

**PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM  
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA  
DIDIK DI SMA MUHAMMADIYAH 1 METRO**

**SKRIPSI**

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

Oleh  
**DIMAS WISNU WIJAYA**  
NPM: 1711080037

**Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



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

**PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM  
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA  
DIDIK DI SMA MUHAMMADIYAH 1 METRO**

**SKRIPSI**

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



**Pembimbing 1 : Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd**  
**Pembimbing 2 : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I**

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

## ABSTRAK

Penelitian ini menjelaskan tentang pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* oleh guru BK untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Disiplin diartikan sebagai kepatuhan terhadap aturan dan perintah sehingga individu dapat mengembangkan kemampuan bertujuan mendisiplinkan pribadinya menjadi salah satu kedewasaan diri. Kedisiplinan pada peserta didik bisa dilihat dengan bagaimana ketaatannya pada aturan yang tentunya sudah berlaku di sekolah, seperti jam yang sudah ditentukan untuk masuk kelas dan sekolah, jam pulang sekolah, ketaatan peserta didik dan kepatuhan dalam peraturan yang ada di sekolah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui implementasi layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Sedangkan yang menjadi informan dalam penelitian ini adalah kepala sekolah, guru BK, guru mata pelajaran, dan peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro. Dalam pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif analisis dengan cara mendeskripsi data.

Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik guru BK menggunakan beberapa keterampilan dasar konseling dalam proses konselingnya, diantaranya: pada tahap pembukaan yaitu membangun *attending*, *refleksi*, dorongan minimum, kemudian untuk tahap eksplorasi yaitu pertanyaan terbuka, pertanyaan tertutup. Keadaan peserta didik setelah diberikan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengatasi kedisiplinan peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro dapat dilihat bahwa siswa sudah mampu meningkatkan pemahaman dalam mengatasi kedisiplinan mematuhi aturan tata tertib di sekolah dengan baik.

**Kata Kunci : Konseling Kelompok, Self Management, Kedisiplinan**

## **ABSTRACT**

*This study describes the implementation of group counseling services with self management technique by counseling teachers to improve student discipline. Discipline is defined as obedience to rules and orders so that individuals can develop abilities aimed at disciplining their personality to become one of self-maturity. Discipline in students can be seen by their obedience to the rules which of course already apply at school, such as the hours that have been determined for entering class and school, school hours, student obedience and compliance with existing rules at school. The purpose of this study was to find out the implementation of group counseling services with self management technique in improving the discipline of Muhammadiyah 1 Metro high school students.*

*This study used a qualitative approach with a descriptive research type. While the informants in this study were school principals, counseling teachers, subject teachers, and students of SMA Muhammadiyah 1 Metro. In collecting data using observation techniques, interviews and documentation. The data analysis technique used is descriptive analysis by describing the data.*

*In implementing group counseling services using self-management techniques to increase students' discipline, guidance and counseling teachers use several basic counseling skills in the counseling process, including: at the opening stage, namely building attendance, reflection, minimum encouragement, then for the exploration stage, namely open questions, closed questions. The condition of the students after being provided with group counseling services using self-management techniques to overcome the discipline of Muhammadiyah 1 Metro High School students can be seen that the students have been able to increase their understanding in overcoming discipline in obeying school rules and regulations well.*

**Keywords: Group Counseling, Self Management, Discipline**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **DIMAS WISNU WIJAYA**  
NPM : 1711080037  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI SMA MUHAMMADIYAH 1 METRO**” adalah benar skripsi ini hasil karya sendiri dan bukan duplikasi karya orang lain, kecuali bagian-bagian yang telah dirujuk pada literature, *footnote* dan juga daftar rujukan, apabila terbukti terdapat sebuah penyimpangan dalam skripsi ini maka akan bertanggung jawab sepenuhnya. Demikianlah surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Bandar Lampung, 10 Juli 2023

Penulis



Dimas Wisnu Wijaya  
NPM. 1711080037



**KEMENTERIAN AGAMA  
UIN RADEN INTAN LAMPUNG  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Alamat: Jl. Let. H. Endro Suratmin I Bandar Lampung 35131, Telp. (0721) 703289

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING  
KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF*  
MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN  
KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI SMA  
MUHAMMADIYAH I METRO**  
**Nama : DIMAS WISNU WIJAYA**  
**NPM : 1711080037**  
**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**  
**Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

**Untuk di Munaqasyahkan dan dapat di pertahankan dalam  
sidang munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Raden Intan Lampung**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd**  
**NIP. 196706221994322002**

**Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I**  
**NIP. 196104011981031003**

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

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

**NIP. 197907012009011014**



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

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **“PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI SMA MUHAMMADIYAH 1 METRO”**.  
Disusun oleh **DIMAS WISNU WIJAYA, NPM: 1711080037**,  
Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah  
diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
pada hari/Tanggal: **Senin/ 6 Mei 2024**.

**TIM SIDANG MUNAQOSYAH**

**Ketua : Dra. Uswatun Hasanah, M.Pd.I** (.....)

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

**Penguji Utama : Dr. H. Andi Thahir, M.A., Ed.D** (.....)

**Penguji Pendamping I : Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd** (.....)

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

**Mengetahui,  
Dean Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Prof. Dr. H. Nuzuliana, M.Pd**

**NIR. 0640828 198803 2 002**

## MOTO

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

Artinya : *Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. kemudian jika kamu berlainan Pendapat tentang sesuatu, Maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya.(Q.S An-nisa:59).*<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, "Al-Qur'an Terjemahan", (Bandung : Penerbit AlQur'an, 2009), h.543



## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrohmanirrohim,*

Segala puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, *Alhamdulillahirobbil'alamin* sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar, dengan begitu penulis persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang begitu luar biasa:

1. Kepada orang tua tercinta dan yang aku sayangi, Bapak Siswanto, ayah yang begitu luar biasa ayahanda yang telah memberikan seluruh cinta dan kasih sayang nya semasa hidupnya menjadi motivasi untuk penulis, dan kepada ibunda ku tercinta, wanita tangguh ku, Ibu Tri yulinawati yang tak pernah berhenti selalu mendoakan ku agar anak nya menjadi sarjana seperti apa yang beliau inginkan.
2. Kepada keluarga besarku orang-orang yang sangat berarti dalam hidup ku, yang selalu memberikan motivasi, yang selalu mendoakan dan menjadi *support system* dalam perjalanan hidup, sepertinya kata terimakasih tidak cukup untuk membayar semuanya.
3. Almamaterku tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung (UIN RIL).

## RIWAYAT HIDUP

Penulis skripsi bernama, Dimas Wisnu Wijaya yang merupakan anak ke 1 dari 2 Saudara, dari pasangan Bapak Siswanto, M.Pd dan Ibu Tri yulinawati, S.Pd penulis ini lahir pada senin 05 april 1999 di Kota Metro

Pendidikan yang telah ditempuh oleh penulis dimulai dari taman kanak-kanak di TK PKK 1 Banjarsari pada tahun 2004 Masuk Sekolah Dasar SDN 8 Metro Barat pada tahun 2005 Lalu, kejenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Muhammadiyah 1 Metro pada tahun 2011 Kemudian, penulis melanjutkan pendidikan di SMA di SMA Muhammadiyah 1 lulus pada tahun 2017.

Pada tahun 2017 penulis diterima masuk di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) program Starta (S.1), masuk melalui jalur SPANPTKIN UIN Raden Intan Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. Pada tahun 2020 penulis telah mengikuti KKN-DR (Kuliah Kerja Dari Rumah) Di Desa Hadimulyo Barat dan juga telah melaksanakan praktek pengalaman lapangan (PPL) di SMA YP Unila Bandar Lampung

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirobil'amin*

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat iman, kesehatan nikmat ilmu serta senantiasa melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, sholawat serta salam penulis sanjung agungkan kepada junjungan Nabi besar Nabi Muhammad SAW yang telah membawa manusia dari zaman yang gelap menjadi zaman yang terang benderang. Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari banyaknya bantuan, arahan serta bimbingan dari pihak-pihak yang terlibat, yang telah membimbing, memberikan arahan serta telah mencurahkan tenaga demi membantu penyelesaian skripsi ini, dan penulis telah melakukan penelitian tentang skripsi yang berjudul **“PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK DI SMA MUHAMMADIYAH 1 METRO ”** dan ungkapan terimakasih banyak serta penghargaan yang setinggitingginya kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Mutardho, M.S.I selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Indah Fajriani, M.Psi selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd, selaku pembimbing I (satu) yang telah banyak membantu mengarahkan, memberikan masukan memberikan motivasi, dengan sabar dan ikhlas sehingga penelitian dan skripsi penulis dapat berjalan dan terselesaikan dengan baik
5. Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I, selaku pembimbing II (dua) yang telah banyak memberikan bantuan, arahan, memberikan motivasi, masukkan, kritikan, dan telah dengan sabar dan

ikhlas sehingga penelitian dan skripsi dapat berjalan dan terselesaikan dengan baik

6. Bapak dan ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah banyak memberikan ilmunya kepada penulis, semoga ilmunya selalu bermanfaat dunia maupun akhirat
7. Drs. Ruslani selaku kepala sekolah, Samsul Hadi, M.Pd selalu guru bimbingan dan konseling yang telah banyak membantu saat proses penelitian berlangsung

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal atas kebaikan dan ketulusan yang luar biasa, dan semoga menjadi catatan amal ibadah, serta penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada semua pihak yang telah disebutkan diatas, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN</b> .....	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah .....	2
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	10
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	10
H. Metode Penelitian .....	13
I. Sistematika Pembahasan .....	19
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>21</b>
A. Konseling Kelompok .....	21
1. Pengertian Konseling .....	21
2. Pengertian Konseling Kelompok.....	22
3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	23
4. Asas-asas Konseling Kelompok .....	24
5. Tahapan-tahapan Konseling Kelompok .....	26
6. Prinsip-prinsip Konseling Kelompok.....	27
B. Teknik Self Management.....	29
1. Pengertian Teknik Self Management .....	29
2. Tujuan Teknik Self Management .....	30
3. Manfaat Teknik Self Management .....	30
4. Prosedur Teknik Self Management .....	31
C. Kedisiplinan .....	32

1. Pengertian Kedisiplinan .....	32
2. Tujuan Kedisiplinan .....	34
3. Macam-macam Disiplin .....	34
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan .....	36
5. Indikator Kedisiplinan.....	37
<b>BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	39
1. Sejarah SMA Muhammadiyah 1 Metro .....	39
2. Letak Geografis SMA Muhammadiyah 1 Metro.....	40
3. Kondisi Demografis SMA Muhammadiyah 1 Metro .....	41
4. Kondisi Objektif SMA Muhammadiyah 1 Metro.....	42
B. Penyajian Fakta dan Data Penelitian.....	42
<b>BAB IV ANALISIS PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
A. Analisis Data.....	45
B. Temuan Penelitian .....	63
C. Keterbatasan Penelitian .....	66
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan.....	67
B. Rekomendasi.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Gambaran permasalahan peserta didik SMA Muhammadiyah .....	6



## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Lampiran Surat izin melaksanakan penelitian
2. Lampiran Surat balasan melaksanakan penelitian
3. Lampiran Pedoman Observasi
4. Lampiran Pedoman Wawancara guru BK saat pra-Penelitian
5. Lampiran Pedoman Wawancara guru BK saat Penelitian
6. Lampiran Dokumentasi Buku Kasus Peserta didik
7. Lampiran Dokumentasi Absensi Peserta Didik
8. Lampiran Dokementasi Kegiatan Penelitian





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Sebagai langkah awal untuk memahami judul skripsi ini, dan untuk menghindari kesalahpahaman, maka penulis merasa perlu untuk menjelaskan beberapa kata yang menjadi judul skripsi ini. Adapun judul skripsi yang dimaksudkan adalah Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Pada Peserta Didik Di SMA Muhammadiyah 1 Metro.

#### 1. Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok yakni suatu bantuan yang diberikan oleh seseorang pada suatu kelompok untuk memberikan informasi atau kegiatan kelompok. Yang ditujukan pada peningkatan serta pengembangan pemahaman diri, penyesuaian lingkungan, dan mengubah sikap dan perilaku yang kondusif pada sekitarnya.<sup>1</sup>

#### 2. Kedisiplinan

Disiplin adalah prosedur pembinaan yang memiliki tujuan untuk menanamkan perilaku tertentu atau membentuk manusia dengan karakteristik tertentu. Jadi yang dapat peneliti simpulkan dari disiplin adalah membiasakan anak melakukan sesuatu sesuai dengan tata tertib yang ada di lingkungannya. Karena itu disiplin dapat diartikan dengan secara luas. Disiplin dapat mencakup pengajaran, dorongan, bimbingan yang orang tua lakukan kepada anak mereka.

---

<sup>1</sup> Muiz, Gagan Abdul, and Sugandi Miharja. "Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Pelajar." *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam* 5.2 (2017). Hlm 205

### 3. Teknik Self Management

Menurut Gantina dalam bukunya teori dan teknik konseling menjelaskan tentang pengengolahan diri (*self-manajemen*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.<sup>2</sup>

### 4. SMA Muhammadiyah 1 Metro

Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan tempat pendidikan yang dibawah naungan organisasi Muhammadiyah yang beralamatkan di Jalan Khair Bras No.65, Ganjarasri, Kecamatan Metro Barat., Kota Metro, Lampung 34121.

## B. Latar Belakang Masalah

Permasalahan yang dialami oleh para peserta didik di sekolah sering kali tidak dapat dihindari meski dengan proses belajar dan pembelajaran yang sangat baik. Hal tersebut disebabkan oleh karena sumber-sumber permasalahan peserta didik banyak yang disebabkan oleh hal-hal di luar sekolah.

Pergaulan remaja saat ini perlu mendapat sorotan yang utama, karena pada masa sekarang pergaulan remaja sangat mengkhawatirkan dikarenakan perkembangan arus modernisasi yang mendunia serta menipisnya moral serta keimanan seseorang, khususnya remajanya pada saat ini. Ini sangat mengkhawatirkan bangsa karena di tangan generasi mudalah bangsa ini akan dibawa, baik buruknya bangsa ini sangat tergantung pada generasi muda.

Berkaitan dengan hal tersebut sekolah berkewajiban mempersiapkan anak-anak menjadi warga negara yang mengetahui dan menjalankan hak dan kewajibannya. Khusus bagi bangsa dan negara Indonesia fungsi tersebut diwujudkan dalam bentuk meneruskan nilai-nilai luhur pandangan hidup bangsa berdasarkan Pancasila dalam pembentukan sikap mental anak-

---

<sup>2</sup> Gantina Komalasari, Teori dan Teknik..., h. 180

anak. Dalam Al-Quran Allah SWT menjelaskan betapa pentingnya lembaga pendidikan seperti sekolah dalam membentuk anak-anak seperti tertuang dalam Al-Quran Surah Al-Mujadalah: 11, yang berbunyi :

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ

حَبِيرٌ

*Artinya : Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.(Q.S Al-Mujadalah:11).<sup>3</sup>*

Perjalan yang dilalui peserta didik dalam menempuh pendidikan ini menunjukkan suatu masa transisi dalam hampir di segala bidang kehidupan, baik dalam ilmu pengetahuan, kebudayaan, ekonomi, pemerintahan maupun dalam pendidikan sekolah, bahkan dalam pola-pola pemikiran manusia. Menurut W. S. Winkel S. J dalam bukunya yang berjudul “Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah” menyatakan bahwa: Mengalami suatu masa transisi menimbulkan segala macam tantangan dan kesukaran, baik bagi mereka yang sudah berumur agak tua maupun bagi mereka yang masih muda. Tantangan dan kesukaran ini dapat bersifat ringan, agak berat bahkan sangat berat sesuai dengan penilaian seseorang terhadap hal yang dihadapinya.<sup>4</sup>

Seorang anak akan tumbuh dan berkembang dengan baik manakala ia memperoleh pendidikan yang paripurna (komprehensif). Pendidikan itu sendiri harus dilakukan sedini mungkin di rumah maupun disekolah, formal di institusi

<sup>3</sup> Departemen Agama RI, "Al-Qur'an Terjemahan", (Bandung : Penerbit AlQur'an, 2009), h.543

<sup>4</sup> W. S. Winkel S. J, Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah (Jakarta: Gramedia, 1991), 14.

pendidikan dan non formal di masyarakat. Salah satu upaya yang dilakukan oleh tenaga pendidik saat ini ialah memberikan layanan bimbingan dan konseling disekolah. Sehingga permasalahan pada peserta didik akan lebih diperhatikan. Guru BK juga berperan aktif di sekolah yaitu merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir serta kehidupannya dimasa yang akan datang. Dan juga guru BK membantu siswa untuk mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin, menyelesaikan diri dengan lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat. Agar siswa mampu mengendalikan diri nya sewaktu mereka di tempatkan dimana saja.<sup>5</sup>

Disekolah pada umumnya sekarang ini selain guru yang tugas pokoknya mengajar juga sudah disediakan guru yang bertugas khusus untuk membimbing, mengajak serta memperhatikan siswa secara lebih intensif agar masalah-masalah yang mengganggu belajar siswa dapat teratasi lebih dini, yaitu seorang guru pembimbing.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa guru pembimbing adalah seorang tenaga yang profesional yang memberikan bantuan berupa pelayanan bimbingan dan konseling kepada orang yang membutuhkan untuk mengentaskan permasalahan yang sedang dihadapinya dalam kehidupan sehari-harinya.

Berperilaku disiplin juga menjadi aspek esensial dimana sebagai seorang pendidik termasuk guru BK dan orang tua harus menerapkannya, yang di harapkan peserta didik bisa mengontrol bagaimana perilakunya sendiri yang sesuai dengan norma dan aturan. Disiplin diartikan sebagai kepatuhan terhadap aturan dan perintah sehingga individu dapat mengembangkan kemampuan bertujuan mendisiplinkan pribadinya menjadi salah satu kedewasaan diri. Kedisiplinan pada peserta didik bisa dilihat dengan bagaimana ketaatannya pada aturan yang tentunya sudah berlaku di sekolah, seperti jam yang sudah ditentukan untuk masuk kelas dan sekolah, jam pulang sekolah, ketaatan peserta

---

<sup>5</sup> Bimo Walgito. (2004), bimbingan + konseling (Studi & Karier). Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET. hal.6

didik dan kepatuhan dalam peraturan yang ada disekolah. Definisi disiplin yaitu: 1) keteraturan didapati dalam suatu kelompok/orang. 2) sebagai sebuah teknik oleh guru dalam memelihara dan agar kelas menjadi teratur. 3) diartikan sama dengan (*Punishment*).<sup>6</sup>

Disiplin pada anak atau ada dari mereka yang masih kaku atau biasa dalam hal tersebut. Pada akhirnya, anak mampu mengendalikan diri. Ketika mereka disiplin, anak-anak dapat mengarahkan diri mereka sendiri tanpa dipengaruhi atau diperintah oleh orang lain. Adapun dalam pengelolaan diri, artinya anak mampu menguasai perilakunya sendiri dengan mengacu pada standar, norma, dan aturan yang jelas yang telah menjadi miliknya.<sup>7</sup> Dalam surat An-Nisa Ayat 59 diterangkan tentang disiplin:

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءٰمَنُوْا اطِيعُوْا اللّٰهَ وَاَطِيعُوْا الرَّسُوْلَ وَاُوْلِي الْاَمْرِ مِنْكُمْ ۗ فَاِنْ تَنٰزَعْتُمْ فِيْ شَيْءٍ فَرُدُّوْهُ اِلَى اللّٰهِ وَالرَّسُوْلِ ۗ اِنْ كُنْتُمْ تُوْمِنُوْنَ بِاللّٰهِ وَالْيَوْمِ الْاٰخِرِ ۗ ذٰلِكَ خَيْرٌ وَّاَحْسَنُ تَاْوِيْلًا ﴿٥٩﴾

Artinya : *Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. kemudian jika kamu berlainan Pendapat tentang sesuatu, Maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya. (Q.S An-nisa:59).*

<sup>6</sup> Pramudya Ingkranagara, “Pemberian Reward dan Punishment Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Dalam Pembelajaran IPS Kela V SD Negeri 1 Kejobong Purbalingga”, (Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar Edisi 2 Tahun Ke IV Januari 2015), h.2

<sup>7</sup> Bella dan Hady, “Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa melalui Manajemen Kelas”, (Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran, Vol.1,1\_No.1, 2017), h. 124-131

Surat tersebut menjelaskan agar manusia patuh pada Allah SWT dan Rasul-Nya berperilaku disiplin merupakan contoh ketaatan terhadap peraturan, Allah. SWT telah memerintahkan umatnya yang tidak sebaik-baiknya menggunakan masanya maka tergolonglah pada orang yang merugi. Allah telah memberi perintah kepada hambanya melalui surat tersebut agar selalu hidup dengan disiplin. Dengan hidup disiplin maka akan teratur juga hidup kita. Dan begitupun sebaliknya jika kita tidak hidup dengan menerapkan kedisiplinan maka akan hancur berantakan atau tidak teratur.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan pada tanggal 16 februari 2022 terlihat bahwa saat pembelajaran berlangsung masih banyak ditemukan siswa tidak mengikuti pembelajaran dengan baik, di saat jam pembelajaran berlangsung masih ada siswa yang main HP ketika jam pelajaran ketika guru yang bersangkutan menyuruh siswa untuk mengulangi tentang yang telah dijelaskan namun siswa itu tidak bisa menjelaskannya.

**Tabel 1.1**  
**Data Kedisiplinan Peserta Didik di kelas XI**  
**SMA Muhammadiyah 1 Metro**

No	Inisial Peserta didik	Perilaku
1	MW, AT, DS	Meninggalkan jam pelajaran tertentu hanya sekedar dikantin berkumpul ditoilet bersama teman-temanya.
2	AH, DP, RW, WS	Membolos dari sekolah peserta didik berangkat sekolah dari rumah dengan berpakaian seragam sekolah akan tetapi tidak masuk sekolah namun mereka pergi ke rumah temannya atau nongkrong ditempat lain
3	AS, ACP, DN, TP, RC, HF	Masuk sekolah terlambat, tidak mengikuti salat berjamaah

4	DK,RZ,RP,TN,LR,WH,HM	Tidak mengumpulkan tugas dari jadwal yang ditentukan/tidak mengumpulkan sama sekali
---	----------------------	---

Sumber : Catatan Kasus guru BK SMA Muhammadiyah 1 Metro

Berdasarkan hasil catatan kasus yang peneliti dapatkan dari pembagian angket oleh guru Bimbingan dan konseling terkait perilaku disiplin yang beraneka ragam yang terjadi pada peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro mengatakan bahwa ada anak yang membolos dengan berbagai macam alasan. Selain itu tidak sedikit juga peserta didik yang meninggalkan jam pelajaran tertentu hanya sekedar ke kantin atau ke toilet untuk berkumpul dan bersantai dengan teman-teman yang lain, terdapat juga peserta didik yang membolos dengan cara memanjat pagar sekolah hanya untuk main game di warnet". Hal ini mendapat perlakuan serius oleh pihak guru bimbingan dan konseling karna dengan adanya peserta didik yang membolos dapat membuat sekolah ataupun peserta didik tersebut mendapatkan imbasnya yang tidak baik, maka dari itu guru bimbingan dan konseling memanggil peserta didik yang membolos tersebut, untuk di hukum oleh guru BK ataupun dan memberi surat panggilan orang tua peserta didik tersebut, bahkan pernah di lakukan *home visit*, namun pada kenyataan peserta didik masih melakukan hal membolos tersebut.<sup>8</sup>

Latar belakang penulis dalam melakukan penelitian ini tentunya penulis melihat dari adanya pelanggaran kedisiplinan oleh peserta didik namun pelanggaran yang biasanya dilihat secara langsung dalam proses pembelajaran secara tatap muka, pada penelitian ini penulis melihat dari pelanggaran kedisiplinan dalam kondisi yang baru.

*Self-management* yaitu perubahan perilaku maupun kebiasaan konseli dengan cara mengatur dan memantau, yang dilakukan oleh konseli dalam bentuk latihan pemantauan diri,

---

<sup>8</sup> Wawancara dengan guru BK SMA Muhammadiyah 1 Metro, Ruang BK Pada 27 Februari 2022.

pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada 4 diri sendiri tanpa paksaan orang lain.<sup>9</sup> Menurut Rehm *self-management* merupakan metode untuk membantu klien menemukan tingkah laku yang baru dalam hidupnya sehari-hari. Self-management memfasilitasi proses belajar bagi klien untuk merubah dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan manajemen diri, klien bisa mengatur hidupnya, siswa yang belum mempunyai disiplin dalam mengurangi perilaku membolos di sekolah maka akan membentuk sikap disiplin yang tinggi dengan *self management*. Penggunaan teknik ini diharapkan agar konseli (peserta didik) dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mendapatkan perubahan kebiasaan yang dikehendaki.

Untuk itu dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik guru harus mampu mengetahui aspek-aspek apa saja yang mencakup kontrol diri. Diantara aspek-aspek tersebut adalah aspek kontrol kognitif, aspek kontrol perilaku dan aspek kontrol dalam mengambil keputusan.<sup>10</sup> Guru mempunyai peranan yang sangat penting dan strategis dalam membangun kontrol diri peserta didik di sekolah. Hal ini dibuktikan dengan adanya penelitian dari Sumarno yang menyebutkan bahwa peranan guru sangatlah penting dalam membangun karakter peserta didik karena dihadapkan dengan berbagai tantangan seperti permasalahan globalisasi problematika yang sangat kompleks.<sup>11</sup> Guru berperan sebagai pembimbing, penasihat, model atau teladan dan evaluator dalam membangun kontrol diri siswa.

Dari beberapa penjabaran latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penulisan dengan judul: Implementasi layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 1 Metro.

---

<sup>9</sup> Gantina Komalasari, Karsih, Teori dan Teknik Konseling, (Jakarta: Indeks, 2011), h. 134

<sup>10</sup> Averill, J.F. Personal Kontrol Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, No. 80 tahun 1973. Hal. 273

<sup>11</sup> Sumarno. "Peranan Guru Membangun Karakter Peserta Didik". *Jurnal Al Lubab*, Volume 1, No. 1 Tahun 2016. Hal. 123



### C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis memberikan fokus masalah pada penelitian ini dengan maksud agar masalah yang diteliti lebih terfokus dan terarah. Fokus masalah yang penulis akan teliti disini yaitu pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 1 Metro.

Selanjutnya sub fokus penelitian dalam penelitian ini terbagi menjadi 2 yaitu :

1. Gambaran tentang kondisi kedisiplinan yang dilakukan oleh peserta didik di SMA Muhammadiyah 1 Metro.
2. Pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *self management* berdasarkan keterampilan dasar konseling (KDK) tahap permulaan, tahap proses dan tahap pengakhiran teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro.

### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus masalah di atas, penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran kedisiplinan yang dilakukan oleh peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro ?
2. Bagaimana tahapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* berdasarkan keterampilan dasar konseling (KDK) tahap permulaan, tahap proses dan tahap pengakhiran teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro ?

### E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui gambaran kedisiplinan yang dilakukan oleh peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* berdasarkan keterampilan dasar konseling (KDK) tahap permulaan, tahap proses dan tahap pengakhiran teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik SMA Muhammadiyah 1 Metro.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Secara praktis**

#### **a. Bagi Sekolah**

Penelitian ini dapat memberikan sumbangan referensi dan informasi dalam melaksanakan layanan BK di sekolah terkait untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

### **2. Secara teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk pengembangan ilmu dan bahan kajian serta menambah wawasan dan sumbangan pemikiran yang progresif dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan di ranah pendidikan peserta didik sehingga mempunyai sikap disiplin yang baik. Dan juga menambah wawasan dan sumbangan ilmu baru bagi para peneliti di bidang bimbingan dan konseling khususnya seorang konselor sekolah dalam hal meningkatkan kembali sikap disiplin pada peserta didik.

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

Penelitian tentang menanamkan kedisiplinan peserta didik telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Berikut ini peneliti sajikan kutipan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait diantaranya.

1. Jurnal Hanisa Pratiwi, mahasiswa Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Yang berjudul “Implementasi Bimbingan dan Konseling Komprehensif untuk Meningkatkan Disiplin Peserta Didik Kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020”

Perbedaan dari penelitian ini adalah Hannisa Pratiwi menggunakan layanan bimbingan konseling komprehensif sedangkan pada penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok. Persamaan penelitian ini yakni sama dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

2. Jurnal M. Al-Amin Rangkuti mahasiswa Universitas Negeri Medan yang berjudul “Implementasi Layanan BK Dalam Kedisiplinan Siswa MAN Barus Tapanuli Tengah” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan kedisiplinan siswa, kedisiplinan siswa, pengimplementasian layanan BK yang dilakukan guru BK dalam kedisiplinan siswa, dan faktor pendukung yang membentuk kedisiplinan siswa. Hasil penelitiannya adalah: kedisiplinan siswa sudah cukup baik meskipun ada beberapa yang melanggar dikarenakan ada siswa baru, implementasi layanan BK sudah cukup baik hal ini dilihat bahwa selalu diadakannya layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

Persamaan penelitian M. Al-Amin Rangkuti yaitu sama dalam hal melihat kedisiplinan peserta didik, perbedaannya adalah penelitian ini mengangkat implementasi layanan BK sedangkan penelitian ini mengangkat implementasi layanan konseling kelompok.

3. Jurnal karya Muchtar, Syamsu Yusuf, Amin Budi Amin yang berjudul Program Layanan Bimbingan Klasikal

untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa.<sup>12</sup>

Perbedaan peneliti terdahulu dengan peneliti ialah terletak pada variabel X (meningkatkan *self control* peserta didik) peneliti meneliti tentang kedisiplinan, sedangkan pada persamaannya terletak pada variabel Y, dimana peneliti terdahulu menggunakan layanan bimbingan klasikal sedangkan pada peneliti menggunakan layanan konseling kelompok.

4. Jurnal karya Tarmizi Tarmizi, Anisha Julianti dengan judul Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas Vii-9 Di Mts Al-Jam'iyatul Wasliyah Tembung.<sup>13</sup>

Perbedaan peneliti terdahulu dengan peneliti ialah terletak pada variabel X (meningkatkan *self contro* peserta didik) peneliti meneliti tentang kedisiplinan, sedangkan pada persamaannya terletak pada variabel Y, dimana peneliti terdahulu layanan bimbingan dan konseling kelompok.

5. Jurnal Karya Dewi Nur Fatimah dengan judul Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta.<sup>14</sup>

Perbedaan peneliti terdahulu dengan peneliti ialah terletak pada variabel X (meningkatkan *self control* peserta didik sedangkan peneliti meneliti kedisiplinan peserta didik, sedangkan pada persamaannya terletak pada variabel Y, dimana peneliti

---

<sup>12</sup> Syamsu Yusuf, dkk. Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa. Jurnal PSIKOPEDAGOGIA Vol 5 No 1. <http://dx.doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4473>.

<sup>13</sup> Tarmizi Tarmizi, Anisha Julianti. Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self Control* dalam Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas Vii-9 Di Mts Al-Jam'iyatul Wasliyah Tembung. Jurnal AL-MURSYID vol. 01 no.01.

<sup>14</sup>Dewi Nur Fatimah dengan judul Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan *Self Control* Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta. HISBAH :Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Vol. 14 No. 01 2017.

terdahulu menggunakan layanan bimbingan klasikal.

## H. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan dan fokus penelitian. Metode kualitatif adalah langkah-langkah penelitian sosial untuk mendapatkan data deskripsi berupa kata-kata dan gambar.<sup>15</sup> Pendekatan metode kualitatif adalah pendekatan yang tidak menggunakan dasar kerja statistik, tetapi berdasarkan bukti-bukti kualitatif. Dengan metode deskriptif kualitatif, analisis data yang diperoleh (berupa kata-kata, gambar atau perilaku), dan tidak dituangkan dalam bentuk bilangan atau angka statistik, melainkan dengan menggunakan paparan atau penggambaran mengenai situasi atau kondisi yang diteliti dalam bentuk uraian naratif.<sup>16</sup>

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk mendeskripsikan permasalahan dan fokus penelitian. Metode penelitian kualitatif adalah langkah-langkah dalam metode kualitatif yang berupa kata-kata dan gambar tempat suatu penelitian. Penelitian ini termasuk penelitian lapangan (*field research*), penelitian lapangan adalah penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan data dari lokasi atau lapangan, termasuk juga data primer hasil interview dengan pihak yang bersangkutan sebagai objek penelitian. Penelitian ini bersifat kualitatif deskriptif yang berarti bersifat menggambarkan atau memaparkan suatu gejala dan peristiwa.<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup> Lexi J. Meleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007), h 11

<sup>16</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan dalam Pendekatan Kualitatif*, (Bandung Alfabeta, 2013)

<sup>17</sup> Juliansyah Noor, *Metode Penelitian*, Cetakan Ke-2 (Jakarta: Kencana, 2012), h 34

## 2. Partisipan dan Tempat Penelitian

### a. Partisipan

Adapun partisipan dalam penelitian ini yaitu guru Bimbingan dan Konseling di SMA Muhammadiyah 1 Metro dan peserta didik di SMA Muhammadiyah 1 Metro.

### b. Tempat Penelitian

Penelitian dengan judul pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 1 Metro yang terletak di Jl. Khair Bras No.65, Ganjarasri, Kec. Metro Barat., Kota Metro, Lampung.

## 3. Prosedur Pengumpulan Data

### a. Prosedur Pengumpulan Data

Jhon W Creswell menjelaskan bahwa langkah-langkah pengumpulan data meliputi usaha membatasi penelitian, pengumpulan informasi melalui observasi dan wawancara (dapat menggunakan wawancara terstruktur ataupun tidak), dokumentasi, materi visual, dan menyusun strategi untuk mencatat informasi untuk merekam. Prosedur pengumpulan data dalam penelitian kualitatif melibatkan beberapa strategi yaitu:<sup>18</sup>

#### 1) Observasi

Observasi merupakan suatu teknik pengumpulan data secara sistematis mengenai tingkah laku dengan cara melihat dan mengamati individu maupun kelompok yang diteliti. Dengan pengamatan yang dilakukan secara visual maka *validitas* data sangat tergantung pada kemampuan

---

<sup>18</sup> Jhon W Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif Dan Mixed*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2009),h. 20-21

observer. Pengamatan sebagai teknik pengumpul data yang mengandalkan indra mata dan telinga, dilakukan secara terlibat dan terkendali. Pengamatan terlibat merupakan jenis pengamatan yang melibatkan peneliti dalam kegiatan orang yang diteliti, tanpa mengakibatkan perubahan pada kegiatan yang bersangkutan serta tidak menyembunyikan diri. Sedangkan pengamatan terkendali merupakan jenis pengamatan dengan melakukan percobaan atas diri sasaran penelitian yang dapat diamati secara seksama.<sup>19</sup>

Berdasarkan segi pelaksanaannya pengumpulan data observasi dibedakan menjadi dua jenis yaitu:

- a) Observasi *partisipan* dalam observasi ini peneliti terlibat secara langsung dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang dijadikan sebagai sumber data penelitian
- b) Observasi *non partisipan* dalam observasi ini peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen. Peneliti hanya mencatat, menganalisis kemudian membuat kesimpulan data yang diperoleh. Pengumpulan data dalam penelitian ini tidak akan mendapatkan data yang mendalam dan tidak sampai pada tingkat makna.<sup>20</sup>

Observasi yang dilakukan oleh peneliti adalah observasi *non partisipan*, dimana peneliti melakukan pengamatan langsung di SMA Muhammadiyah 1 Metro, dan memantau proses

---

<sup>19</sup> Basrowi & Suwandi, "Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa," 信阳师范学院, 2014.

<sup>20</sup> Latour Bruno, "Observasi," *Journal of Chemical Information and Modeling*, 2019. h. 24.

pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling oleh guru BK namun peneliti tidak terlibat langsung dalam menangani permasalahan peserta didik, peneliti mendapatkan informasi dari guru bimbingan dan konseling, salah satu wali kelas XI, dan salah satu guru mata pelajaran yang terdapat di SMA Muhammadiyah 1 Metro.

## 2) Wawancara

Wawancara merupakan suatu percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak, yakni pewawancara (*interviewer*) sebagai pemberi pertanyaan dan yang diwawancarai yaitu (*interviewee*) sebagai pemberi jawaban atas pertanyaan yang diajukan.<sup>21</sup> Wawancara adalah untuk mendapatkan data atau informasi yang benar dan tepat dari orang yang diwawancarai (narasumber) yang terpercaya. Wawancara ini dilakukan melalui menyampaikan sejumlah pertanyaan kepada narasumber oleh pewawancara.

Wawancara kualitatif, peneliti dapat melakukan face to face interview dengan partisipasi mewawancarai mereka dengan telepon, atau dengan bertemu secara langsung langsung. Wawancara yang dilakukan peneliti dibantu dengan menggunakan alat perekam dengan alat tulis untuk membantu proses jalannya wawancara yang dilakukan oleh *interviewer*. Wawancara yang dilakukan peneliti ialah kepada guru BK kelas XI, salah satu wali kelas dan juga salah satu guru mata pelajaran, dan peserta didik yang pernah mengikuti layanan bimbingan dan konseling.

---

<sup>21</sup> Aris Kurniawan, "Pengertian Wawancara, Teknik, Metode, Jenis, Tujuan & Contoh," 2019-06-01, 2019.



### 3) Dokumentasi

Dokumentasi ini bisa berupa dokumen publik seperti koran makalah, laporan kantor ataupun dokumen privat seperti buku harian, diary, surat, *e-mail*. Adapun pelaksanaan metode ini penulis melakukan untuk menghimpun data terkait profil sekolah, catatan kasus peserta didik, dokumentasi Rencana Pelaksanaan Layanan yang telah dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling, ruangan Bimbingan dan Konseling di sekolah, serta berkenaan dengan pelaksanaan konseling kelompok oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan *self contro* peserta didik di sekolah.

### 4. Prosedur Analisis Data

Analisis data merupakan proses berkelanjutan yang membutuhkan refleksi terus-menerus terhadap data, mengajukan pertanyaan-pertanyaan analitis, dan menulis catatan singkat sepanjang penelitian. Analisis data kualitatif bisa saja melibatkan proses pengumpulan data interpretasi, dan pelaporan hasil secara serentak dan bersama-sama. Dalam menganalisis data terdapat langkah-langkah sebagai berikut.<sup>22</sup>

- a. Mengolah dan mempersiapkan data untuk dianalisis. Langkah ini melibatkan transkripsi wawancara, men-scanning materi, mengetik data lapangan, atau memilah-milah dan menyusun data tersebut ke dalam jenis-jenis yang berbeda tergantung pada sumber informasi.
- b. Membaca keseluruhan data. Langkah pertama adalah membangun informasi yang diperoleh dan merefleksikan maknanya secara keseluruhan. Pada

---

<sup>22</sup> Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara,2015), h.63

tahap ini, peneliti menulis catatan-catatan khusus atau gagasan- gagasan umum tentang data yang diperoleh.

- c. Menganalisis lebih detail dengan meng-*coding* data. *Coding* merupakan proses mengolah materi/informasi menjadi segmen-segmen tulisan sebelum memaknainya. Langkah ini melibatkan beberapa tahap yaitu mengambil data tulisan atau gambar yang telah dikumpulkan selama proses pengumpulan, mensegmentasi kalimat-kalimat atau gambar-gambar tersebut ke dalam kategori-kategori, kemudian melabeli kategori-kategori ini dengan istilah-istilah khusus yang sering kali didasarkan pada istilah/bahasa yang benar-benar berasal dari partisipan.
- d. Terapkan proses *coding* untuk mendeskripsikan setting, orang-orang, kategori-kategori, dan tema-tema yang akan dianalisis. Deskripsi ini melibatkan usaha penyimpanan informasi secara detail mengenai orang-orang, lokasi-lokasi, atau peristiwa-peristiwa dalam setting tertentu.
- e. Menunjukkan bagaimana deskripsi dan tema-tema ini akan disajikan kembali dalam narasi/laporan kualitatif. Pendekatan naratif ini membahas tentang kronologi peristiwa, tema-tema tertentu atau tentang keterhubungan antar tema.
- f. Langkah terakhir analisis data adalah interpretasi atau memaknai data. Langkah ini membantu peneliti mengungkapkan esensi dari suatu gagasan. Interpretasi juga bisa berupa makna yang berasal dari perbandingan antara hasil penelitian dengan informasi yang berasal dari literatur atau teori.

## 5. Pemeriksaan Keabsahan Data

Untuk mendapatkan kesimpulan yang tepat dan obyektif maka diperlukan kredibilitas data, bermaksud untuk membuktikan bahwa apa yang dikumpulkan selama

penelitian sesuai dengan situasi dan kondisi di lapangan. Kriteria validasi data ini untuk menjamin data dan informasi yang disajikan memang benar kebenarannya baik bagi pembaca maupun subyek yang diteliti.<sup>23</sup> Jika peneliti mengumpulkan data dengan triangulasi, maka sebenarnya peneliti mengumpulkan data sekaligus mengecek kredibilitas data dengan teknik pengumpulan data dari berbagai sumber.

Triangulasi dengan metode mengacu, untuk melakukan pengecekan pada pengumpulan data atau informasi apakah hasilnya informasi metode wawancara sama dengan metode observasi atau hasilnya metode observasi sesuai dengan informasi saat dilaksanakan metode wawancara.

Selain itu menurut Burhan Bungin, adanya triangulasi ialah memberikan kesempatan pada hal-hal berikut: 1) menilai apakah data tersebut cukup; 2) melihat kekeliruan data; 3) penilaian terhadap responden; 4) adanya informasi tambahan; 5) memasukan informan dalam penelitian. Selanjutnya data yang telah dianalisis oleh peneliti tentang implementasi layanan konseling kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 1 Metro akan menghasilkan suatu kesimpulan yang selanjutnya akan diminta kesepakatan (*member check*).

## I. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan adalah penjelasan sementara dari sisi skripsi, yakni suatu gambaran tentang isi skripsi secara keseluruhan dan dari sistematika itulah dapat dijadikan satu arahan bagi pembaca untuk menelaahnya. Secara berurutan dalam sistematika ini adalah sebagai berikut :

---

<sup>23</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D (Bandung: Alfabeta, 2018), 9.

BAB I	:	Merupakan bab yang terdiri dari penegasan judul, latar belakang, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu, metode penelitian dan sistematika pembahasan.
BAB II	:	Pada tinjauan pustaka ini berisikan tentang kajian teori yang berisikan pemaparan tentang teori-teori bimbingan dan konseling yang berhubungan dengan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik <i>self management</i> untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 1 Metro.
BAB III	:	Menjelaskan tentang gambaran umum objek yang akan dijadikan objek penelitian serta penampilan data-data yang didapatkan selama melakukan penelitian dilapangan
BAB IV	:	Pada bab ini penulis menguraikan data-data yang telah diperoleh dari hasil penelitian literatur (membaca dan menelaah literatur) yang kemudian diedit, diklasifikasikan, diverifikasi, dan dianalisis untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan
BAB V	:	Pada bab ini merupakan bab terakhir yang berisi kesimpulan dan saran. Kesimpulan pada bab ini bukan merupakan ringkasan dari penelitian yang dilakukan melainkan jawaban singkat atas rumusan masalah yang telah ditetapkan. Saran pada bab ini merupakan usulan atau anjuran kepada pihak-pihak terkait atau pihak yang memiliki kewenangan lebih terhadap tema yang diteliti.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Konseling Kelompok

##### 1. Pengertian Konseling

Istilah konseling yang diadopsi dari bahasa Inggris “*counseling*” didalam kamus artinya dikaitkan dengan kata “*counsel*” memiliki beberapa arti, yaitu nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), dan pembicaraan (*to take counsel*).<sup>24</sup> Konseling adalah proses pemberian yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.<sup>25</sup>

Konseling adalah upaya bantuan yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya, menyediakan situasi belajar. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya secara optimal dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.

Menurut Sofyan S. Willis Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitannya.<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), h.22.

<sup>25</sup> Erikson, *Teori - teori Belajar* (Jakarta: Depdikbud P2LPTK 2009), h.7.

<sup>26</sup> Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* (Bandung: CV Alfabeta 2007),h.18.

## 2. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Burks dan Steffler dalam buku Latipun yang berjudul *Konseling Kelompok dan Perilaku Antisosial*, merumuskan bahwa konseling yakni suatu hubungan profesional yang dilakukan konselor dengan ahli kepada konseli. Interaksi yang biasanya dari orang yang satu dengan orang yang lain, meski dalam hal lain dapat lebih dari dua orang. Kegiatan ini dibuat untuk membantu konseli dalam memanyadari perasaan diri dan menjelaskan pendapat tentang masalah kehidupannya, serta belajar mendapat tujuan utama (mendasar) mereka menjadi bermakna, mendapatkan penjelasan yang baik dan menjadi pemecahan terhadap segala masalah keadaan emosi atau interpersonalnya.<sup>27</sup>

Adapun deskripsi yang disajikan para ahli tersebut, konseling itu pada prinsipnya: pertama proses hubungan konselor dan klien secara tatap muka, kedua dalam hubungan itu konselor membantu klien memecahkan masalahnya, dan yang ketiga masalah yang dipecahkan dapat berhubungan dengan emosi, hubungan interpersonal, problem solving, dan pemahaman diri.<sup>28</sup> Konseling kelompok yakni suatu layanan yang memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi feedback serta pengalaman dalam belajar. Konseling kelompok pada sistemnya memakai prinsip-prinsip dinamika grup. Berdasarkan Gazda pada buku Latipun yang berjudul *Konseling kelompok dan perilaku Antisosial*, Konseling kelompok ialah proses interpersonal yang bergerak maju yang serius pada pemikiran serta perilaku sadar dan melibatkan fungsi terapi permisif, orientasi di fenomena, katarsis, serta saling percaya.

Berdasarkan deskripsi di atas, prinsip-prinsip pembinaan konseling kelompok yakni, kelompok adalah

---

<sup>27</sup> Latipun, *Konseling Kelompok dan Perilaku Antisosial*, (Malang: Psychology Forum, 2002), Hlm. 16

<sup>28</sup> Ibid. h. 18

hubungan antara (beberapa) konselor dan beberapa klien. Konseling kelompok berpacu pada idea-ide serta perilaku sadar. Ada elemen terapeutik dalam konseling kelompok. Adapun dirancang untuk memotivasi klien serta mampu membantu masalah yang dialami konseli. Adapun pada dasarnya adalah layanan konseling individu yang dilakukan dalam setting kelompok. Paling sedikit anggota dari kelompok ada dua orang selain dari konselor. Di sana juga ada pengungkapan masalah klien, mengetahui asal-usul mengapa adanya masalah, serta bagaimana solusi memecahkan masalah dari konseli, proses evaluasi serta kegiatan tindakan selanjutnya seperti apa.<sup>29</sup>

### **3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok**

Ada dua tujuan, tujuan teoritis dan tujuan operasional. Tujuan teoritis berhubungan dengan tujuan keseluruhan yang dicapai melalui proses konsultasi, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan klien dan masalah yang dihadapi klien.

Tujuan ini dicapai melalui proses pelayanan. Dengan memberikan dorongan dan pemahaman melalui pendidikan ulang sebagai metode konseling, dan konseli dapat mencapai tujuan tersebut. Tujuan operasional disesuaikan dengan masalah klien dan ditangani dengan konselor.<sup>30</sup>

### **4. Asas-Asas Konseling Kelompok**

Adapun asas-asas bimbingan dan konseling sebagai berikut:

#### **1) Asas Kerahasiaan**

Dengan adanya asas kerahasiaan ini memungkinkan klien merasa aman saat harus menyampaikan sesuatu

---

<sup>29</sup> Gagan Abdul Muiz, "Peran Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Belajar", *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam*, Vol. 5, No. 2 thn 2017. Hlm 206-207

<sup>30</sup> Latipun, *Konseling Kelompok dan Perilaku Antisosial*, (Malang: Psychology Forum, 2002), Hlm. 16

yang bersifat privasi ketika proses bimbingan konseling berlangsung. Konselor pun tidak berhak membuka privasi klien tanpa sepengetahuan dan izin klien, karena hal tersebut termasuk pelanggaran kode etik bimbingan dan konseling.

2) Asas Kesukarelaan

Asas kesukarelaan memungkinkan klien menyampaikan masalahnya tanpa paksaan oleh konselor, melainkan atas kesadaran dan kesukarelaan dari klien.

3) Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan ini merupakan asas yang penting bagi konselor/guru pembimbing karena pada saat interaksi langsung/tatap muka, memungkinkan terjalin hubungan batin yang menyebabkan klien percaya secara penuh pada konselor sehingga berkenan mengungkapkan semua keluhan yang dialami tanpa ada yang disembunyikan.

4) Asas Kekinian

Asas kekinian memungkinkan konselor mengarahkan pemecahan masalah berdasarkan permasalahan yang sedang dihadapi sekarang, dalam artian tidak mengingat/menyesali masa lalu serta tidak mengkhawatirkan masa depan secara berlebihan.

5) Asas Kemandirian

Asas kemandirian memungkinkan konselor mengarahkan klien pada pemecahan masalah secara mandiri dengan dibantu oleh bimbingan dari konselor dan tidak bergantung kepada konselor.

6) Asas Kegiatan

Asas kegiatan memungkinkan konselor memberikan tugas/kegiatan yang harus dilakukan klien dalam rangka mencapai tujuan bimbingan dan konseling yang telah ditetapkan.



7) Asas Kedinamisan

Asas kedinamisan memungkinkan konselor dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling mengarahkan klien pada perubahan sikap dan tingkah laku ke arah yang lebih baik.

8) Asas Keterpaduan

Asas keterpaduan memungkinkan konselor menjalin kerjasama dengan orang-orang yang berhubungan dengan klien (seperti guru, orang tua dan peserta didik lain) guna membantu klien dalam penyelesaian masalah yang dihadapi klien.

9) Asas Kenormatifan

Asas kenormatifan memungkinkan konselor melakukan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat, serta tidak memaksakan klien untuk mengikuti norma yang dianutnya.

10) Asas Keahlian

Konselor harus memiliki pengetahuan, keterampilan, sikap dan kepribadian yang profesional guna menjamin keberhasilan bimbingan dan konseling. Oleh karena itu, seorang konselor harus dibekali dengan pendidikan dan pelatihan yang memadai.

11) Asas Alih Tangan

Asas alih tangan kasus memungkinkan konselor untuk mengalih tangankan (refferal) kasus konseli yang dirasa tidak mampu diatasi oleh konselor kepada pihak yang lebih ahli dan berpengalaman.

12) Asas Tut Wuri Handayani

Bimbingan dan konseling tidak hanya dilakukan saat klien memiliki masalah dan mengonsultasikannya kepada konselor, melainkan harus dilakukan secara terus

menerus dan aktif sampai tujuan yang diinginkan klien tercapai.<sup>31</sup>

## 5. Tahapan-Tahapan Konseling Kelompok

Konseling kelompok dilakukandengan sistematis. Corey mengemukakan terdapat enam tahap. Berikut penjelasan singkatnya.<sup>32</sup> :

### a. Prakonseling: Pembentukan kelompok

Tahap ini ialah tahap persiapan konseling kelompok. Pada tahap ini, awal pembentukan kelompok dilakukan dengan memilih anggota dan menawarkan. Pada saat yang sama, itu membangun harapan bagi calon peserta konseli.

### b. Tahap I:

Tahap awal, mereka mulai menentukan struktur kelompok, mengeksplorasi harapan anggota, anggota mulai mempelajari fungsi kelompok, serta pada saat yang sama mulai menegaskan apa saja tujuan kelompok. Anggota kelompok mulai memperkenalkan diri. Peran konselor tahap ini adalah mulai mendefinisikan tujuan kelompok serta makna untuk mencapai tujuan bersama. Saat proses konseling langkah-langkah yang dilakukan adalah perkenalan, agenda, norma kelompok dan tahap kompetensi dan perasaan.

### c. Tahap II:

Pada tahap transisi ini, anggota membuka diri, namun seringkali pada fase ini terjadi kekhawatiran, penolakan, bahkan konflik tentang keanggotaan dalam kelompok, atau keengganan untuk terbuka. Ketua kelompok di sini bertugas mempersiapkan untuk melakukan konseling

<sup>31</sup> Prayitno, "Prof. Dr, M. Sc. Ed Dan Drs. Erman Amti."

<sup>32</sup> Winkel. Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan, (Gramedia Widia Sarana Indonesia, 2008), hlm. 30-36.

sehingga mereka dapat merasa menjadi bagian dari kelompok.

**d. Tahap III:** Tahap terakhir (konsolidasi dan terminasi) terjadi ketika berbagi pengalaman dalam kehidupan sosial dengan kelompok. Jika seorang anggota merasa bahwa masalahnya belum terpecahkan, maka harus diselesaikan, tetapi jika semua anggota puas, proses kegiatan pelayanan dapat dihentikan.

**e. Tahap IV:**

Tahap terakhir (konsolidasi dan terminasi) terjadi dalam membagikan pengalaman pada kelompok dalam kehidupan sosialnya. Jika ada anggota merasa masalahnya belum terselesaikan maka saat itu harus diselesaikan namun bila semua anggota merasa puas maka prosesi kegiatan layanan bisa dihentikan.

**f. Setelah konseling:**

Konseling kelompok perlu melakukan evaluasi. Tindak lanjut dilakukan bila masih ada kendala pada pelaksanaan konseling. Mungkin perlu untuk melakukan perbaikan pada rencana awal, atau untuk meningkatkan cara pelaksanaannya.<sup>33</sup>

## 6. Prinsip-Prinsip Konseling Kelompok

Adapun prinsip-prinsip layanan bimbingan dan konseling sebagai berikut:

1) Diperuntukkan bagi semua konseling.

Dalam hal ini, bimbingan dan konseling diperuntukkan untuk semua kalangan, baik yang memiliki masalah ataupun tidak dan bersifat pencegahan, bukan pengentasan.

---

<sup>33</sup> Tohirin, Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi), (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007), Hlm 182.

2) Sebagai proses individuasi.

Bimbingan dan konseling ini memungkinkan agar klien mampu mengembangkan potensinya yang unik dan khas secara optimal.

3) Menekankan hal yang positif.

Bimbingan dan konseling memungkinkan klien mengembangkan pribadinya dengan menekankan kekuatan dan kesuksesan serta membangun cara pandang yang positif terhadap diri sendiri dan lingkungan.

4) Merupakan usaha bersama.

Bimbingan bukan hanya tugas konselor sebagai guru pembimbing, melainkan tugas dan tanggung jawab bersama dengan guru dan kepala sekolah sebagai tim kerja, sesuai dengan kapasitas dan peran masing-masing dalam memberikan kontribusi yang positif bagi perkembangan peserta didik .

5) Pengambilan keputusan merupakan hal yang esensial dalam bimbingan dan konseling.

Dalam bimbingan konseling, konselor melatih klien agar mampu mengembangkan kemampuannya mengambil keputusan yang tepat dalam memecahkan masalah yang dihadapi.

6) Berlangsung dalam berbagai setting (adegan) kehidupan.

Layanan bimbingan konseling tidak hanya berlaku dalam dunia pendidikan saja, melainkan dalam berbagai aspek kehidupan seperti keluarga, masyarakat dan pekerjaan. Hal ini karena bidang layanan.<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> Yusuf and Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling*.

## B. Teknik *Self Management*

### 1. Pengertian Teknik *Self Management*

Menurut Stewart dan Lewis mengemukakan bahwa *self-manajemen* menunjuk pada kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya atau kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit.<sup>35</sup> *Self-manajemen* adalah strategi perubahan tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh klien sendiri dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri.<sup>36</sup>

Sedangkan menurut Gie menyatakan *self-manajemen* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.<sup>37</sup>

Dari pernyataan di atas dapat di simpulkan bahwa *self manajemen* merupakan proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan keterampilan yang diperoleh dalam sesi konseling. Ketika seseorang dapat mengelola semua unsur yang terdapat di dalam dirinya meliputi: pikiran, perasaan, dan tingkah laku maka dapat di katakan bahwa individu tersebut telah memiliki *self-manajemen*. Dalam penelitian ini konselor (peneliti) hanya sebagai pendorong, berhasil atau tidaknya teknik selfmanajemen ini tergantung pada peserta didik (klien).

---

<sup>35</sup> Mochamad Nursalim, Strategi dan Intevensi Konseling, (Jakarta: PT Indeks, 2014), h.151

<sup>36</sup> Gantina Komalasarri, Eka Wahyuni dan Karsih, Teori dan Teknik..., h. 178

<sup>37</sup> The Liang Gie, Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua, (Yogyakarta: Gadjah Mada Universitas Press, 2000), h. 77.

## 2. Tujuan Teknik *Self Management*

Tujuan teknik *self-manajemen* adalah untuk memberdayakan klien untuk dapat menguasai dan mengelola perilaku mereka sendiri, Dengan adanya pengelolaan pikiran, perasaan dan perbuatan akan mendorong pada pengurangan terhadap hal-hal yang tidak baik, dalam hal ini seperti hal-hal yang berhubungan dengan kesulitan belajar peserta didik untuk peningkatan hal-hal yang baik dan benar.<sup>38</sup>

Tujuan dari pengelolaan diri yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Dalam proses konseling konselor dan konseli bersama-sama untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai, konselor mengarahkan konselinya menentukan tujuan, sebaliknya konselipun juga harus aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling dengan teknik selfmanajemen berakhir diharapkan peserta didik dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang di inginkan, dapat menciptakan keterampilan yang baru sesuai harapan, dapat mempertahankan keterampilan ssampai di luar sesi konseling, serta perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.

## 3. Manfaat Teknik *Self Management*

Sukadji sebagaimana dikutip oleh Komalasari menjelaskan bahwa dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*self-manajemen*), tanggung jawab keberhasilan pemberian layanan ada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator

---

<sup>38</sup> Lilis Ratna, Teknik-Teknik Konseling, (Yogyakarta: Deepublish), 2013 h

bagi konseli.<sup>39</sup> Menurut Ratna manfaat dari teknik self-manajemen diantaranya meliputi:

- 1) Membantu individu untuk dapat mengelola diri, baik pikiran, perasaan, dan perbuatan sehingga dapat berkembang secara optimal.
- 2) Dengan melibatkan individu secara aktif maka akan menimbulkan perasaan bebas kontrol dari orang lain.
- 3) Dengan meletakkan tanggung jawab perubahan sepenuhnya kepada individu, maka akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan tahan lama.
- 4) Individu dapat semakin mampu untuk menjalani hidup yang diarahkan sendiri dan tidak tergantung lagi pada konselor untuk berurusan dengan masalah mereka.<sup>40</sup>

#### **4. Prosedur Teknik *Self Management***

Perbedaan utama antara teknik manajemen diri dan teknik lainnya adalah bahwa klien mengasumsikan tanggung jawab utama untuk mengatur dan melaksanakan program dengan tujuan klien mendapatkan manfaat dari strategi manajemen diri.<sup>41</sup>

Menurut Resminingsih dan Astuti dalam Ratna kesuksesan seseorang sangat ditentukan untuk kemampuannya dalam mengelola dirinya secara efektif. Tahap manajemen diri adalah (1) membuat perencanaan diri, yaitu merencanakan perilaku apa yang akan dirubah menjadi lebih baik, (2) mengorganisasi diri, yaitu mampu mengorganisasi perubahan tingkah lakunya menjadi lebih baik, (3) mengevaluasi diri, yaitu

---

<sup>39</sup> Gantina Komalasari dkk, Teori dan Konseling, (Jakarta: PT Indeks, 2011), h. 181

<sup>40</sup> Lilis Ratna, Teknik-Teknik Konseling..., h. 59.

<sup>41</sup> Lilis Ratna, Teknik-Teknik Konseling..., h. 60

mengatur strategi atau rencana baru untuk mempertahankan perilaku yang sesuai.<sup>42</sup> Sementara menurut Gantina pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah berikut:

1) Tahap monitor diri atau observasi diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatat dengan teliti

2) Tahap evaluasi

Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program.

3) Tahap penguatan, penghapusan, atau hukuman dirinya sendiri

4) Pada tahap ini konseli mengatur memberikan penguatan, menghapus, dan memberikan hukuman pada diri sendiri Pada tahap ini diperlukan kemauan diri yang kuat untuk menentukan dan memilih pengukuhan apa yang perlu segera dihadirkan atau perilaku mana yang harus dihapuskan dan bahkan hukuman diri sendiri apa yang harus segera diterapkan.<sup>43</sup>

## C. Kedisiplinan

### 1. Pengertian Kedisiplinan

Disiplin adalah perilaku mutlak yang setiap pendidik harapkan agar kegiatan pembelajaran di dalam dan di luar kelas berjalan sesuai diharapkan. Bila kita berbicara

---

<sup>42</sup> Ibid. h. 61

<sup>43</sup> Gantina Komalasari, Teori dan Teknik..., h 182.



tentang apa itu disiplin, maka kita pasti melihat peraturan, kerjasama, organisasi, kepatuhan terhadap prosedur dan sebagainya.

Disiplin secara etimologi berasal dari bahasa Inggris *Disciple*, yang berarti penganut atau pengikut. Menurut Suharsimi Arikunto, Disiplin adalah kepatuhan seseorang dalam mematuhi aturan atau peraturan karena adanya kesadaran yang ada dalam lubuk hati tanpa adanya paksaan dari orang lain.<sup>44</sup>

Pengertian Kedisiplin Belajar Kata disiplin diartikan sebagai kepatuhan terhadap peraturan atau tunduk pada pengawasan dan pengendalian. Dalam istilah bahasa inggris diartikan sebagai *disciple*, yang memiliki arti :

- a) Tertib, penguasaan diri dan mampu mengendalikan diri atau tingkah laku.
- b) Menyempurnakan sesuatu, meluruskan sesuatu, latihan membentuk sebuah kemampuan karakter moral.
- c) Melatih dan memperbaiki diri dampak dari pemberian hukuman. Sebuah system atau perkumpulan system peraturan tingkah laku.<sup>45</sup>

Jadi disiplin yang dimaksudkan adalah sebuah perilaku yang menunjukkan kepatuhan terhadap aturan dimana hal tersebut dilakukan untuk mendisiplinkan diri sebagai bentuk kedewasaan diri. Disiplin belajar akan berpengaruh baik pada pencapaian prestasi belajar pada anak. Seorang anak yang memiliki disiplin belajar yang tinggi akan dapat belajar dengan baik yang ditunjukkan oleh sikapnya dalam belajar yang sungguh-sungguh dan sadar akan tugas dan tanggung jawabannya sebagai pelajar sehingga memungkinkan dapat mencapai prestasi. Disiplin belajar

---

<sup>44</sup> Akmaluddin, "Kedisiplinan Belajar Siswa di Sekolah Dasar (SD) Negeri Cot Keu Eung Kabupaten Aceh Besar", *Jurnal Of Education Science (JES)*, Vol, 5. No, 2. 2019, Hlm 4

<sup>45</sup> Conny Semiawan, *Penerapan Pembelajaran Bagi Anak*, Indeks, Nandung, 2009, h. 92

sebagai faktor internal peserta didik (faktor psikologis) dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Walgino bahwa "Disiplin belajar harus ditanamkan dan dimiliki oleh tiap-tiap individu, karena sekalipun mempunyai rencana belajar yang baik, akan tetapi tinggal rencana kalau tidak kedisiplinan".<sup>46</sup>

## 2. Tujuan Kedisiplinan

Pada dasarnya penerapan sikap disiplin bukan suatu tindakan yang membatasi kebebasan atau sebuah pengekanan peserta didik dalam melakukan sesuatu atau bertindak, namun sebagai suatu tindakan yang bertujuan agar peserta didik bersikap tanggung jawab dan menjalani kehidupan dengan teratur sehingga tidak merasakan bahwa disiplin adalah sebuah beban.

Tujuan Disiplin Menurut Charles adalah :

- a) Tujuan jangka pendek, agar anak bisa terlatih dan terkontrol dengan mengajarkan perilaku yang pantas dan tidak pantas pada mereka.
- b) Tujuan jangka panjang, untuk mengembangkan mengendalikan diri dan pengarahan diri sendiri (*self control and self direction*) dimana seseorang dapat mengarahkan dirinya sendiri tanpa ada pengendalian dari luar.<sup>47</sup>

## 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan

Faktor-faktor mempengaruhi Kedisiplinan Menurut Sofyan ada faktor mempengaruhi kedisiplinan :

---

<sup>46</sup> Dewipurwati "Pengaruh Konseling Behavior Dengan Teknik Time Out Terhadap Peningkatan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas VII Di Madrasah Tsanawiyah Negeri Bandar Lampung. Hal. 38.

<sup>47</sup> Charles, S, Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak, (Jakarta: Mitra Utama, 1980), h.88

- a) Pribadi anak itu sendiri, setiap individu pasti memiliki kepribadian dan potensi pada dirinya masing-masing, faktor individu inilah yang mempengaruhi kedisiplinan individu itu sendiri. Dengan memahami individu itu dengan cermat, baik dan tetap akan mempengaruhi atas keberhasilan menerapkan kedisiplinan pada diri individu itu sendiri.
- b) Sikap seorang pendidik, jika dihubungkan dengan sikap, biasanya seseorang bersikap pada lawan bicara atau teman sepergaulannya sesuai dengan yang ia dapati, pendidik yang baik, penuh perhatian, dan peduli akan memungkinkan terjadinya keberhasilan dalam memahami kedisiplinan. Bisa dikatakan murid akan cenderung patuh. Dan begitupun sebaliknya sikap pendidik yang kasar, baik verbal dan non verbal, tidak peduli pada peserta didik yang bersangkutan, maka tidak menghilangkan kemungkinan jika kegagalan dalam menanamkan pemahaman tentang kedisiplinan pada peserta didik akan mengalami kegagalan.
- c) Lingkungan, lingkungan sangat mempengaruhi pada proses atau berjalannya pendidikan, baik lingkungan sekolah (fisis), lingkungan yang berisi fasilitas atau sarana prasarana (teknis) dan lingkungan masyarakat (sosial kultural).
- d) Tujuan, agar penanaman kedisiplinan dapat berhasil maka tujuan tersebut harus di tetapkan dengan jelas, termasuk penentuan kriteria pencapaian tujuan penanaman kedisiplinan di sekolah. Selain faktor yang mempengaruhi disiplin belajar terdapat juga faktor yang mempengaruhi perkembangan disiplin yaitu:
- e) Pola asuh dan kontrol yang dilakukan oleh orang tua terhadap perilaku. Orang tua yang mengajarkan anak untuk memahami dan mematuhi aturan mendorong anak untuk mematuhi aturan.

- f) Pemahaman tentang diri dan motivasi individu akan membuat perencanaan hidup dan mematuhi perencanaan yang dibuat.
- g) Hubungan sosial dan pengaruhnya terhadap individu relasi sosial akan membuat individu memahami dan melakukan penyesuaian diri.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar baik faktor dari diri individu maupun faktor lingkungan. Pada faktor individu setiap individu/peserta didik memiliki perkembangan dan kepribadiannya yang berbeda, sedangkan pada faktor lingkungan masyarakat, teman sebaya banyak sekali yang dapat mempengaruhi individu untuk berbuat tidak disiplin.

#### **4. Indikator Kedisiplinan**

Indikator Kedisiplinan Ada lima indikator kedisiplinan yaitu :

- a) Disiplin masuk sekolah, artinya peserta didik aktif masuk sekolah dan tidak pernah bolos. Ketepatan waktu masuk sekolah, kelas, istirahat dan pulang sekolah.
- b) Disiplin dalam mengikuti pelajaran di sekolah, artinya peserta didik selalu aktif dalam mengikuti pelajaran di kelas, tidak mengganggu teman yang lain saat pelajaran berlangsung, memperhatikan guru saat menjelaskan pelajaran.
- c) Disiplin mengerjakan tugas, konsisten dan mandiri siswa dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru meskipun guru tidak berada di dalam kelas dengan tidak mencontek satu sama lain.
- d) Disiplin belajar dirumah, peserta didik tetap aktif dalam belajar di rumah, tetap mengerjakan PR yang diberikan oleh guru dirumah bukan disekolah.

- e) Disiplin dalam mentaati tata tertib di sekolah, artinya peserta didik mematuhi tata tertib yang ada disekolah seperti memakai seragam yang sesuai, membawa peralatan, dan mengerjakan tugas piket.<sup>48</sup>

Adapun indikator kedisiplinan menurut Syarifudin dalam jurnal Edukasi membagi indikator kedisiplinan belajar menjadi lima macam yaitu :

- a) Ketaatan dengan waktu belajar
- b) Ketaatan dalam tugas-tugas belajar
- c) Ketaatan dalam penggunaan fasilitas belajar
- d) Ketaatan dalam waktu datang dan pulang belajar.<sup>49</sup>

Dapat disimpulkan dari uraian diatas bahwa indikator kedisiplinan adalah berupa ketaatan atau kepatuhan terhadap tata tertib yang telah di tetapkan sekolah.

## **5. Dampak Perilaku Tidak Disiplin**

Perilaku tidak disiplin adalah kegagalan siswa dalam mematuhi peraturanperaturan di sekolah, dalam bentuk perilaku melanggar tata tertib, seperti membolos, membuat keributan di kelas, mengganggu teman di kelas, tidak memperhatikan saat guru menjelaskan materi pelajaran, menyontek, tidak mengenakan atribut sekolah. Akibatnya prestasi siswa menurun, siswa mendapatkan hukuman dan poin, siswa dipandang kurang baik oleh lingkungan teman dan guru, sekolah dicap buruk oleh masyarakat.

Menurut Garton dan Levin perilaku tersebut tidak dapat diterima, karena mengurangi makna belajar, mengganggu ketertiban dan keamanan orang lain serta

---

<sup>48</sup> Tulus, Peran Disiplin Pada Prilaku dan Prestasi Peserta didik, (Jakarta:grasindo, 2004), h. 91.

<sup>49</sup> Muhammad Khafid, Suroso, "Pengaruh Disiplin Belajar dan Lingkungan Keluarga Terhadap Hasil Belajar Ekonomi" (Online), tersedia di: <https://scholar.google.com/>

lingkungan sekolah, mengganggu kegiatan guru atau beberapa siswa lain selama beberapa saat.<sup>50</sup>



---

<sup>50</sup> Widodo, “Keefektifan Konseling Kelompok Realitas Mengatasi Persoalan Perilaku Disiplinsiswa Di Sekolah.”

## DAFTAR RUJUKAN

- AA. Widada, "Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dasar," *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd)*, 2013, <https://doi.org/10.22219/jp2sd.v1i1.1531>.
- Achmad Juntika Nurhisan. 2009. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama.
- Agustin, "Hakikat Bimbingan Dan Konseling Untuk Anak Usia Dini."
- Aris Kurniawan, 2019 "Pengertian Wawancara, Teknik, Metode, Jenis, Tujuan & Contoh,".
- Averill, J.F. Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, No. 80 tahun 1973.
- Basrowi & Suwandi. 2014. "Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa," 信阳师范学院.
- Bimo Walgito. (2004), *bimbingan + konseling (Studi & Karier)*. Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET. hal.6
- Chanda Rawat, Renu Gulati, 2019. "Influence of Home environment and peers influence on Emotional Maturity of Adolescents", *Journal of Social Sciences*, Vol.6, No.1.
- Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, 2015. *Metodologi Penelitian*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Departemen Agama RI, "Al-Qur'an Terjemahan", (Bandung : Penerbit Al-Qur'an, 2009)
- Destri, F.A., Alizamar, Afdal, "The Self Control of Student in using of Social Media (Kontrol Diri Siswa dalam menggunakan Media Sosial)", *Jurnal : JAIPTEKIN*, Vol.4, No.1, (2020).
- Dewi Nur Fatimah dengan judul *Layanan Bimbingan Klasikal Dalam Meningkatkan Self Control Siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta*. HISBAH :*Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah* Vol. 14 No. 01 2017.

- Erikson, Teori - teori Belajar (Jakarta: Depdikbud P2LPTK 2009).
- Erman Amti. Pembelajaran melalui Layanan BK di Satuan Pendidikan (Padang: UNP Press. 2014).
- Ghufron N.M. & Risnawita R, "Teori-Teori Psikologi ", (Jogjakarta: ArRuz Media, 2010)
- I Gusti Ayu Agung Krisna Sudewi,dkk. Buku Panduan Konseling Kognitif Behavioral Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Self-Control Siswa. Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia. Volume Number 50-59 ISSN: Print 2615-1170–Online 2615-1189 Undiksha| DOI: 10.23887/XXXXXX-XX-0000-00
- Jhon W. Creswell, Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuanti Dan Mixed, Edisi Ketiga (Yogyakarta: pustaka belajar, 2013).
- Juliana, M.A., Amirul Azri, "Saving Behavior in Emerging Country: The Role of Financial Knowledge, Parent Socialization and Peer Influence", Journal : social sciences, Vol.23, No.1, (2020).
- Juliansyah Noor, Metode Penelitian, Cetakan Ke-2 (Jakarta: Kencana, 2012).
- Latour Bruno, 2019. "Observasi," Journal of Chemical Information and Modeling.
- Lexi J. Meleong, Metodologi Penelitian Kualitatif, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007).
- Lilik Sriyanti, "Pembentukan Self Control dalam Perspektif Nilai Multikultural", Jurnal : MUDARRISA, Vol.4, No.1, (2012).
- Logue, A.W., & Forzano, L.B. "Self Control and Impulsiveness in Children and Adults of Food Preferences". Journal of Theexperimental Analysisof Behavior, 64 (1), (1995).
- M. Nur Gufron & Rini Risnawita, Teori-teori Psikologi, (Jogjakarta: AR-Ruzz Media, 2010).



M.Pd. Dr.H. Sutirna, Buku Bimbingan Konseling (Pendidikan Formal, Non Formal, Dan Informal), Penerbit Andi, 2013.

Maya Masyita Suherman. Efektivitas Strategi Permainan dalam Mengembangkan Self-Control Siswa Vol. 2, No. 1, Januari 2019 p-ISSN 2614-4123.

Novia SP. Naibaho, "Kontrol diri (self-control) dan perilaku nyeri pada pasien dengan nyeri kronis di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan", (Skripsi : Universitas Sumatera Utara Medan, 2013), h.11

Prayitno dan Erman Amti, Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseing, ( Jakarta: PT Rineka Cipta, 1999 ).

Qutaiba, .A., Denise, .Z.B., Fayez, .A.M., "Social Support, Self-Control, Religiousness and Engagement in High Risk-Behaviors among Adolescents", Journal : Indian Psychology, Vol.4, No.4, (2017).

Risnawati, M. N. G. & R."Teori-Teori Psikologi", (Yogyakarta : Arruzz Media 2010).

Romadhon, Indra, .W., Eny Rohyati, "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Melanggar Peraturan pada Santri Pondok Pesantren X di Kabupaten Sleman", Jurnal : Psikologi, Vol.15, No.1, (2019).

Sofyan S. Willis, Konseling Individual Teori dan Praktek, (Bandung : Alfabeta 2017).

Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D (Bandung: Alfabeta, 2018).

-----, Metode Penelitian Pendidikan dalam Pendekatan Kualitatif, (Bandung Alfabeta, 2013)

Sumarno. "Peranan Guru Membangun Karakter Peserta Didik". Jurnal Al Lubab, Volume 1, No. 1 Tahun 2016.

Susanto, Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah (Konsep, Teori, Dan Aplikasinya).

Syamsu Yusuf, "Psikologi Perkembangan Anak & Remaja",  
(Bandung: Remaja Rosdakarya. 2006).

Syamsu Yusuf, dkk. Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk  
Meningkatkan Self-Control Siswa. Jurnal  
PSIKOPEDAGOGIA Vol 5 No 1.  
<http://dx.doi.org/10.12928/psikopedagogia.v5i1.4473>.

Tarmizi Tarmizi, Anisha Julianti. Penggunaan Layanan Bimbingan  
Kelompok Untuk Meningkatkan Self Control dalam  
Mengurangi Perilaku Agresif Siswa Kelas Vii-9 Di Mts Al-  
Jam'iyatul Wasliyah Tembung. Jurnal AL-MURSYID vol. 01  
no.01.

Tohirin, Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah  
(Berbasis Integrasi), (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada,  
2007),

W. S. Winkel S. J, Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah  
(Jakarta: Gramedia, 1991).

Yusuf and Nurihsan, Landasan Bimbingan Dan Konseling.

Zulva Pujawati, "Hubungan Kontrol Diri Dan Dukungan Orang Tua  
Dan Perilaku Disiplin Pada Santri Di Pondok Pesantren  
Darussa'adah Samarinda", Jurnal : Psikologi, Vol.4, No.2,  
(2016).