Rein forcemen* yang positif (*self reward*)

Digunakan untuk membantu peserta didik mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Hasil yang diperoleh dari diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Dasar

---

<sup>46</sup> Corey dan Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi vol.4*, Translate by Mulyarto (Semarang: IKIP Semarang Pers,1995), 25.

<sup>47</sup> Applied Mathematics, "Application of Group Counseling in Effort to Reduce Academic Procrastination for Senior High School / Vocational High School : A Systematic Literature Review (SLR)" 5, no. Snip 2021 (2016): 1–23.

pendapat teknik ini yaitu bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri paralel dengan ganjaran yang dia diadministrasikan dari luar. Untuk kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.

3) Perjanjian atau kontrak dengan diri sendiri (*self contracting*)

Ada beberapa langkah dalam *self contracting* ini yaitu :

- a) Peserta didik membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya
- b) Peserta didik meyakini semua yang ingin diubahnya
- c) Peserta didik bekerja sama dengan teman/keluarga program *self managementnya*
- d) Peserta didik akan menanggung resiko dengan program *self management* yang dilakukannya
- e) Pada dasarnya semua yang peserta didik harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk peserta didik itu sendiri
- f) Peserta didik menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses *self management*.

4) Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*).

Teknik *self Management* ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau *antecedent* atau respon tertentu.<sup>48</sup>

**c. Tujuan Teknik Self Management**

Tujuan dari teknik *self management* yaitu agar peserta didik secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku mereka yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah

---

<sup>48</sup> Gunarsa, Singgih, *Psikologi Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1989), 225.

timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikendaki. Dalam arti peserta didik mengatur pikiran, perasaan, dan perbuatan mereka sehingga mengacu pada penghindaran terhadap hal-hal yang buruk peningkatan ada hal-hal yang baik dan benar.

Menurut Sukadji masalah-masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik pengelolaan diri (*self management*) diantaranya adalah :

- 1) Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
- 2) Perilaku yang muncul tanpa di prediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif.
- 3) Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri.
- 4) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli.<sup>49</sup>

Dalam proses konseling, konselor dan konseli secara bersama-sama menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuannya, begitu juga sebaliknya konseli juga harus berperan aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *self management* berakhir diharapkan peserta didik mampu mengelola pikiran, perasaan, dan tingkah laku yang ingin dicapainya, serta mampu menghasilkan keterampilan belajar yang baru yang sesuai dengan yang diharapkan dapat mempertahankan keterampilan tersebut diluar dari proses konseling *self management* ini, serta perubahan yang tepat dan mantap dan menetap sesuai dengan prosedur yang tepat.

#### **d. Manfaat Teknik *Self Management***

Pengelolaan diri atau *self management* membantu peserta didik agar dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka tidak

---

<sup>49</sup> Gantina Komalasari & Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik. Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011), 181.

kehendaki serta mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri. Menurut Ratna terdapat beberapa manfaat teknik *self management* antara lain:

- 1) Membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan menurut perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal.
- 2) Dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain.
- 3) Dengan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada individu maka dia akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan lebih tahan lama.<sup>50</sup>

Dari pendapat diatas, disimpulkan bahwa manfaat *self-management* diantaranya individu dapat memperkuat kemampuan kontrol diri dan regulasi diri. Selain itu, tehnik *self-management* dapat membantu individu untuk dapat mengelola diri baik pikiran, perasaan dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal, melibatkan individu secara aktif sehingga menimbulkan perasaan bebas dari kontrol orang lain, serta individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah mereka.

**e. Tahap-Tahap Pengelolaan Diri (*Self Management*)**

Menurut Komalasari, menyebutkan bahwa *self-management* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Tahap monitor diri atau observasi diri

Pada tahap ini peserta didik dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh peserta didik dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi

---

<sup>50</sup> Ratna, Nyoman Kutha, *Teori, Metode dan Teknk Penelitian Sastra* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013),59.

tingkah laku. Dalam penelitian ini peserta didik mengobservasi apakah dirinya sudah bertanggung jawab terhadap belajar atau belum. Peserta didik mencatat berapa kali dia belajar dalam sehari, seberapa sering dia belajar, dan seberapa lama dia melakukan aktivitas dalam belajarnya.

## 2) Tahap evaluasi diri

Pada tahap ini peserta didik membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh peserta didik, perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisien pogram. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.<sup>51</sup>

## 3) Tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman

Pada tahap ini peserta didik mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberi hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari peserta didik untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.<sup>52</sup>

Sedangkan menurut Comier dalam Mochamad Nursalim: Ada beberapa strategi *self-management*, yaitu: (1) *self monitoring*; (2) *stimulus control*; dan (3) *self reward* yaitu sebagai berikut:

### 1) *Self-Monitoring*

Monitor diri (*self monitoring*) merupakan proses yang mana peserta didik mengobservasi dan mencatat sesuatu tentang dirinya sendiri dan interaksinya

---

<sup>51</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni., dan Karsih, *Teori dan Teknik. Konseling* (Jakarta: Indeks, 2011), 182.

<sup>52</sup> Sukadji, S., *Modifikasi Prilaku: penerapan sehari-hari dan penerapan profesional* (Yogyakarta: Liberti, 1983), 99.

dengan situasi lingkungan.<sup>53</sup> Ada beberapa tahapan *self-monitoring* yaitu sebagai berikut:

- a) Peserta didik menyeleksi perilaku yang ingin diubah.
  - b) Peserta didik menyusun tujuan-tujuan untuk target yang diharapkan dan menghindari hambatan-hambatannya.
  - c) Peserta didik menargetkan reaksi-reaksi yang akan dipantau.
  - d) Peserta didik mengawasi akibat dari setiap reaksi yang dialami.
  - e) Peserta didik dapat mengevaluasi pemantauan dirinya untuk melihat keberhasilan manajemen dirinya.
- 2) *Stimulus-control*
- Stimulus-control* merupakan perencanaan kondisi-kondisi lingkungan yang telah ditentukan dari sebelumnya, yang membuat terlaksanakannya tingkah laku tertentu. Dalam situasi lingkungan berfungsi untuk tanda/*antecedents* dari suatu respon tertentu. Dengan kata lain *antecedens* merupakan suatu stimulus untuk suatu respon tertentu. Ada beberapa langkah yang dapat dilakukan dalam kendali *stimulus* ini yaitu sebagai berikut :
- a) Peserta didik memilih perilaku yang ingin diubah atau ditingkatkan.
  - b) Peserta didik diarahkan untuk menemukan rangsangan atau *stimulus*
  - c) yang mempertinggi reaksi dan yang menghambatnya.
  - d) Peserta didik menyusun kembali rangsangan atau *stimulus*
  - e) disekitarnya yang ingin diubah.
- 3) *Self Reward*

Kegunaan *Self Reward* untuk meningkatkan respon yang diharapkan atau yang menjadi tujuan. *Self reward* berfungsi untuk mempercepat target tingkah laku. Pada tahapan ini peserta didik belajar untuk memberikan untuk dirinya sendiri atas apa yang sudah

---

<sup>53</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), 153.



dilakukan. Tujuannya yaitu untuk membantu konseli dalam mengatur dan memperkuat perilaku yang baru, dalam hal ini adalah perilaku atau target yang ingin diubah. Untuk itu peserta didik dapat menyeleksi hadiah atau *reward* untuk dirinya sendiri dan menjadwalkan pemberian *reward* kepada dirinya setelah melakukan tingkah laku yang dapat mengubah atau meningkatkan perilaku sasaran, dan peserta didik belajar untuk memelihara perilaku baru itu yang dapat meningkatkan perilaku sasaran itu dengan cara mencari *reward* dari luar atau orang lain. *Self-reward* dibedakan dalam dua bentuk, yaitu: penguatan positif dan penguatan negatif. Penguatan positif merupakan pemberian sesuatu yang menyenangkan, sedangkan penguatan negative adalah diberikan untuk mengurangi atau mengambil sesuatu yang tidak menyenangkan.<sup>54</sup>

Untuk dapat menciptakan kepribadian yang bertanggung jawab dengan belajarnya, untuk itu penulis memilih teknik *self management* dalam meningkatkan belajar peserta didik. *Self management* merupakan salah satu model dalam *cognitive-behavior therapy*. Tujuan pendekatan ini yaitu untuk membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau *maladaptif* dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai. Dalam menggunakan strategi *Self management* untuk mengubah perilaku, peserta didik atau *klien* berusaha mengarahkan perubahan perilakunya dengan cara memodifikasi aspek aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. dalam menggunakan strategi *Self management* disamping *klien* dapat mencapai perubahan perilaku sasaran yang diinginkan juga dapat berkembang juga kemampuan manajemen dirinya.<sup>55</sup>

---

<sup>54</sup> Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling* (Jakarta: Akademia Permata, 2013), 157.

<sup>55</sup> Detria, "Efektivitas Teknik Manajemen Diri Untuk Mengurangi Kecanduan Online Game" (Skripsi, Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, 2012)

**f. Kelemahan dan Kelebihan Teknik *Self Management***

- 1) Kelebihan Teknik *Self Management*
  - a) Pelaksanaannya yang cukup.
  - b) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain.
  - c) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya.
  - d) Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan dan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.
- 2) Kekurangan Teknik *Self Management*
  - a) Tidak ada motivasi dan komitmen yang tinggi pada individu.
  - b) Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat subjektif terkadang sulit dideskripsikan, sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi.
  - c) Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dimasa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks.
  - d) Individu bersifat independen.
  - e) Konselor memaksakan program pada konseli.
  - f) Tidak ada dukungan dari lingkungan.

**3. Perilaku Membolos**

**a. Pengertian Perilaku Membolos**

Menurut Gunarsa membolos dapat diartikan tidak masuk sekolah tanpa keterangan, tidak masuk ke sekolah selama beberapa hari, dari rumah berangkat tapi tidak sampai ke sekolah, dan meninggalkan sekolah pada jam saat pelajaran berlangsung.<sup>56</sup> Menurut Azwar perilaku adalah reaksi terhadap stimulus yang bersifat sederhana maupun kompleks. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan reaksi seorang

---

<sup>56</sup> Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga* (Jakarta: Gunung Mulia, 2006), 79.

individu terhadap adanya stimulus guna mencapai suatu tujuan.<sup>57</sup>

Perilaku adalah segala sesuatu yang dilakukan oleh individu yang berbeda antara individu yang satu dengan individu dengan yang lain yang bersifat nyata.<sup>58</sup> Menurut Keither perilaku membolos diartikan sebagai kehadiran siswa yang tidak pada masa kini, sehingga ketidakhadiran siswa ini kemungkinan dapat disebabkan oleh faktor-faktor luar atau dalam diri siswa itu sendiri.<sup>59</sup>

Membolos adalah tidak masuk bekerja atau sekolah, ini bisa diartikan bahwa saat belajar mengajar sedang berlangsung dengan sengaja siswa tidak menghadirinya tanpa meminta ijin terlebih dahulu kepada guru yang bersangkutan.<sup>60</sup>

Perilaku membolos merupakan suatu bentuk penyimpangan perilaku yang biasanya dilakukan oleh seorang siswa atau pelajar di sekolah, karena bahwasanya disebabkan oleh beberapa faktor seperti menerima pelajaran, adanya faktor tekanan ekonomi keluarga dan faktor hubungan antar personal yang tak menyenangkan baik dengan guru maupun dengan sesama temanya.<sup>61</sup> Sementara menurut Gunarsa perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah.<sup>62</sup>

#### **b. Gejala Peserta Didik Yang Membolos**

Menurut Prayitno dan Ennan Amti ada beberapa gejala peserta didik membolos antara lain yaitu :

- 1) Berhari-hari tidak masuk sekolah

---

<sup>57</sup> Azwar dan Syaifudin, *Sikap Manusia* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 9.

<sup>58</sup> Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2002), 20.

<sup>59</sup> Kartono, *Kepribadian, "Siapakah saya ?"* (Jakarta: CV. Rajawali, 1985), 77.

<sup>60</sup> Ali Lukman, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1995), 141.

<sup>61</sup> Mustaqim & Wakhid, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: PT. Melton Putra Penerbit Rineka Cipta, 1991), 28.

<sup>62</sup> Gunarsa & Singgih, *Psikologi Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1981), 31.

- 2) Tidak masuk sekolah tanpa izin
- 3) Sering keluar pada jam pelajaran tertentu
- 4) Tidak masuk kembali setelah minta izin
- 5) Masuk sekolah berganti hari
- 6) Mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi
- 7) Minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya
- 8) Mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat
- 9) Tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat.<sup>63</sup>

Berbagai gejala tersebut merupakan gejala yang secara umum ditunjukkan oleh sebagian besar siswa yang memiliki kebiasaan membolos sekolah. Akan tetapi dalam hal ini antara peserta didik yang satu dengan yang lain menunjukkan gejala yang berbeda atau tidak sama dalam perilaku membolusnya.

### **c. Faktor-Faktor Penyebab Peserta Didik Membolos**

Menurut Surya kebiasaan membolos dapat bersumber dari berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Secara internal, kebiasaan membolos bersumber dari dalam diri siswa yang antara lain berkaitan erat dengan faktor kecakapan potensial maupun actual, kematangan perkembangan, sikap dan kebiasaan, minat, kestabilan emosional, pengalaman, kemandirian, motivasi berprestasi, kualitas kepribadian dan sebagainya. Faktor eksternal yang mempengaruhi kebiasaan membolos dapat bersumber dari lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan pergaulan teman sebaya. Faktor dalam keluarga yang menjadi sumber timbulnya kebiasaan membolos, yaitu suasana keluarga yang kurang mendukung, keterbatasan

---

<sup>63</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta: Rienku cipta 2004), 61.

sarana keluarga, kurangnya keharmonisan hubungan dalam keluarga.<sup>64</sup>

Menurut Gunarso faktor yang mempengaruhi siswa membolos dibagi dalam 2 kelompok, yaitu:<sup>65</sup>

Sebab dari dalam diri anak itu sendiri

- 1) Pada umumnya anak tidak ke sekolah karena sakit
- 2) ketidakmampuan anak dalam mengikuti pelajaran di sekolah
- 3) Kemampuan intelektual yang tarafnya lebih tinggi dari teman-temannya
- 4) Dari banyaknya kasus di sekolah, ternyata faktor pada anak yaitu kekurangan motivasi belajar yang jelas mempengaruhi anak

Sebab dari luar anak

#### 1) Keluarga

##### a) Keadaan keluarga

Keadaan keluarga tidak selalu memudahkan anak didik dalam menggunakan waktu untuk belajar kehendak hatinya. Banyak keluarga yang masih memerlukan bantuan anak-anaknya untuk melaksanakan tugas-tugas di rumah, bahkan tidak jarang pula terlihat ada anak didik yang membantu orang tuanya mencari nafkah.

##### b) Sikap orang tua

Sikap orang tua yang masa bodoh terhadap sekolah, yang tentunya kurang membantu mendorong anak untuk hadir ke sekolah. Orang tua dengan mudah memberi surat keterangan sakit ke sekolah, padahal anak membolos.

#### 2) Sekolah

- a) Hubungan anak dengan sekolah dapat dilihat dari anak-anak lain yang menyebabkan ia tidak senang di sekolah, lalu membolos.

---

<sup>64</sup> Mohammad Surya, *Bina Keluarga* (Bandung: Aneka Ilmu, 2001), 122.

<sup>65</sup> Singih D. Gunarsa, *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga* (Jakarta: Gunung Mulia, 2006), 101.

- b) Anak tidak senang ke sekolah karena tidak senang dengan gurunya.

Lingkungan sekolah yang kurang baik dapat menjadi sumber timbulnya kebiasaan membolos seperti suasana kelas kurang menyenangkan, sikap guru yang kurang baik, hubungan antar siswa kurang baik, lingkungan sekolah yang kurang baik, materi pelajaran yang kurang menarik dan sebagainya.

Menurut Prayitno dan Amti penyebab siswa membolos dari sekolah adalah sebagai berikut:<sup>66</sup>

- 1) Tak senang dengan sikap atau perilaku guru
- 2) Merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru
- 3) Merasa dibeda-bedakan oleh guru
- 4) Proses belajar mengajar yang membosankan
- 5) Merasa gagal dalam belajar
- 6) Kurang berminat terhadap mata pelajaran
- 7) Terpengaruh oleh teman yang membolos
- 8) Takut masuk karena tidak membuat tugas

Dari beberapa faktor diatas dapat disimpulkan bahwa faktor dari perilaku membolos yaitu *intern* atau yang bersumber dari dirinya sendiri, dan faktor *ekstern* atau faktor yang bersumber dari lingkungan sekitarnya. Akibat dari kebiasaan membolos ini siswa dapat mengalami kegagalan dalam proses kegiatan belajar mengajar, karena tertinggal mata pelajaran. Masalah akan muncul disaat siswa yang membolos tidak memahami materi bahasan.

#### **d. Dampak Negatif Perilaku Membolos**

Perilaku membolos apabila tidak segera di atasi maka dapat menimbulkan banyak dampak negatif Supriyo menyatakan bahwa apabila orang tua tidak mengetahui dapat berakibat anak berkelompok dengan teman yang senasib dan membutuhkan kelompok/*group* yang

---

<sup>66</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 98.

menjurus ke hal-hal yang negatif (*gang*), peminum, ganja, obat-obat keras, dan lain-lain. Dan akibat yang paling fatal adalah anak akan mengalami gangguan dalam perkembangannya dalam usaha untuk menemukan identitas dirinya (manusia yang bertanggung jawab).<sup>67</sup> Sementara menurut Prayitno perilaku membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif antara lain yaitu:

- 1) Minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang
- 2) Gagal dalam ujian
- 3) Hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki
- 4) Tidak naik kelas
- 5) Penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya
- 6) Dikeluarkan dari sekolah.<sup>68</sup>

Dari kedua pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa membolos merupakan perilaku yang tidak hanya membawa dampak pada kegagalan dalam belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik sekolah, tetapi juga dapat membawa dampak yang lebih luas seperti terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan lainnya, mulai dari pencandu narkoba, pengagum *freesex* dan mengidolakan tindak kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran.

#### e. Indikator perilaku membolos

Indikator perilaku membolos siswa disini adalah: 1) siswa malas mengikuti pembelajaran, 2) siswa ikut-ikutan teman membolos, 3) tidak masuk kembali setelah meminta izin, 4) tidak mengumpulkan tugas, dan 5) sering tidak mengikuti pembelajaran. Dari indikator tersebut dibuat item angket untuk mengukur tingkat membolos siswa. Dari ini juga dibuatkan kriteria tingkat membolos.

---

<sup>67</sup> Supriyo dan Shadi, *Kasus Bimbingan Konseling* (Semarang: CV. Nieuw Setapak, 2088), 112.

<sup>68</sup> Prayitno, *Layanan Konseling Perorangan* (Padang : Universitas Negeri Padang Press, 2004), 62.

## B. Pengajuan Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum berdasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh dari pengumpulan data.<sup>69</sup> Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Ha** : Terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

**Ho** : Tidak terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos pada peserta didik kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

Untuk pengujian hipotesis selanjutnya nilai  $z$  ( $z_{hiting}$ ) dibandingkan dengan nilai dari table distribusi  $z$  ( $z_{table}$ ). Cara penentuan nilai  $z_{table}$  didasari pada taraf signifikan tertentu (misal  $\alpha = 0,05$ ) dan  $df$  ( $n-1$ ). Kreteria pengujian hipotesis untuk uji  $z$  (*Wilcoxon*) yaitu:

Tolak  $H_0$ , jika  $z_{hiting} < z_{table}$  dan

Terima  $H_a$ , jika  $z_{hiting} > z_{table}$

Sedangkan hipotesis statistik sebagai berikut.

$$H_0 : \mu_1 = \mu_2$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$$

Keterangan :

---

<sup>69</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 96.



$\mu_1$  : Perilaku membolos peserta didik sebelum pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*

$\mu_2$  : Perilaku membolos peserta didik sesudah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*

Untuk pengujian hipotesis, peneliti menggunakan uji statistik dengan uji statistik *Wilcoxon*  $\omega$  . Tolak  $H_0$ , jika  $\omega < \omega_{\text{kritis}}$  dan Terima  $H_0$ , jika  $\omega > \omega_{\text{kritis}}$ .



## DAFTAR RUJUKAN

- Abdillah, P., & Prasetya, D. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Arloka. 2009.
- Agus Sukirno. *Teori Teknik Konseling*. Serang: A-Empat. 2015.
- Amaliyah, Aam, and Azwar Rahmat. “Pengembangan Potensi Diri Peserta Didik Melalui Proses Pendidikan.” *Attadib: Journal of Elementary Education* 5, no. 1 (2021): 28.
- Amaliyah, Amaliyah, Hamzah Hamzah, and Farial Farial. “Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Siswa Membolos Di Smpn 29 Banjarmasin Tahun Ajaran 2017/2018.” *Jurnal Mahasiswa Bk an-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia* 4, no. 1 (2018): 1.
- Azwar dan Syaifudin. *Sikap Manusia*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 2003.
- Babadu, J.S dan Zain. *Kampus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan. 2001.
- Corey dan Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi vol. 4, Translate by Mulyarto*. Semarang: IKIP Semarang Pers. 1995.
- Data Survey Pra Penelitian dengan Guru Bimbingan dan Konseling di SMANegeri 1 Gunung Sugih, tanggal 26 Januari 2023.*
- Detria. *Efektivitas Teknik Manajemen Diri Untuk Mengurangi Kecanduan Online Game*. Skripsi. Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. 2012.
- Djjali. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara. 2008.

- El Fiah, Rifda. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Idea Press. 2015.
- El-Qurtuby, Usman. *AL-Qur`an Hafalan Mudah Al-Hufaz*. Bandung: Cordoba. 2021.
- Fatoni, Abdurrahman. *Metodologi Penelitian Dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta. 2011.
- Fitri Ayu Lestari, “Pengurangan Perilaku Membolos di Sekolah dengan Menggunakan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Teknik *Self management* pada Siswa SMPN 14 Kota Tasikmalaya” (2019).
- Gunarsa, Singgih. *Psikologi Remaja*. Jakarta : BPK Gunung Mulia. 1981.
- Gunarsa, Singgih. *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia. 1989.
- Hanifaturrohmah, Zulvia, and Wikan Galuh Widyarto. “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Trenggalek The Effect of Group Counseling With Self-Management Techniques To Reduce Consumptive Behavior in Class XI Social Sciences SM.” *Anterior Jurnal* 2, no. 2 (2022): 101 – 113.
- Hartono dan Soedarmadji. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana. 2012.
- Hartono. *Analisis Data Statistika dan Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2011.
- Hibana S. Rahman. *Bimbingan & Konseling Pola 17*. Yogyakarta: UCY Press 2 Yogyakarta. 2003.
- Kartono. *Kepribadian : “Siapakah saya ?”*. Jakarta : CV. Rajawali. 1985.

- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. "Teori dan Teknik. Konseling". Jakarta: Indeks. 2011.
- Lukman, Ali. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka. 1995.
- Mardijono, Johanes. "Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Pendekatan Behavior Teknik Self Management." *JIRA: Jurnal Inovasi dan Riset Akademik* 2, no. 7 (2021): 941–951.
- Mathematics, Applied. "Application of Group Counseling in Effort to Reduce Academic Procrastination for Senior High School / Vocational High School : A Systematic Literature Review (SLR)" 5, no. Snip 2021 (2016): 1–23.
- Mustaqim & Wahid, A. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2008.
- Mustaqim & Wakhid. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Melton Putra Penerbit Rineka Cipta. 1991.
- Nasution, Henny Syafriana & Abdillah. *Bimbingan dan Konseling Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI). 2019.
- Ningrum, Ningrum. "Pengaruh Penggunaan Metode Berbasis Pemecahan Masalah (Problem Solving) Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa Kelas X Semester Genap Man 1 Metro Tahun Pelajaran 2016/2017." *PROMOSI (Jurnal Pendidikan Ekonomi)* 5, no. 2 (2017): 145–151.
- Nurkancana, wayan. *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional. 2005.
- Nursalim, Mochamad. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata. 2013.

- Prayitno & Amti, E. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2009.
- Prayitno & Amti, E. *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2014.
- Prayitno dan Amti, E. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.
- Prayitno. *Layanan Konseling Perorangan*. Padang: Universitas Negeri Padang Press. 2004.
- Priyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publishing. 2016.
- Ratna, Nyoman Kutha. *Teori Metode dan Teknik Penelitian Sastra*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2013.
- Risianti, Dina Hajja dan Fathurrochman, F. *Penilaian Konseling Kelompok*. Jakarta: Deepublish. 2020.
- Rosaliza, Mita. "Wawancara, Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif." *Jurnal Ilmu Budaya*, 2015.
- Safithry, Esty Aryani, and Niky Anita. "Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik." *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 4, no. 2 (2019): 33–41.
- Saiful, Akhyar. *Konseling Islami Dalam Komunitas Pesantren*. Bandung: Citapustaka Media Perintis. 2015.
- Setiawan, Arif, Dwi Yuwono Puji Sugiharto, and Edy Purwanto. "Efektivitas Konseling Self Management Dalam Mereduksi Problematic Smartphone Use." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4, no. 1 (2022): 117–122.
- Singgih, D., Gunarsa. *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia. 2006.

- Sofyan S. Willis. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta. 2007.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2014.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2016.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2018.
- Sukadji, S. *Modifikasi Prilaku: penerapaaan sehari-hari dan penerapan profesional*. Yogyakarta: Liberti. 1983.
- Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2002.
- Sukardi, Dewa Ketut. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta. 2008.
- Sukirno, Sukitno. *Teori Teknik Konseling*. Serang: A-Empat. 2015.
- Supriyo & Shadi. *Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak. 2008.
- Surya, Mohammad. *Bina Keluarga*. Bandung: Aneka Ilmu. 2001.
- Thahir Andi. *Psikologi Kriminal*. Bandar Lampung: Aura Publishing. 2016.
- Tohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Seklah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2008.
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. 2007.
- Trifena, Rulia, Iip Istirahayu, and Slamet Fitriyadi. "Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Self-Management

Untuk Mengurangi Perilaku Merokok Siswa Smp N 1 Teriak.” *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)* 5, no. 2 (2020): 46.

Trisnawati, Ida. “Menurunkan Prilaku Membolos Dengan Layanan Konseling Individu Melalui Teknik Latihan Asertif Pada Siswa Kelas XI TKJ 2 SMK Raden Paku Wringinanom.” *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri* 7, no. 2 (2020): 86–91.

Walgito, Bimo. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset. 2004.

Yeny Sukma Dian Puspitaasari. *Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP*. 2018.



# LAMPIRAN





## LAMPIRAN 1

### **KISI-KISI WAWANCARA DENGAN GURU BIMBINGAN DAN KONSELING**

1. Apakah terdapat perilaku membolos di SMA Negeri 1 Gunung Sugih?
2. Apa saja contoh perilaku membolos yang sering dilakukan peserta didik di SMA Negeri 1 Gunung Sugih?
3. Apa saja faktor-faktor yang membuat peserta didik berperilaku membolos?
4. Bagaimana upaya guru BK dalam menanggapi dan menangani masalah tersebut?
5. Langkah-langkah apa saja yang sudah diberikan guru BK dalam kasus tersebut?



## LAMPIRAN 2

### **KISI-KISI WAWANCARA DENGAN PESERTA DIDIK**

1. Apa yang individu ketahui tentang perilaku membolos?
2. Bagaimana pendapatmu, jika dalam kelompok pertemananmu memiliki perilaku membolos?
3. Apakah anda pernah secara sadar berperilaku membolos?
4. Bagaimana perilaku teman-teman di dalam lingkungan pergaulan?



Lampiran 3

Pre - Test Kehadiran Peserta Didik Di  
SMA Mejeri 1 Gunung Sugih Tahun Pelajaran 2023/2024

REKAM / 2019/2024

DAFTAR HAZIR PESERTA DIDIK SMA N 1 GUNUNG SUGIH  
TAHUN PELAJARAN 2023/2024

NO	NIM	J/PP	NAMA SISWA	SEMESTER I					SEMESTER II					JUMLAH	RATA-RATA	
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	001001001 / 2001	L	ATHALIQ ANIRULIAN RIZKY													
2	001001002 / 2002	P	CHIKA HADIYUNISA													
3	001001003 / 2003	L	Shiv Kurnia Ali													
4	001001004 / 2004	L	Ibdi Samudra													
5	001001005 / 2005	P	HANNA BENDITA													
6	001001006 / 2006	L	HOBAL KHIZMA SAFIYUDDIN ALWI													
7	001001007 / 2007	P	Ismail Fauziah													
8	001001008 / 2008	L	HERBY													
9	001001009 / 2009	P	Indah Angguningrum													
10	001001010 / 2010	P	LIYATAMA ALIFSYA PUTRI													
11	001001011 / 2011	P	MARI CHTA LINDA ANJALA													
12	001001012 / 2012	L	Muhammad Sireh													
13	001001013 / 2013	L	MUBRAMAHAD AHMADZAL													
14	001001014 / 2014	L	MELITIA TUNJALAH													
15	001001015 / 2015	P	NIHA KANUTRI													
16	001001016 / 2016	P	NUHILAYATI													
17	001001017 / 2017	L	PATRIYU KURNIA ANIRAH													
18	001001018 / 2018	P	PRALOGGINI SYA SIA PUTRI													
19	001001019 / 2019	L	Prerogy Angg Mahes													
20	001001020 / 2020	P	PUTRI HANINDA VANDI													
21	001001021 / 2021	L	PUTRI NABILAH													
22	001001022 / 2022	P	PUTRI RAHMAWATI													
23	001001023 / 2023	L	SAHEL PRANAYANTI													
24	001001024 / 2024	L	RIAN ALYO PRANAYANTA													
25	001001025 / 2025	L	RIZKA SATORA PRAYANITA													
26	001001026 / 2026	L	ROZALYANITA													
27	001001027 / 2027	L	ROZALYANITA													
28	001001028 / 2028	L	RYOY ALDIKUSYAH													
29	001001029 / 2029	L	SITI NURULHANI													
30	001001030 / 2030	L	SITI NURULHANI													
31	001001031 / 2031	P	SAMIRI ALDIKA													
32	001001032 / 2032	L	SITI NURULHANI													
33	001001033 / 2033	P	SORAYA													

Lembar / 24  
 Pengisian / 27  
 Jumlah / 23





## Lampiran 6

## RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan)



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUADAYAAN  
**SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

NPSN : 10801966 NSS : 301120201024

Jl. Jend. Sudirman GunungSugih Lampung Tengah Kode Post 34161

E-mail: [sma1gunungsugih@gmail.com](mailto:sma1gunungsugih@gmail.com)

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**KONSELING KELOMPOK**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2023/2024**  
**SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

A.	Komponen	Konseling Kelompok
B.	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C.	Topik Pembahasan	Perkenalan anggota kelompok dan penjelasan layanan konseling kelompok.
D.	Fungsi Layanan	Pemahaman, Pengembangan dan Pengentasan
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memahami tentang konseling kelompok</li> <li>2. Peserta didik mampu memahami dan mengidentifikasi tentang perilaku membolos.</li> <li>3. Peserta didik mampu berdiskusi dan membangun komunikasi yang baik dalam kegiatan konseling kelompok.</li> </ol>
F.	Sasaran Layanan	Peserta didik kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Gunung Sugih <ol style="list-style-type: none"> <li>1. DK</li> <li>2. ES</li> <li>3. MR</li> <li>4. RF</li> <li>5. RH</li> </ol>

		6. RO
G.	Waktu	3 Kali Pertemuan x 45 Menit
H.	Metode/Teknik	Diskusi Teknik <i>Self Management</i>
I.	Media/Alat	Laptop, kertas, pulpen
J.	Pelaksanaan	6 Oktober 2023
K.	Tahap	Uraian Kegiatan
L.	1. Tahap Awal/Permulaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuka dengan Salam menanyakan kabar, dan mengucapkan terima kasih atas kesediaannya menjadi responden.</li> <li>2. Memimpin doa.</li> <li>3. Menyampaikan maksud, tujuan dan asas-asas pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>4. Menjelaskan tata cara pelaksanaan layanan konseling kelompok.</li> <li>5. Melakukan kegiatan ice breaking/ permainan</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan terlebih dahulu mengenai layanan konseling kelompok</li> <li>2. Menjelaskan batasan masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Menanyakan dan memperhatikan anggota kelompok akan kesiapan untuk melanjutkan kegiatan berikutnya.</li> <li>4. Membaca janji kerahasiaan</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan	<p>Kemudian pemimpin kelompok menciptakan suatu hubungan yang ditandai dengan kesesuaian, keramahan supaya tidak canggung dan tegang saat pelaksanaan sesi konseling, eksplorasi identifikasi masalah peserta didik. Peneliti mencoba menggali lebih dalam mengenai permasalahan yang berkaitan dengan perilaku membolos.</p>

	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan berakhir.</li> <li>2. Menyimpulkan hasil dari topic yang telah dibahas.</li> <li>3. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pemahaman yang diperoleh anggota kelompok.</li> <li>b. Perasaan yang dialami selama kegiatan konseling.</li> <li>c. Kesan yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>4. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok.</li> <li>5. Mengucapkan terima kasih.</li> <li>6. Memimpin doa dan mengucapkan salam.</li> </ol>
--	----------------------	---

Bandar Lampung 2 Oktober 2024

Mengetahui

Guru BK

Mahasiswa/i




**Nada Safira, S.Sos**  
NIP.

**Dwi Putri Rahayu**  
NPM. 1911080294

Kepala SMAN 1 Gunung Sugih,

**HASANUDIN, S.Pd.**

NIP 19670829 199001 1 001





**PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUADAYAAN**  
**SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

NPSN : 10801966 NSS : 301120201024

Jl. Jend. Sudirman GunungSugih Lampung Tengah Kode Post 34161

E-mail: [sma1gunungsugih@gmail.com](mailto:sma1gunungsugih@gmail.com)

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**KONSELING KELOMPOK**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2023/2024**  
**SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

A.	Komponen	Konseling Kelompok
B.	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C.	Topik Pembahasan	Pembahasan pengertian perilaku membolos dan menetapkan permasalahan perilaku membolos
D.	Fungsi Layanan	Pemahaman, Pengembangan dan Pengentasan
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memahami tentang konseling kelompok</li> <li>2. Peserta didik mampu memahami dan mengidentifikasi tentang perilaku membolos.</li> <li>3. Peserta didik mampu berdiskusi dan membangun komunikasi yang baik dalam kegiatan konseling kelompok.</li> </ol>
F.	Sasaran Layanan	Peserta didik kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Gunung Sugih <ol style="list-style-type: none"> <li>1. DK</li> <li>2. ES</li> <li>3. MR</li> <li>4. RF</li> <li>5. RH</li> <li>6. RO</li> </ol>
G.	Waktu	3 Kali Pertemuan x 45 Menit
H.	Metode/Teknik	Diskusi Teknik <i>Self Management</i>

I.	Media/Alat	Laptop, kertas, pulpen
J.	Pelaksanaan	9 Oktober 2023
K.	Tahap	Uraian Kegiatan
L.	1. Tahap Awal/Permulaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuka dengan Salam menanyakan kabar, dan mengucapkan terima kasih atas kesediaannya menjadi responden.</li> <li>2. Memimpin doa.</li> <li>3. Menyampaikan maksud, tujuan dan asas-asas pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>4. Menjelaskan tata cara pelaksanaan layanan konseling kelompok.</li> <li>5. Melakukan kegiatan ice breaking/ permainan</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan terlebih dahulu mengenai layanan konseling kelompok</li> <li>2. Menjelaskan batasan masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Menanyakan dan memperhatikan anggota kelompok akan kesiapan untuk melanjutkan kegiatan berikutnya.</li> <li>4. Membaca janji kerahasiaan</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan materi tentang perilaku membolos.</li> <li>2. Menjelaskan bahayanya perilaku membolos dalam kehidupan sehari hari</li> <li>3. Mempersilahkan anggota kelompok untuk menuliskan permasalahannya mengenai perilaku membolos.</li> <li>4. Mengajak anggota kelompok menentukan permasalahan yang akan dibahas dan mendiskusikannya.</li> <li>5. Membantu peserta didik merubah pemikiran</li> <li>6. irasional menjadi rasional dengan menggunakan self management.</li> </ol>

	4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan berakhir.</li> <li>2. Menyimpulkan hasil dari topic yang telah dibahas.</li> <li>3. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pemahaman yang diperoleh anggota kelompok.</li> <li>b. Perasaan yang dialami selama kegiatan konseling.</li> <li>c. Kesan yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>4. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok.</li> <li>5. Mengucapkan terima kasih.</li> <li>6. Memimpin doa dan mengucapkan salam.</li> </ol>
--	----------------------	---

Bandar Lampung 2 Oktober 2024

Mengetahui

Guru BK



**Nada Safira, S.Sos**  
NIP.

Mahasiswa/i



**Dwi Putri Rahayu**  
NPM. 1911080294

Kepala SMAN 1 Gunung Sugih,



**HASANUDIN, S.Pd.**

NIP 19670829 199001 1 001



**PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUADAYAAN**  
**SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

NPSN : 10801966 NSS : 301120201024

Jl. Jend. Sudirman GunungSugih Lampung Tengah Kode Post 34161

E-mail: [sma1gunungsugih@gmail.com](mailto:sma1gunungsugih@gmail.com)

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)**  
**KONSELING KELOMPOK**  
**SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2023/2024**  
**SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**

A.	Komponen	Konseling Kelompok
B.	Bidang Layanan	Pribadi-Sosial
C.	Topik Pembahasan	Merubah perilaku membolos dan mampu mengelola diri peserta didik agar terkontrol
D.	Fungsi Layanan	Peserta didik mampu mengelola diri agar tidak memolos lagi
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik memahami tentang konseling kelompok</li> <li>2. Peserta didik mampu memahami dan mengidentifikasi tentang perilaku membolos.</li> <li>3. Peserta didik mampu berdiskusi dan membangun komunikasi yang baik dalam kegiatan konseling kelompok.</li> </ol>
F.	Sasaran Layanan	Peserta didik kelas X IPS 3 SMA Negeri 1 Gunung Sugih <ol style="list-style-type: none"> <li>1. DK</li> <li>2. ES</li> <li>3. MR</li> <li>4. RF</li> <li>5. RH</li> <li>6. RO</li> </ol>
G.	Waktu	3 Kali Pertemuan x 45 Menit
H.	Metode/Teknik	Diskusi Teknik <i>Self Management</i>

I.	Media/Alat	Laptop, kertas, pulpen
J.	Pelaksanaan	10 Oktober 2023
K.	Tahap	Uraian Kegiatan
L.	1. Tahap Awal/Permulaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membuka dengan Salam menanyakan kabar, dan mengucapkan terima kasih atas kesediaannya menjadi responden.</li> <li>2. Memimpin doa.</li> <li>3. Menyampaikan maksud, tujuan dan asas-asas pelaksanaan konseling kelompok.</li> <li>4. Menjelaskan tata cara pelaksanaan layanan konseling kelompok.</li> <li>5. Melakukan kegiatan ice breaking/ permainan</li> </ol>
	2. Tahap Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan terlebih dahulu mengenai layanan konseling kelompok</li> <li>2. Menjelaskan batasan masalah yang dibahas dalam konseling kelompok</li> <li>3. Menanyakan dan memperhatikan anggota kelompok akan kesiapan untuk melanjutkan kegiatan berikutnya.</li> <li>4. Membaca janji kerahasiaan</li> </ol>
	3. Tahap Kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tahap <i>self monitoring</i>/ memonitor diri, peserta didik diharapkan mampu mengotrol dan memantau perilaku yang telah dan belum ialaminya.</li> <li>2. Tahap <i>stimulus control</i>/ evaluasi diri, peserta didik mengevaluasi perilaku yang telah terjadi, agar berperilaku lebih baik lagi</li> <li>3. Tahap <i>self reward</i>/ memberikan reinforcement. Peserta didik mendapatkan hadiah dari dirinya sendiri maupun guru.</li> </ol>

4. Tahap Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan berakhir.</li> <li>2. Menyimpulkan hasil dari topic yang telah dibahas.</li> <li>3. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pemahaman yang diperoleh anggota kelompok.</li> <li>b. Perasaan yang dialami selama kegiatan konseling.</li> <li>c. Kesan yang diperoleh.</li> </ol> </li> <li>4. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok.</li> <li>5. Mengucapkan terima kasih.</li> <li>6. Memimpin doa dan mengucapkan salam.</li> </ol>
----------------------	---

Bandar Lampung 2 Oktober 2024

Mengetahui

Guru BK

Mahasiswa/i



**Nada Safira, S.Sos**  
NIP.



**Dwi Putri Rahayu**  
NPM. 1911080294

Kepala SMAN 1 Gunung Sugih,



**HASANUDIN, S.Pd.**

NIP 19670829 199001 1 001

## Lampiran 7

### Foto Dokumentasi

Wawancara bersama guru BK mengenai proses pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam mengurangi perilaku membolos



**Lampiran 8**

**Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management**

**Pertemuan Pertama**





### **Pertemuan Kedua**



### **Pertemuan Ketiga**



**Lampiran 9**

**LKPD (lembar kerja peserta didik) *Self Monitoring***

**SELF MONITORING**  
Jadwal Harian Peserta Didik  
SENIN

Nama :  
Kelas :

Waktu

Aktivitas

**SELF MONITORING**  
Jadwal Harian Peserta Didik  
SELASA

Nama :  
Kelas :

Waktu	Aktivitas

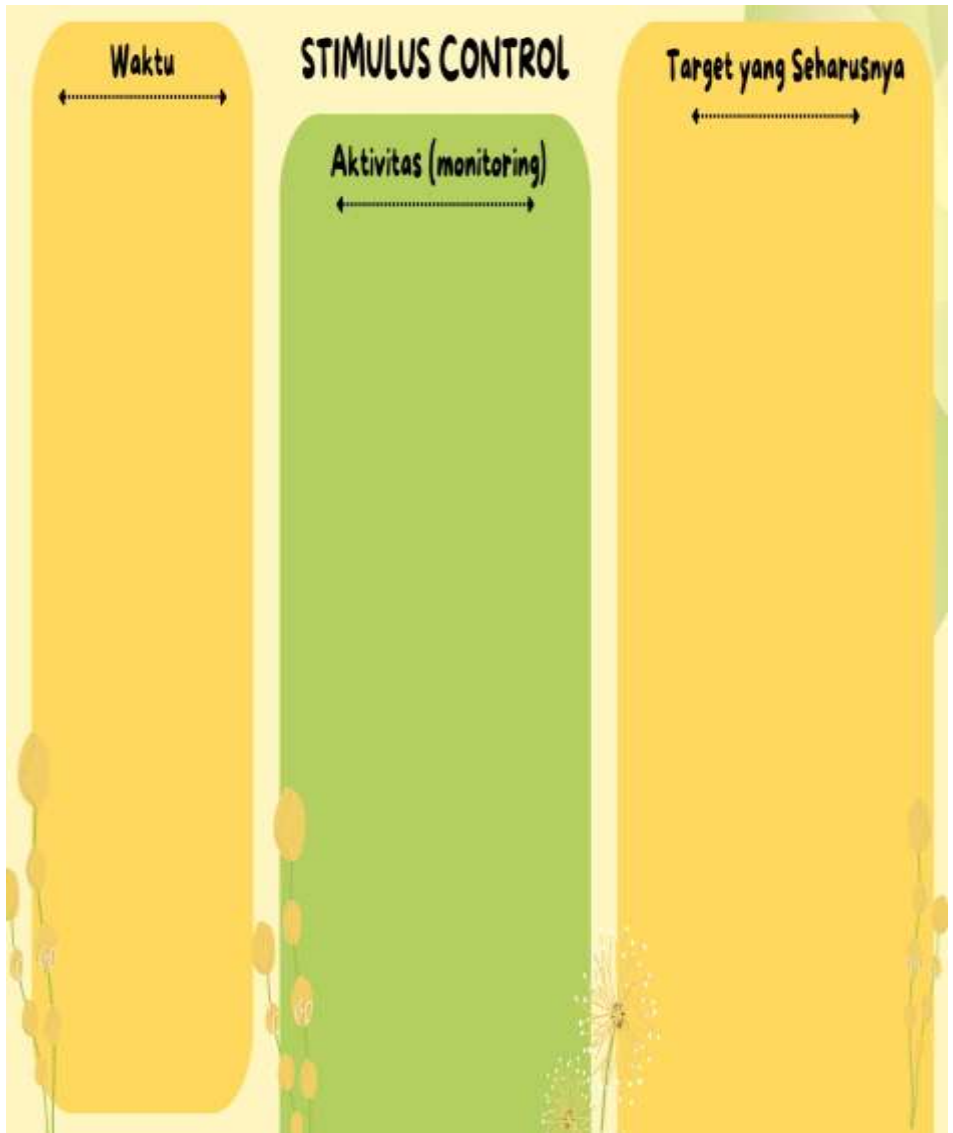
**SELF MONITORING**  
Jadwal Harian Peserta Didik

Nama :  
Kelas :

**RABU**

**Waktu**

**Aktivitas**

**Lampiran****LKPD (lembar kerja peserta didik) *Stimulus Control***

**REINFORCEMENT (SELF REWARD)**

<p><b>Perilaku</b></p>	<p><b>Hadiah (reward)</b></p>
	<p><b>Hukuman</b></p>

**Catatan:**



## Lampiran 11

### Surat Pra Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN  
Alamat: Jl. Let. Kol. H. Firdaus Saratin/Sukarame 1 Bandar Lampung (0721) 803260

Nomor : B- [21]/U/6.16/DY/PP.009.7/01/2023 Bandar Lampung, 18 Januari 2023  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Melaksanakan Pra Penelitian

Kepada Yth.  
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Gunung Sugih  
di-  
Tempat

*Arsalamu'alaikum Wr. Wb*

Dalam rangka memenuhi persyaratan study pada program Strata Satu (S1) UIN Raden Intan Lampung, maka dengan ini mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan izin kepada mahasiswa/:

Nama : Dwi Putri Rahayu  
NPM : 1911090294  
Semester : VIII (Delapan)

Fakultas/ Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan Konseling Pendidikan Agama Islam

Untuk melaksanakan Pra Penelitian di SMA Negeri 1 Gunung Sugih. Data hasil Pra Penelitian tersebut akan dipergunakan oleh yang bersangkutan untuk penyusunan Proposal Skripsi.  
Demikianlah atas izin dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

An. Dekan  
KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG  
Bidang Akademik dan Ketenagaan  
  
Prof. Dr. H. Dedian Makhbuloh, S.Ag., M.Ag.  
NIP. 197305022001121001

#### Tembusan :

1. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
2. Kabag. TU Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
3. Kaprodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
4. Mahasiswa/ Yang Bersangkutan



**Lampiran 12**  
**Balasan Surat Pra Penelitian**

	<p>PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG  <b>DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN</b>  <b>SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH</b>          NPSN : 10801966 NSS : 301120201024          Jl. Jend. Sudirman Gunung Sugih Lampung Tengah Kode Post 34144          E-mail: <a href="mailto:sma1gunungsugih@gmail.com">sma1gunungsugih@gmail.com</a></p>	
---	--	---

---

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**  
**NO : 421.J/420/150/III.01/SMA/2022**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Gunung Sugih kab. Lampung Tengah menerangkan :

Nama	: Dwi Putri Rahayu
Nomor Pokok Mahasiswa	: 1911080294
Semester	: VIII (Delapan)
Program Study	: Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Universitas	: Fakultas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Bahwa benar nama tersebut telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Gunung Sugih. Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Gunung Sugih, 01 Februari 2022



**MANANUDIN, S.Pd**  
 NIP. 19670629 199001 1 001

## Lampiran 13

### Surat Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURURAN**  
 Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung  
 ☎ (0721) 703260

---

Nomor : B-16/DT/PP.009.7/09/2023  
 Sifat : Penting  
 Perihal : Permohonan Mengadakan Penelitian

Bandar Lampung, September 2023

Kepada Yth.  
 Kepala SMA Negeri 1 Gumung Sugih  
 di  
 Tempai

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah memperhatikan Judul Skripsi dan Out Line yang sudah disetujui oleh dosen Pembimbing Akademik (PA), maka dengan ini Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung :

Nama : Dwi Putri Rabayu  
 NPM : 1911080294  
 Semester/TA : IX (Sembilan)  
 Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam  
 Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Pada Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Gumung Sugih.

Akan mengadakan penelitian di SMA Negeri 1 Gumung Sugih. Guna mengumpulkan data dan bahan-bahan skripsi yang bersangkutan. Waktu yang diberikan mulai tanggal 18 September 2023 sampai dengan 18 November 2023.

Demikian, atas berkenan dan barmannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*



Dekan  
 Dwi Putri Rabayu, M.Pd  
 198803 2 002

Tembusan:

1. Wakil Dekan Bidang Akademik;
2. Kajur/Kaprodi BKPI
3. Kabag.TU FTK
4. Mahasiswa/ yang bersangkutan

## Lampiran 14

### Balasan Surat Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH

NPSN : 10801966 NSS : 301120201024

Jl. Jend. Sudirman Gunung Sugih Lampung Tengah Kode Post 34161

E-mail: [sma1gunungsugih@gmail.com](mailto:sma1gunungsugih@gmail.com)



**SURAT KETERANGAN**  
NO : 421.3/420/108/III.01/SMA/2023

Berdasarkan surat dari Lembaga Pendidikan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTANIAMPUNG Nomor: B-10982.Un.16/DT/PP.009.7/09/2023 Tentang Permohonan Mengadakan Penelitian..

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : HASANUDIN, S.Pd  
NIP : 19670829 199001 1 001  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH  
Alamat : Jln. Jenderal Sudirman Gunung Sugih Lampung Tengah

**MENERANGKAN**

Nama : Dwi Putri Rahayu  
NPM : 1911080294  
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Program Studi : S1 Bimbingan Konseling  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management dalam Mengurangi Prilaku Membolos pada Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

Bahwa benar nama tersebut telah kami terima untuk melaksanakan permohonan dalam rangka penulisan proposal penelitian di SMA Negeri 1 Gunung Sugih.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



## Lampiran 15

### Surat keterangan Turnitin



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**PUSAT PERPUSTAKAAN**

Jl. Letkol H. Endro Suratmaji, Sukarame I, Bandar Lampung 35131  
Telp. (0721) 700807-74531 Fax. 700422 Website: [www.radenintan.ac.id](http://www.radenintan.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: B-0052/ Un.16 / P1 /KT/I/ 2024

*Assalamu'alaikum Wr.Wb.*

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I  
NIP : 197308291998031003  
Jabatan : Kepala Pusat Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung  
Menerangkan bahwa artikel ilmiah dengan judul

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT  
DALAM MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PADA PESERTA DIDIK KELAS X  
DI SMA NEGERI 1 GUNUNG SUGIH**  
Karya

NAMA	NPM	FAKULTAS/PRODI
DWI PUTRI RAHAYU	1911080294	FTK/BKPI

Bebas Plagiasi sesuai Cek dengan tingkat kemiripan sebesar **21%**. Dan dinyatakan **Lulus** dengan bukti terlampir.

Demikian Keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb.*

Bandar Lampung, 04 Januari 2024  
Kepala Pusat Perpustakaan



Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I  
NIP. 197308291998031003

Ket:

1. Surat Keterangan Cek Turnitin ini Legal & Sah, dengan Stempel Asli Pusat Perpustakaan.
2. Surat Keterangan ini Dapat Digunakan Untuk Repository
3. Lampirkan Surat Keterangan Lulus Turnitin & Rincian Hasil Cek Turnitin ini di Bagian Lampiran Skripsi Untuk Salah Satu Syarat Penyebaran di Pusat Perpustakaan.

PENGARUH LAYANAN  
KONSELING KELOMPOK  
DENGAN TEKNIKSELF  
MANAGEMENT DALAM  
MENGURANGI PERILAKU  
MEMBOLOS PADA PESERTA  
DIDIK KELAS X DI SMA NEGERI  
1 GUNUNG SUGIH

Submission date: 04-Jan-2024 03:15PM UTC+0700  
Submission ID: 2266630747  
File name: DWI\_PUTRI\_RAHAYU\_1911080294\_BKPI.docx (150.5K)  
Word count: 8716  
Character count: 54996

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN  
TEKNIKSELF MANAGEMENT DALAM MENGURANGI PERILAKU  
MEMBOLOS PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI SMA NEGERI 1  
GUNUNG SUGIH

ORIGINALITY REPORT

<b>21</b> %	<b>20</b> %	<b>10</b> %	<b>14</b> %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<a href="https://repository.radenintan.ac.id">repository.radenintan.ac.id</a> Internet Source	<b>8</b> %
<b>2</b>	<a href="https://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	<b>4</b> %
<b>3</b>	<a href="https://repository.uin-suska.ac.id">repository.uin-suska.ac.id</a> Internet Source	<b>1</b> %
<b>4</b>	Submitted to UIN Raden Intan Lampung Student Paper	<b>1</b> %
<b>5</b>	Zulvia Hanifaturrohmah, Wikan Galuh Widyarto. "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif Siswa Kelas XI IPS SMAN 2 Trenggalek", Anterior Jurnal, 2022 Publication	<b>&lt;1</b> %
<b>6</b>	<a href="https://jaimnumetrolampung.ac.id">jaimnumetrolampung.ac.id</a> Internet Source	<b>&lt;1</b> %

7	<a href="http://ejurnal.undana.ac.id">ejurnal.undana.ac.id</a> Internet Source	<1 %
8	<a href="http://journal3.um.ac.id">journal3.um.ac.id</a> Internet Source	<1 %
9	<a href="http://lib.unnes.ac.id">lib.unnes.ac.id</a> Internet Source	<1 %
10	Submitted to University of South Florida Student Paper	<1 %
11	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	<1 %
12	Fino Wahyudi Abdul, Muhammad Rizki Ramadhan. "Analisis Pengaruh Layout Penyimpanan Bahan Baku terhadap First In First Out berdasarkan Hasil Jajak Pendapat Karyawan (Studi pada PT Indofood CBP Sukses Makmur TBK Divisi Packaging Purwakarta)", <i>Jurnal Logistik Indonesia</i> , 2020 Publication	<1 %
13	<a href="http://journal.walisongo.ac.id">journal.walisongo.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="http://repo.uinsatu.ac.id">repo.uinsatu.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://etheses.uin-malang.ac.id">etheses.uin-malang.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://journal.rumahindonesia.org">journal.rumahindonesia.org</a>	

	Internet Source	<1 %
17	<a href="http://jurnal.iicet.org">jurnal.iicet.org</a> Internet Source	<1 %
18	Sri Utami. "Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Token Ekonomi", Nusantara of Research : Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2020 Publication	<1 %
19	<a href="http://moam.info">moam.info</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://ojs.uniska-bjm.ac.id">ojs.uniska-bjm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://digilib.uin-suka.ac.id">digilib.uin-suka.ac.id</a> Internet Source	<1 %
22	<a href="http://digilib.uinsa.ac.id">digilib.uinsa.ac.id</a> Internet Source	<1 %
23	Nur Khotimah, Moh Usman Kurniawan, Imaratul Ulwiyah. "Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management Terhadap Penurunan Krisis Identitas Siswa SMA Islam Al-Fattah Bondowoso", PANDALUNGAN : Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling dan Multikultural, 2023	<1 %



## Publication

24	<a href="http://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="http://repository.usd.ac.id">repository.usd.ac.id</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="http://satpolpp.lampungtengahkab.go.id">satpolpp.lampungtengahkab.go.id</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://ejournal.unibabwi.ac.id">ejournal.unibabwi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://repository.uinbanten.ac.id">repository.uinbanten.ac.id</a> Internet Source	<1 %
29	<a href="http://data.sekolah-kita.net">data.sekolah-kita.net</a> Internet Source	<1 %
30	<a href="http://ejournal3.undip.ac.id">ejournal3.undip.ac.id</a> Internet Source	<1 %
31	<a href="http://eprints.ums.ac.id">eprints.ums.ac.id</a> Internet Source	<1 %
32	<a href="http://eprints.walisongo.ac.id">eprints.walisongo.ac.id</a> Internet Source	<1 %
33	<a href="http://ojs.unm.ac.id">ojs.unm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
34	<a href="http://tangerangmaya.com">tangerangmaya.com</a> Internet Source	<1 %
35	<a href="http://www.neliti.com">www.neliti.com</a>	

	Internet Source	<1 %
36	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
37	<a href="https://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
38	<a href="https://kkn.unnes.ac.id">kkn.unnes.ac.id</a> Internet Source	<1 %
39	<a href="https://library.um.ac.id">library.um.ac.id</a> Internet Source	<1 %
40	<a href="https://www.pulautidungwisata.com">www.pulautidungwisata.com</a> Internet Source	<1 %
41	<a href="https://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet Source	<1 %

Exclude quotes  On      Exclude matches  ≤ 5 words  
Exclude bibliography  On