

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
KONSELING REALITA UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR
PADA PESERTA DIDIK KELAS XI
SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**



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:

**ELLA DITA PERSADA
NPM : 1411080205**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
KONSELING REALITA UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR
PADA PESERTA DIDIK KELAS XI
SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

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:

**ELLA DITA PERSADA
NPM : 1411080205**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**Pembimbing I : Nova Erlina, SIQ., M.Ed
Pembimbing II : Mega Aria Monica, M.Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H / 2018 M**

ABSTRAK

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK KONSELING REALITA UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019

Oleh
ELLA DITA PERSADA
1411080205

Disiplin belajar merupakan ketaatan/kepatuhan yang mengharuskan peserta didik mengikuti aturan yang berlaku didalam belajar. Namun kenyataan yang terjadi di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung masih terdapat peserta didik kelas XI yang tidak mematuhi peraturan dalam belajar seperti : sering mengobrol di kelas, tidak membawa buku pelajaran, tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), datang kesekolah tidak tepat waktu, mencontek saat ulangan/latihan, dan mengobrol saat jam pelajaran dikelas. Sehingga perlu upaya untuk meningkatkan disiplin belajar dengan menggunakan konseling realita.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran disiplin belajar peserta didik dan untuk mengetahui Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Konseling Realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimen* dengan desain *Non-equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 16 peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 yang memiliki disiplin kategori sedang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *rating scale* disiplin belajar, wawancara dan dokumentasi sebagai teknik pendukung.

Hasil perhitungan rata-rata skor disiplin belajar kelompok eksperimen sebelum mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita adalah 52,2 dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita meningkat menjadi 116,6. Sedangkan pada kelompok control adalah 47,6 dan pada saat *posttest* mendapat peningkatan menjadi 89,5. Dari hasil uji-t dengan $df = 14$ dengan taraf $(9.338 > 1.745)$ Maka, H_0 ditolak dan H_a diterima yang berbunyi konseling realita dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 diterima.

Kata Kunci : *Konseling kelompok, Konseling realita, Disiplin Belajar*



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

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

PERSETUJUAN

**Judul : EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK KONSELING REALITA UNTUK
MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA
DIDIK KELAS XI SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR
LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019**
Nama : ELLA DITA PERSADA
NPM : 1411080205
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqosyah Fakultas
Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Nova Erlina, S.I.O., M.Ed
NIP. 197811142009122003

Pembimbing II

Mega Aria Monica, M.Pd
NIP.

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed. D
NIP. 19760427200701101



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

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

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK KONSELING REALITA UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI SMA MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019”**, disusun oleh : **Ella Dita Persada, NPM : 1411080205, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**, telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal :

TIM MUNAQOSYAH

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

Sekretaris : **Indah Fajriani, M.Psi**

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

Penguji Pendamping I : **Nova Erlina, S.IQ., M.Ed**

Penguji Pendamping II : **Mega Aria Monica, M.Pd**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

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

NIP. 2560810198703 1 001



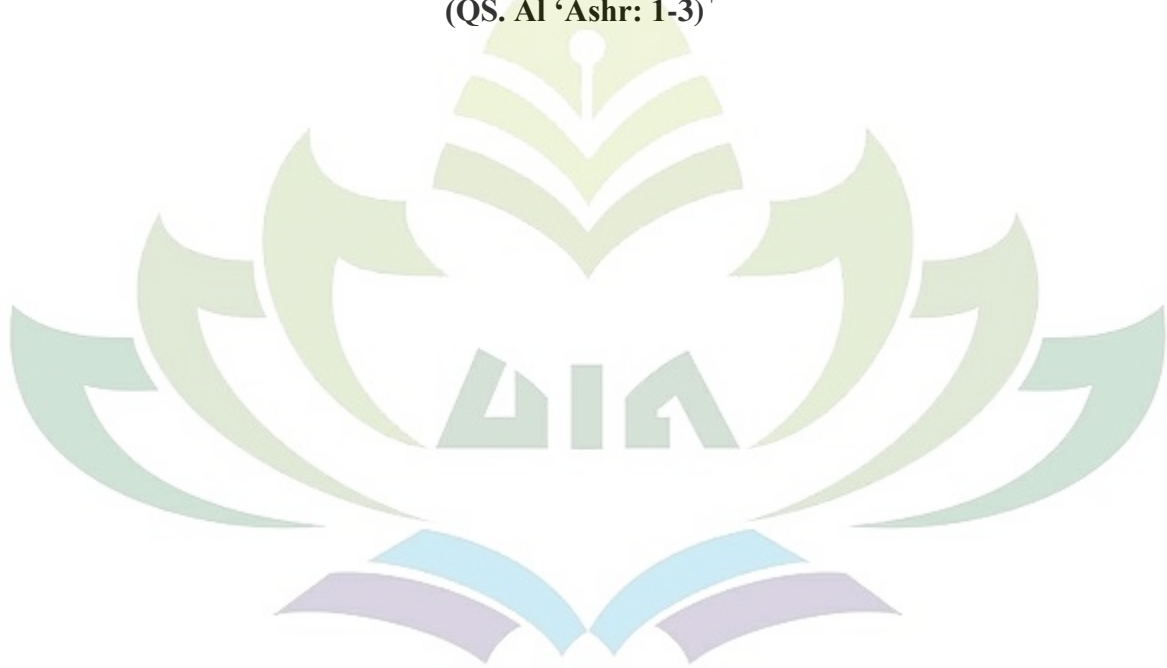


MOTTO

وَالْعَصْرِ (١) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ (٢) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
وَتَوَّصَّوْا بِالْحَقِّ وَتَوَّصَّوْا بِالصَّبْرِ (٣)

“Demi masa. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.”

(QS. Al ‘Ashr: 1-3)¹



¹ Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemah*, PT Syaamil Cipta Media, Bandung ,2005,h.109

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap rasa puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya. Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan skripsi ini, dengan segala rasa syukur dan bangga kupersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku tersayang, terima kasih ayahanda ku tercinta Wartami dan Ibundaku yang tercinta Widyawati yang telah membesarkanku, mengasuh, mendidik, membimbing serta memberikan kasih sayang yang melimpah kepadaku dan terimakasih atas doa dan segala hal yang telah kalian berikan. Semoga keberhasilanku ini dapat memberikan rasa bangga dan senyum bahagia untuk kalian.
2. Untuk keluarga besarku terimakasih atas dukungan, perhatian, kasih sayang serta doa yang tiada henti untuk keberhasilanku.
3. Almamaterku tercinta Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang akan selalu kukenang sepanjang masa.



RIWAYAT HIDUP

Dengan mengucap alhamdulillah dan puji syukur kehadiran Allah SWT serta berkat dukungan kedua orang tua dan keluarga besar, sehingga penulis dapat melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah jurusan Bimbingan dan Konseling tahun ajaran 2014/2015.

Peneliti lahir pada tanggal 16 November 1995 di Kertosari kecamatan Tanjung Sari Lampung Selatan, peneliti adalah anak pertama dari 4 bersaudara, dari pasangan Bapak Wartami dan Ibu Widyawati. Peneliti menempuh pendidikan formal di TK 02 Yapindo dari tahun 2000 sampai tahun 2002, kemudian melanjutkan di SD 02 Yapindo dari tahun 2002 sampai dengan 2008, kemudian melanjutkan di SMP N 1 Tanjung Sari dari tahun 2008 dan lulus 2011 kemudian peneliti melanjutkan di SMK 1 Swadhipa Natar dari tahun 2011 dan lulus pada tahun 2014.



KATA PENGANTAR

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

Skripsi dengan judul **“Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Konseling Realita untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI DI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”** adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

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

1. Prof Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

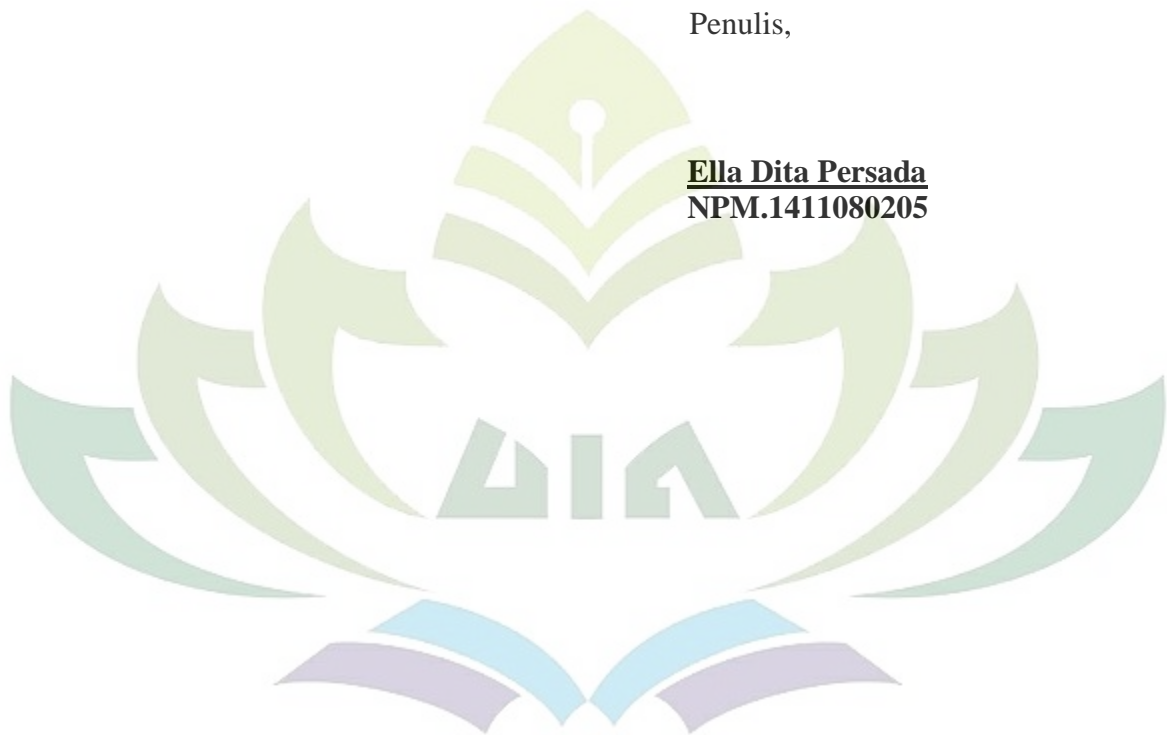
3. Dr. Oki Dermawan, M.Pd, selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Nova Erlina, SIQ.,M.Ed, selaku pembimbing pertama terimakasih banyak atas kesediannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik.
5. Mega Aria Monica, M.Pd, selaku pembimbing kedua terimakasih banyak atas kesediannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
7. Almamater fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
8. Bapak dan Ibu Dewan guru beserta staf TU SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung yang telah berkenan membantu dalam penelitian. Peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian.
9. Untuk sahabat seperjuanganku Kamelia Putri, Reysa Antoni Putri, Indah Cahyani Putri, Iga Ristiyanti M, Arfa Hafila, Fitri Marantika, Binti Mar'atus Solihah, Elly Panca Purnama Sari, Anggis Pratiwi, Sofiya Mazab, Siti Prihatin, Trima Ana Lestari, yang telah membantu dalam skripsi ini dan berjuang bersama.
10. Untuk orang yang selalu menemani saya dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini sahabat-sahabatku Mery Arista Putri, Gesti Irena Devi, dan Galuh Dwi Saputri yang selalu memberikan motivasi dalam pembuatan skripsi ini.

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

Bandar Lampung , 05 Oktober 2018

Penulis,

Ella Dita Persada
NPM.1411080205



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	13
C. Batasan Masalah	14
D. Rumusan Masalah.....	14
E. Tujuan Penelitian.....	15
F. Manfaat Penelitian.....	13
G. Ruang Lingkup Penelitian	16

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok Dengan Teknik Konseling Realita	17
1. Pengertian Konseling Kelompok	17
2. Tujuan Konseling Kelompok	19
3. Perbedaan Konseling dan Bimbingan Kelompok	20
4. Manfaat Konseling Kelompok	21
5. Ciri-ciri Ketua Kelompok Yang Berkesan	21
6. Keterampilan Yang Harus dikuasai Oleh Ketua Kelompok.....	22

7. Komponen-komponen Konseling Kelompok.....	22
8. Proses Konseling Kelompok	23
B. Konseling Realita	24
1. Konsep Dasar Konseling Realita.....	24
2. Pandangan Realita Terhadap Manusia	25
3. Konsep Dasar Konseling Realita.....	25
4. Pemenuhan Kebutuhan Dasar.....	29
5. Tujuan Konseling Realita	30
6. Teknik Konseling Realita	30
7. Prosedur Konseling Realita	31
8. Kelebihan dan Kekurangan Konseling Realita.....	37
C. Disiplin Belajar	40
1. Pengertian Disiplin Belajar.....	40
2. Dasar dan Tujuan Disiplin Belajar	42
3. Fungsi Disiplin Belajar.....	44
4. Faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar	46
5. Kriteria Peserta Didik Disiplin Belajar.....	48
6. Indikator Disiplin Belajar	51
D. Kerangka Berfikir.....	52
E. Hipotesis Penelitian.....	53
F. Penelitian yang Relevan	54

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	57
B. Jenis Penelitian.....	58
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	62
D. Lokasi, Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	65
E. Teknik Pengumpulan Data.....	67
F. Pengembangan Instrumen Penelitian	70

G. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data	76
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	80
1. Gambaran Umum Disiplin Belajar Peserta Didik	80
2. Hasil Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	84
3. Hasil Uji Efektivitas	107
B. Pembahasan Hasil Penelitian	114
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	117
B. Saran-saran.....	118
DAFTAR PUSTAKA	119
LAMPIRAN.....	121



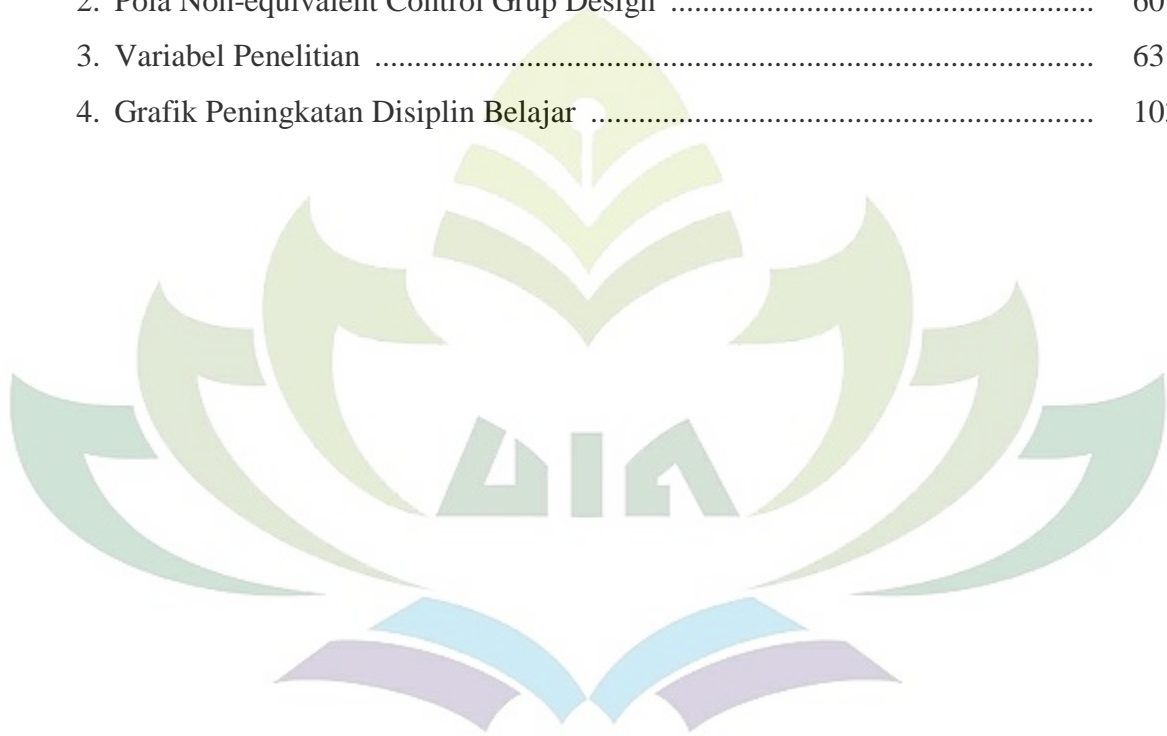
DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
1. Dokumentasi Pembukuan Kasus	8
2. Gambaran Awal Disiplin Belajar Kelas Eksperimen	9
3. Gambaran Awal Disiplin Belajar Kelas Kontrol	11
4. Definisi Operasional	63
5. Jumlah Populasi Penelitian	65
6. Alternatif Jawaban Angket	68
7. Kriteria Disiplin Belajar	70
8. Kisi-kisi Lembar Angket Disiplin Belajar	71
9. Hasil Validitas Uji Instrumen	74
10. Gambaran Umum Disiplin Belajar	82
11. Hasil <i>Prettest</i> Kelompok Ekperimen	83
12. Hasil <i>Prettest</i> Kelompok Kontrol	84
13. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	85
14. Hasil Uji Normalitas Data <i>Posttest</i>	98
15. Hasil Uji Homogenitas Kelas Eksperimen	99
16. Hasil Uji Homogenitas Kelas Kontrol	99
17. Hasil Uji T Kelas Eksperimen	100
18. Hasil Uji T Kelas Kontrol	101
19. Hasil N-Gain Per Peserta Didik	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar :

1. Kerangka Berfikir.....	53
2. Pola Non-equivalent Control Grup Design	60
3. Variabel Penelitian	63
4. Grafik Peningkatan Disiplin Belajar	103



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :

1. Kisi-kisi Observasi	121
2. Pedoman Wawancara	122
3. Lembar Kerja Peserta Didik	124
4. Angket Disiplin Belajar	126
5. Rencana Pelaksanaan Layanan Kelompok Eksperimen (RPL)	131
6. Rencana Pelaksanaan Layanan Kelompok Kontrol (RPL).....	140
7. Hasil Perhitungan Penyebaran Angket Populasi Penelitian	145
8. Hasil Perhitungan <i>Prettest</i>	147
9. Hasil Perhitungan <i>Posttest</i>	148
10. Hasil Perhitungan N-Gain	149
11. Hasil Uji Normalitas Data <i>Posttest</i>	150
12. Hasil Uji T Kelas Eksperimen	155
13. Hasil Uji T Kelas Kontrol	156
14. Surat Keterangan Penelitian	160
15. Dokumentasi Kegiatan	161

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Banyak faktor yang mempengaruhi tercapainya tujuan pendidikan baik faktor dari peserta didik maupun dari pihak sekolah. Salah satu faktor yang berasal dari peserta didik yaitu disiplin belajar yang rendah, yakni perilaku peserta didik yang tidak mematuhi peraturan dan kurang tanggung jawab dalam kegiatan belajar mengajar. Untuk mencapai tujuan pendidikan salah satunya dengan meningkatkan disiplin belajar para peserta didik.

Sikap disiplin dalam Islam sangat di anjurkan, bahkan diwajibkan. Sebagaimana manusia dalam kehidupan sehari-hari memerlukan aturan-aturan atau tata tertib dengan tujuan segala tingkah lakunya berjalan sesuai dengan aturan yang ada. Apabila seseorang tidak dapat menggunakan waktu dengan sebaik-baiknya, maka waktu itu akan membuat kita sendiri sengsara, oleh karena itu kita hendaknya dapat menggunakan dan memanfaatkan waktu dengan baik, termasuk waktu di dalam belajar.

Islam juga memerintahkan umatnya untuk selalu konsisten terhadap peraturan Allah SWT yang telah ditetapkan. Hal ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam surat Huud ayat 112 :

فَأَسْتَقِمَّ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿١١٢﴾

Artinya: Maka tetaplah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepadamu dan (juga) orang yang telah taubat beserta kamu dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Dia Maha melihat apa yang kamu kerjakan.

Dari ayat di atas menunjukkan bahwa, disiplin bukan hanya tepat waktu saja, tetapi juga patuh pada peraturan-peraturan yang ada. Melaksanakan yang diperintahkan dan meninggalkan segala yang dilarang-Nya. Di samping itu juga melakukan perbuatan tersebut secara teratur dan terus menerus walaupun hanya sedikit.

Disiplin merupakan sifat dan sikap terpuji yang menyertai kesabaran, ketekunan dan lain-lain. Orang yang tidak mempunyai sikap disiplin sangat sulit untuk mencapai tujuan. Maka setiap pribadi mempunyai kewajiban untuk membina melalui latihan, misalnya di rumah atau di masyarakat, anak selain sebagai seorang siswa yang harus memiliki disiplin belajar di sekolah, juga harus memiliki disiplin belajar di rumah maupun di lingkungan masyarakat. Sikap disiplin seorang anak di dalam belajar, tercermin dalam kedisiplinan penggunaan waktu, baik waktu dalam belajar ataupun waktu dalam mengerjakan tugas, serta mentaati tata tertib atau yang lainnya.

Di antara ajaran mulia yang sangat ditekankan dalam islam adalah disiplin. Disiplin merupakan salah satu pintu meraih kesuksesan. Kepakaran dalam bidang ilmu pengetahuan tidak akan memiliki makna signifikan tanpa disertai sikap disiplin. Sering kita jumpai orang berilmu tinggi tetapi tidak mampu berbuat banyak dengan ilmunya, karena kurang disiplin.

Sebaliknya, banyak orang yang tingkat ilmunya biasa-biasa saja tetapi justru mencapai kesuksesan luar biasa, karena sangat disiplin dalam hidupnya. Tidak ada lembaga pendidikan yang tidak mengajarkan disiplin kepada peserta didiknya, disiplin yang seimbang antara akhirat dan dunia itulah yang akan mengantarkan kaum beriman kepada kesuksesan.

Adapun perintah untuk menyeimbangkan antara urusan akhirat dan dunia juga dapat ditemukan dalam Al-Quran surat Al-Qashash ayat 77.

وَأَبْتَعِ فِي مِمَّا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ ۖ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا ۗ وَأَحْسِنَ كَمَا
أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ ۖ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ ﴿٧٧﴾

Artinya: dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan.

Bentuk disiplin belajar di sekolah antara lain: disiplin berpakaian, disiplin waktu, disiplin belajar, dan disiplin menaati peraturan sekolah. Adapun beberapa penyebab perilaku siswa yang tidak disiplin, antara lain: perilaku tidak disiplin bisa disebabkan oleh guru, kondisi sekolah yang kurang menyenangkan, kurang teratur, siswa yang berasal dari keluarga yang broken home, kurikulum yang tidak terlalu kaku, tidak atau kurang fleksibel, terlalu dipaksakan dan lain-lain bisa menimbulkan perilaku yang tidak disiplin, dalam proses belajar mengajar pada khususnya dan dalam proses pendidikan pada umumnya. Tentu saja, semua itu membutuhkan upaya pencegahan dan penanggulangannya.

Perilaku disiplin peserta didik tersebut apabila dibiarkan akan membawa dampak yang kurang menguntungkan terhadap prestasi belajar maupun sikap mental para peserta didik, ketidakdisiplinan akan mengganggu pembelajaran sehingga berpengaruh terhadap kurang berkembangnya prestasi belajar peserta didik. Agar proses belajar mengajar berjalan lancar salah satu upaya yaitu, dengan meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik.

Peserta didik yang disiplin belajarnya rendah ini membutuhkan pemahaman diri agar mereka sadar dan bisa bertanggung jawab serta merubah perilakunya agar dapat disiplin belajar. Maka dari itu perilaku disiplin belajar rendah ini membutuhkan intervensi secara intensif ataupun khusus. Untuk menanggapi masalah yang dihadapi dalam perilaku disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik disebutkan dalam undang-undang sistem pendidikan nasional.

Pasal 1 ayat 6 yaitu, "pendidikan adalah tenaga pendidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan yang lainnya yang sesuai dengan kekhususannya serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan".

Pendidikan dalam hal ini guru bimbingan dan konseling mempunyai peran yang penting dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik. Hal ini sesuai dengan pengertian bimbingan konseling menurut Blocher, "konseling adalah membantu individu agar dapat menyadari dirinya sendiri yang memberikan reaksi terhadap pengaruh-pengaruh lingkungan yang diterimanya, selanjutnya yang membantu bimbingan menentukan beberapa makna dari tingkah laku tersebut dan mengembangkan serta memperjelas tujuan-tujuan dan nilai-nilai untuk perilaku dimasa yang akan datang".

Sedangkan menurut prayitno "bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, atau orang dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku".

Untuk dapat memiliki keterampilan belajar yang efektif maka diperlukan disiplin belajar, untuk meningkatkan disiplin belajar guru bimbingan konseling dapat menggunakan beberapa layanan konseling, salah satu layanan konseling kelompok. Penggunaan layanan konseling kelompok dapat membantu peserta didik yang kesulitan dan mengungkapkan perasaannya, maka dengan berdiskusi

peserta didik dapat berlatih menggunakan pengetahuan dan gagasannya untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan pandangannya, menyatakan setuju atau menolak pendapat orang lain dengan cara yang baik.

Konseling kelompok adalah salah satu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Intervensi melalui konseling kelompok, dapat dilaksanakan dengan berbagai pendekatan, salah satunya melalui pendekatan realita.

Pendekatan realita adalah salah satu pendekatan konseling yang memfokuskan pada tingkah laku sekarang.¹ Konseling realita menyiratkan bahwa masing-masing orang memikul tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri.

Menurut Mappiare konseling realita memusatkan pada pentingnya 3-R, yakni tanggung jawab klien (Responsibility=R), norma dan nilai sosial yang dapat jadi milik individu melalui internalisasi (Rights=R) dan kenyataan dunia dimana individu bertingkah laku (Reality=R). Diharapkan konseling kelompok realita dapat digunakan untuk menolong individu dalam mengontrol hidupnya agar menjadi lebih baik, dapat belajar bertingkah laku secara realistis dan bertanggung jawab.²

Adapun penelitian sebelumnya oleh Elly Nur Syavanah dan Najlatun Naqiyah. Penerapan konseling kelompok realita dengan intervensi model WDEP, dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik yang ditandai dengan meningkatnya aspek pengendalian diri dan tanggung jawab dalam kegiatan belajar dan menurunnya perilaku tidak disiplin belajar siswa.

¹Corey, Gerald,"*Konseling dan Psikoterapi*", Bandung:Refika Aditama,2007.h.264

²Mappiare,Andi,"*Kamus Istilah Konseling dan Terapi*",Jakarta:PT.Rajagrafindo Persada,2006.h.103

Hal ini berarti penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan tanggung jawab serta kemandirian peserta didik dalam belajar dan peserta didik dapat belajar secara terarah dan teratur.³

Melihat permasalahan yang ada di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, dimana setiap harinya masih terdapat peserta didik yang tidak disiplin belajar, sehingga perilaku tidak disiplin belajar peserta didik di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung merupakan permasalahan yang membutuhkan intervensi secara khusus.

Berdasarkan pengalaman selama melakukan praktik pengalaman lapangan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung pada tanggal 24 Oktober sampai dengan 12 Desember 2017 diduga ada peserta didik yang bermasalah terkait disiplin belajar peserta didik mengalami penurunan dalam bidang belajar khususnya pada kelas XI.

Penulis juga melakukan wawancara dan melihat kasus kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung yaitu Ibu Yulia Malinda Sari S.Pd pada tanggal 4 April 2018 beliau mengatakan bahwa;

“Pada peserta didik kelas XI di sekolah ini masih terdapat peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar rendah, ini terbukti dengan adanya 27 peserta didik yang tercatat dalam pembukuan kasus kelas XI yang ditandai dengan perilaku peserta didik yang terlambat lebih dari 10 menit, pelanggaran tata tertib

³Nur Elly Syavanah,Naqiyah Najlatun,” *Penerapan Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan Disipin Belajar Siswa*”,di akses dari [http:// http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id](http://http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id), pada tanggal 5 Mei 2018 pukul 09.10.

sekolah, dan meninggalkan pelajaran tanpa izin. Yang merupakan indikator dari rendahnya disiplin belajar peserta didik tersebut⁴

Dapat dilihat dari tabel dibawah ini:

Tabel 1
Pelanggaran Disiplin Peserta Didik Kelas XI di SMA Muhammadiyah
2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

NO	Jenis Pelanggaran	Jumlah Pelanggaran
1	Peserta didik terlambat lebih dari 10 menit	15 Kasus
2	Pelanggaran tata tertib sekolah	9 Kasus
3	Meninggalkan pelajaran tanpa izin	3 Kasus
	Jumlah	27 Peserta Didik

Sumber :Dokumentasi pembukuan kasus BK kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung⁵

Berdasarkan tabel 1 dari peserta didik kelas XI berjumlah 143 peserta didik, terdapat peserta didik terlambat 15 peserta didik terlambat lebih dari 10 menit sebanyak 15 kasus dikarenakan jarak rumah ke sekolah yang jauh, pelanggaran tata tertib sekolah sebanyak 9 kasus seperti, (1) tidak memakai seragam dan atribut sesuai dengan ketentuan, dikarenakan peserta didik lupa membawa atribut, mengikuti teman-teman, mengikuti trend, (2) berkelahi, dikarenakan membela teman, dan merasa diganggu, (3) bermain game online dikelas, dikarenakan peserta didik ada kesempatan dan mengikuti teman-teman, (4) melawan guru, dikarenakan kurangnya rasa hormat peserta didik terhadap guru, dan (5) merokok,

⁴Malinda Yulia, *Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*, tanggal 4 April 2018

⁵*Dokumentasi Pembukuan Kasus BK Kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*

dikarenakan mengikuti trend dan meninggalkan pelajaran tanpa izin sebanyak 3 kasus seperti bermain playstation disekitar lingkungan sekolah dikarenakan mengikuti teman-teman.

Berdasarkan hasil penyebaran angket disiplin belajar pada peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung diperoleh gambaran sebagai berikut :

Tabel 2
Data Awal Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI A
Kelas Eksperimen

NO	Nama Peserta Didik	L/P	Indikator				Kriteria
			1	2	3	4	
1	Konseli 1	L		√	√	√	Tinggi
2	Konseli 2	P		√	√	√	Tinggi
3	Konseli 3	L				√	Rendah
4	Konseli 4	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
5	Konseli 5	P	√	√	√		Tinggi
6	Konseli 6	P	√	√	√		Tinggi
7	Konseli 7	P	√				Sangat Rendah
8	Konseli 8	L	√	√	√		Tinggi
9	Konseli 9	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
10	Konseli 10	L				√	Rendah
11	Konseli 11	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
12	Konseli 12	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
13	Konseli 13	L			√		Rendah
14	Konseli 14	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
15	Konseli 15	P	√		√	√	Tinggi
16	Konseli 16	P	√		√	√	Tinggi
17	Konseli 17	L			√		Rendah
18	Konseli 18	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
19	Konseli 19	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
20	Konseli 20	P	√	√	√		Tinggi
21	Konseli 21	P	√	√	√		Tinggi
22	Konseli 22	L				√	Sangat Rendah
23	Konseli 23	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi

NO	Nama Peserta Didik	L/P	Indikator				Kriteria
			1	2	3	4	
24	Konseli 24	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
25	Konseli 25	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
26	Konseli 26	P	√				Rendah
27	Konseli 27	L	√	√			Sedang
28	Konseli 28	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
29	Konseli 29	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
30	Konseli 30	L			√	√	Sedang
31	Konseli 31	L	√	√			Sedang
32	Konseli 32	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
33	Konseli 33	L		√			Rendah
34	Konseli 34	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
35	Konseli 35	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
36	Konseli 36	L		√		√	Sedang
37	Konseli 37	L		√	√		Sedang

Sumber: Angket Pra Penelitian peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik diperlukan indikator-indikator mengenai disiplin belajar. Menurut A.S Moenir indikator disiplin belajar ada 4 macam yaitu :

1. Ketaatan terhadap tata tertib sekolah
2. Ketaatan terhadap kegiatan belajar di sekolah
3. Ketaatan dalam mengerjakan tugas tugas pelajaran
4. Ketaatan terhadap kegiatan belajar di rumah ⁶

⁶Moenir, "Masalah-masalah dalam belajar", Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010. h.96

Berdasarkan data tabel 2 diketahui bahwa terdapat peserta didik kelas XI A yang memiliki kategori disiplin belajar (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah) yaitu, terdapat 15 (5,5%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sangat tinggi, terdapat 9 (3,3%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar tinggi, terdapat 5 (1,8%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sedang, terdapat 6 (2,2%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar rendah, dan terdapat 2 (0,7%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sangat rendah. Semakin banyak *ceklis* maka semakin tinggi tingkat pengetahuan peserta didik.

Tabel 3
Data Awal Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI A / Kelas Kontrol

NO	Nama Peserta Didik	L/P	Indikator				Kriteria
			1	2	3	4	
1	Konseli 1	P	√	√	√		Tinggi
2	Konseli 2	L	√	√	√		Tinggi
3	Konseli 3	L				√	Rendah
4	Konseli 4	L	√	√	√		Sedang
5	Konseli 5	P	√	√	√		Sedang
6	Konseli 6	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
7	Konseli 7	L	√				Sangat Rendah
8	Konseli 8	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
9	Konseli 9	L	√				Rendah
10	Konseli 10	L	√				Rendah
11	Konseli 11	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
12	Konseli 12	P	√	√		√	Tinggi
13	Konseli 13	L	√	√		√	Tinggi
14	Konseli 14	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
15	Konseli 15	L	√		√	√	Tinggi
16	Konseli 16	L		√			Rendah
17	Konseli 17	L		√			Rendah
18	Konseli 18	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi

NO	Nama Peserta Didik	L/P	Indikator				Kriteria
			1	2	3	4	
19	Konseli 19	L		√			Sangat Rendah
20	Konseli 20	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
21	Konseli 21	L		√			Sangat Rendah
22	Konseli 22	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
23	Konseli 23	L	√		√	√	Tinggi
24	Konseli 24	L	√		√	√	Tinggi
25	Konseli 25	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
26	Konseli 26	P	√		√	√	Tinggi
27	Konseli 27	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
28	Konseli 28	P	√	√	√		Tinggi
29	Konseli 29	L	√	√	√		Tinggi
30	Konseli 30	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
31	Konseli 31	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
32	Konseli 32	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi
33	Konseli 33	P	√	√	√	√	Sangat Tinggi
34	Konseli 34	L	√	√	√	√	Sangat Tinggi

Sumber: Angket Pra Penelitian peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Berdasarkan data tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat peserta didik kelas XI B yang memiliki disiplin belajar (sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah) yaitu, terdapat 14 (4,7%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sangat tinggi, terdapat 10 (29%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar tinggi, terdapat 2 (0,6%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sedang, terdapat 5 (14,2%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar rendah, dan terdapat 3 (8%) peserta didik yang terindikasi memiliki disiplin belajar sangat rendah.⁷

⁷Pra-Penelitian Hasil Penyebaran Angket Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI A dan XI B SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung pada tanggal 18 April 2018

Jika masalah ini diabaikan, maka akan menimbulkan dampak negatif bagi peserta didik. Dampak negatif yang ditimbulkan diantaranya penurunann kemampuan akademik dan kemampuan dalam belajar serta berkurangnya kemampuan pengambilan keputusan yang baik cenderung mengikuti ego yang mengarah pada kepuasan atau kesenangan saja tanpa memikirkan resikonya.

Adapun upaya yang telah dilakukan guru BK sudah cukup baik dengan memberikan konseling kelompok terkait disiplin belajar. Akan tetapi hal tersebut belum optimal dalam membantu peserta didik mengetahui secara maksimal tentang disiplin belajar.

Dari beberapa keterangan yang didapatkan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, maka penulis tertarik untuk melakukan penulisan dengan judul: **“Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Konseling Realita Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka penulis mengidentifikasi masalah dalam penulisan ini adalah:

1. Terindikasi 6 (16,2%) peserta didik yang melanggar tata tertib disekolah
2. Terindikasi 7 (18,9%) peserta didik kurangnya ketaatan terhadap kegiatan belajar disekolah.

3. Terindikasi 6 (16,2%) peserta didik kurangnya ketaatan dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran.
4. Terdapat 5 (13,5%) peserta didik kurangnya ketaatan terhadap kegiatan belajar dirumah.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak terlalu luas cakupannya, maka berdasarkan latar belakang yang dipaparkan diatas, akan dibatasi masalah dalam penulisan ini yaitu, “Efektivitas Konseling Kelompok Realita untuk Meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “Apakah Teknik Konseling Realita Efektif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019?”

E. Tujuan dan Kegunaan Penulisan

1. Tujuan Penulisan

- a. Tujuan Umum penulisan ini adalah untuk mengetahui apakah konseling kelompok dengan teknik konseling realita efektif dalam meningkatkan disiplin belajar.
- b. Tujuan khusus penulisan ini adalah untuk meningkatkan disiplin belajar sebelum diberikan konseling realita melalui konseling kelompok dan sesudah diberikan konseling realita melalui konseling kelompok.

2. Kegunaan Penulisan

a. Secara teoritis

Penulisan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pembaca kaitannya dengan konseling kelompok realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

b. Secara praktis

- 1) Melalui penulisan ini diharapkan dapat menambah disiplin belajar peserta didik yang bermanfaat untuk kehidupannya dimasa depan.
- 2) Memberikan sumbangan pemikiran, informasi dan evaluasi bagi guru BK di sekolah dalam rangka pengembangan konseling kelompok khususnya konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

F. Ruang Lingkup Penulisan

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang lingkup ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling bidang belajar.

2. Ruang lingkup objek

Objek dalam penelitian ini adalah meningkatkan disiplin belajar penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita yang dilaksanakan di sekolah.

3. Ruang lingkup subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

4. Ruang lingkup wilayah dan waktu

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung pada tahun pelajaran 2018/2019.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan salah satu strategi dalam bimbingan dan konseling. Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (peserta didik) yang menjadi peserta layanan. Dalam konseling kelompok di bahas masalah pribadi yang di alami oleh masing –masing anggota kelompok. Masalah pribadi di bahas dalam suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, di ikuti oleh semua anggota kelompok di bawah bimbingan kelompok (pembimbing atau konselor).¹

Konseling kelompok merupakan konseling yang di selenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang di bahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karier). Seperti dalam konseling perorangan, setiap anggota, kelompok dapat menampilkan masalah yang dirasakannya.

¹Thohirin, *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah BerbasisIntegrasi*, Jakarta:PT.Raja Grafindo Persada, 2011. h.179.

Untuk dapat menjalankan tugas dan kewajiban profesional secara baik seperti diatas, seorang pemimpin kelompok dalam layanan konseling kelompok harus mampu :

1. Membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok yang bebas, terbuka dan demokratis, konstruktif, saling mendukung dan meringankan beban, menjelaskan dan memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembarakan serta mencapai tujuan bersama kelompok.
2. Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, meningkatkan, memperluas, dan mensinergikan konten bahasa yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.
3. Memiliki kemampuan hubungan interpersonal yang hangat dan nyaman, sabar dan memberikan kesempatan, demokratis dan kompromistik atau tidak antagonistik, dalam mengambil kesimpulan dan keputusan, tanpa memaksakan dalam ketegasan dan kelembutan, jujur dan tidak berpura-pura, disiplin, dan kerja keras.²

2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi peserta didik diungkap dan didinamikan melalui berbagai pendekatan sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi peserta didik berkembang secara optimal. Melalui layanan konseling kelompok juga dapat dientaskan masalah (peserta didik) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.³

²*Ibid.*h.181.

³*Ibid.*h.181.

Dari pernyataan tersebut dapat di artikan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan mengembangkan kemampuan bersosialisasi siswa dengan cara membahas topik-topik tertentu yang berhubungan dengan permasalahan aktual.

3. Perbedaan Konseling dan Bimbingan Kelompok

Adapun perbedaan antara konseling kelompok dengan bimbingan kelompok yakni :

- a. Konseling kelompok memiliki tujuan khusus didalamnya ada pembahasan dan pemecahan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Jumlah anggota dibatasi sampai sekitar 10 orang, fungsi pengentasan dan advokasi. Asas yang digunakan menekankan pada asas kerahasiaan dan memiliki materi layanan masalah pribadi anggota kelompok. Format kegiatan ada kelompok kecil dengan empat tahap kegiatan adapun pengaruh nya memanfaatkan dinamika kelompok.
- b. Bimbingan Kelompok memiliki tujuan khusus didalamnya ada pembahasan topik-topik umum secara luas dan mendalam yang bermanfaat bagi para anggota kelompok. Jumlah anggota dibatasi 10-15 orang , fungsi pemahaman dan pengembangan. Asas yang digunakan menekankan pada asas kesukarelaan dan memiliki materi layanan mengarah ke topik bahasan. Format kegiatan ada kelompok kecil dengan empat tahap kegiatan adapun pengaruhnya memanfaatkan dinamika kelompok.

4. Manfaat Konseling Kelompok

Sherzer dan Stone mengungkapkan manfaat konseling kelompok bagi peserta didik, yaitu sebagai berikut :

1. Melalui konseling kelompok, konselor dapat berhubungan dengan lebih banyak peserta didik.
2. Peserta didik lebih dapat menerima konseling kelompok, karena jika mengikuti sesi konseling individu, peserta didik sering dianggap peserta didik yang bermasalah.
3. Keterlibatan dalam konseling kelompok memungkinkan peserta didik untuk membangun keterampilan interpersonal.
4. Konseling kelompok sering dianggap efektif dalam hal waktu dan ruang.
5. Konseling kelompok berguna untuk mengubah tabiat, kepribadian, sikap, serta penilaian terhadap anggota kelompok.
6. Anggota konseling kelompok lebih mudah menerima saran yang diberikan oleh teman sebaya di bandingkan oleh orang dewasa.
7. Konseling kelompok dapat memberikan situasi yang lebih baik untuk pemecahan masalah.
8. Menjadikan peserta didik lebih bersikap lebih terbuka dalam berbagai hal.⁴

5. Ciri-ciri Ketua Kelompok Yang Berkesan.

Ketua merupakan orang berperan penting dalam kelompok. Apabila dalam suatu kelompok tidak memiliki seorang ketua, maka perbincangan dalam suatu kelompok itu hanya menjadi perbincangan umum. Dalam kegiatan konseling kelompok ketua bertugas mendorong para anggota untuk berperan aktif dalam sesi konseling kelompok.

Berikut ini secara ringkas agar menjadi ketua kelompok yang berkesan seseorang harus mempunyai ciri – ciri yaitu :

1. Memiliki kemahiran berkomunikasi yang baik.
2. Bersikap terbuka
3. Ikhlas
4. Ramah
5. Tidak mudah menilai

⁴Amla Salleh dkk. *Bimbingan dan Konseling Sekolah*, Persatuan Penerbit Buku Malaysia, Malaysia, 2006, h.128

6. Tenang
7. Tidak mudahmendaat orang lain.
8. Mudah menerima pendapat
9. Mengutamakan sikap penerimaan.
10. Sanggup menerima teguran dari anggota.⁵

6. Keterampilan Yang Harus dikuasai Oleh Ketua Kelompok

Corey menegaskan, tanpa keterampilan dan latihan yang mencangkupi seseorang tidak akan mungkin menjadi ketua kelompok yang berkesan. Berdasarkan ini keterampilan yang perlu di kuasai oleh ketua kelompok, yaitu sebagai berikut :

1. Keterampilan mendengar
2. Dorongan minimum
3. Parafrasa
4. Membuat penjelasan
5. Pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup
6. Memberi fokus
7. Penafsiran (Interpretasi)
8. Konfrontasi
9. Blocking
10. Membuat rumusan
11. Pengakhiran⁶

7. Komponen -komponen Konseling Kelompok

Didalam konseling kelompok, terdapat komponen –komponen yaitu pemimpin kelompok dan konseling kelompok. Pemimpin konseling kelompok pemimpin kelompok merupakan komponen yang penting dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang

⁵*Ibid*.h.137.

⁶ Corey, Gerald.*Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung:Rafika Aditama,2003.h.58

a. dalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsi pemimpin kelompok.

b. Anggota konseling kelompok

Keanggotaan merupakan unsur pokok dalam proses kehidupan konseling kelompok, dapat dikatakan bahwa tidak ada anggota yang tidak mungkin ada sebuah kelompok. Untuk keanggotaan konseling kelompok yang ideal adalah 6 orang meskipun pada umumnya anggota berjumlah 4-10 orang. Kegiatan atau kehidupan konseling kelompok itu sebagian besar dirasakan atas peranan anggotanya.

c. Dinamika Konseling Kelompok

Dinamika konseling kelompok adalah suasana konseling kelompok yang hidup, di tandai oleh semangat bekerja sama antar anggota konseling kelompok untuk mencapai tujuan konseling kelompok.

8. Proses Konseling Kelompok

Dalam melaksanakan konseling kelompok terdapat beberapa fase. Fase pertama permulaan, dan fase peralihan (transisi) dan fase perkembangan, selanjutnya adalah fase pengakhiran.

a. Fase Pertama (permulaan)

b. Fase peralihan(transisi)

c. Fase perkembangan

d. Fase pengakhiran



B. Konseling Realita

1. Konsep Dasar Konseling Realita

Konseling realita dikembangkan oleh William Glasser. Yang dimaksud dengan istilah *Reality* ialah suatu standar atau patokan obyektif, yang menjadi kenyataan atau realita yang harus diterima. Realita atau kenyataan itu dapat berwujud suatu realitas praktis, realita sosial, atau realita moral. Sesuai dengan pandangan behavioristik, yang terutama disoroti pada seseorang adalah tingkah lakunya yang nyata.⁷

Tingkah laku itu dievaluasi menurut kesesuaian atau ketidaksesuaiannya dengan realita yang ada. Glasser memfokuskan perhatian pada perilaku seseorang pada saat sekarang, dengan menitik beratkan tanggung jawab yang dipikul setiap orang untuk berperilaku sesuai dengan realita atau kenyataan yang dihadapi. Penyimpangan/ketimpangan dalam tingkah laku seseorang dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran tanggung jawab pribadi; bukan sebagai indikasi/gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental menurut konsepsi tradisional.⁸

Bagi Glasser, bermental sehat adalah menunjukkan rasa bertanggung jawab dalam semua perilaku. Tanggung jawab diartikan sebagai kemampuan untuk dapat memenuhi dua kebutuhan psikologis yang mendasar, yaitu kebutuhan untuk dicintai dan mencintai serta kebutuhan menghayati dirinya sebagai orang yang berharga dan berguna, tetapi dengan cara tidak merampas hak orang lain untuk memenuhi

⁷Winkell, Sri Hastuti, *Bimbingan Konseling Di Institusi Pendidikan* (Yogyakarta: MEDIA ABADI, 2004). h. 459.

⁸*Ibid.*

kebutuhan mereka. Kemampuan untuk memenuhi kedua kebutuhan dasar itu tidak dimiliki sejak lahir, tetapi harus diperoleh melalui suatu proses belajar.⁹

Dengan demikian, bertanggung jawab merupakan hasil dari aneka usaha belajar memenuhi kebutuhan itu dalam realita hidup, yang menghadapkan orang pada norma-norma moralitas, adat-istiadat social, adat-istiadat sosial, nilai-nilai kehidupan, serta pembatasan gerak-gerik yang lain. Orang-perorang tidak diperkenankan untuk bertindak sesuka hati; dia harus menunjukkan tingkah laku yang tepat dan menghindari tingkah laku yang salah (*right and wrong behavior*).¹⁰

2. Pandangan Realita Terhadap Manusia

Pada dasarnya, menurut Glasser memiliki pandangan yang positif dan dinamis tentang hakikat manusia. Ia berkeyakinan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk menentukan dan mengarahkan dirinya sendiri dalam memenuhi kebutuhan dasarnya. Dengan mendasarkan diri pada keputusan-keputusan yang dibuatnya, manusia memilih perilaku untuk memenuhi kebutuhan dasarnya sehingga dapat hidup bertanggung jawab, berhasil, dan memuaskan dari pada bergantung pada situasi dan lingkungannya.

3. Konsep Dasar Konseling Realita

Konseling realita merupakan suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Konselor dalam konseling realita mengajarkan tingkah laku yang bertanggung jawab agar individu mampu menghadapi segala kenyataan yang harus dijalani dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti konseling realita adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, yang

⁹*Ibid.*

¹⁰*Ibid.*

dipersamakan dengan kesehatan mental.

Menurut Latipun konseling realita adalah pendekatan yang berdasarkan pada anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya; kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah, dan berbeda dengan orang lain.¹¹ Pandangan konseling realita menyatakan bahwa, karena individu-individu bias mengubah cara hidup, perasaan dan tingkah lakunya, maka mereka pun biasa mengubah identitasnya yang bergantung pada perubahan tingkah laku.

Bahwa konseling realita dibangun diatas asumsi bahwa manusia adalah yang menentukan dirinya sendiri, memiliki tanggung jawab untuk menerima konsekuensi-konsekuensi dan tingkah lakunya sendiri dan menjadi apa yang ditetapkannya. Terapi realita sangat berguna apabila menganggap identitas dalam pengertian “identitas keberhasilan” dan “identitas kegagalan”.

Dalam pembentukan identitas, masing-masing dari kita mengembangkan keterlibatan dari orang lain dan dengan bayangan diri, sehingga kita merasa relatif berhasil atau tidak berhasil. Manusia pada hakekatnya adalah makhluk yang memiliki kebutuhan dasar dan dalam kehidupannya mereka berusaha memenuhi kebutuhan tersebut.

Kebutuhan dasar manusia meliputi kebutuhan bertahan hidup (*survival*), mencintai dan dicintai (*love and belonging*), kekuasaan atau prestasi (*power or achievement*), kebebasan atau kemerdekaan (*freedom or independence*), dan

¹¹ Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang. 2002. h.155

kesenangan (*fun*)¹²,. Keberhasilan individu dalam memenuhi kebutuhan dasarnya akan memberikan identitas berhasil pada dirinya, sedangkan kegagalan akan pemenuhan kebutuhan dasar menyebabkan individu mengembangkan identitas gagal.¹³

Konseling realita bertumpu pada pandangan bahwa tingkah laku manusia adalah bertujuan dan berasal dari diri individu dan bukan kekuatan dari luar. Meskipun kekuatan dari luar mempengaruhi keputusan yang kita ambil tetapi faktor lingkungan tidak mempengaruhi perilaku kita. Kita cenderung lebih termotivasi sepenuhnya oleh kekuatan dari dalam dan perilaku kita adalah usaha kita dalam memenuhi kebutuhan kita.

Ada beberapa kebutuhan yaitu memiliki (*belonging*), berkuasa (*Power*), bebas (*freedom*), kesenangan (*fun*) dan bertahan (*survive*). Pandangan manusia menurut Latipun yaitu :

- a. Perilaku manusia didorong oleh usaha untuk menemukan kebutuhan dasarnya baik fisiologis maupun psikologis.

Jika individu frustrasi karena gagal memperoleh kepuasan atas tidak terpenuhi kebutuhan-kebutuhannya dia akan mengembangkan identitas kegagalan. Sebaliknya jika berhasil memperoleh kepuasan dalam memenuhi kebutuhannya maka akan mengembangkan identitas

¹²Corey, Gerald.*Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung:Rafika Aditama,2003.h 78

¹³Rosdjidan.1988. *Pengantar Teori-Teori Konseling*.Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.h 29

- a. keberhasilan.
- b. Individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengubah identitasnya dari identitas kegagalan ke identitas keberhasilan. Individu yang bersangkutan adalah pihak yang mampu mengubah dirinyasendiri.
- c. Faktor tanggung jawab adalah sangat penting pada manusia. Orang yang berusaha memperoleh kepuasan mencapai *success identity* menunjukkan perilaku yang bertanggung jawab.
- d. Faktor penilaian individu tentang dirinya sangat penting untuk menentukan apakah dirinya termasuk memiliki identitas keberhasilan atau kegagalan.

Menurut Glasser dalam Corey dasar dari terapi realita adalah membantu para konseli dalam memenuhi kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna baik bagi diri kita sendiri maupun bagi orang lain.¹⁴”kekuatan pertumbuhan” mendorong kita untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Penderitaan pribadi bisa diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realita menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan tingkah laku.

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

¹⁴Corey *Op.Cit.* h. 268-269

4. Pemenuhan Kebutuhan Dasar

Glasser berpandangan bahwa pada dasarnya semua manusia memiliki kebutuhan dasar yaitu kebutuhan fisiologis (fisik) dan psikologis (cinta dan penghargaan) yang berpengaruh pada perilakunya. Kedua kebutuhan psikologis tersebut digabung menjadi satu kebutuhan yang sangat utama yang disebut identitas.

Identitas merupakan cara seseorang melihat dirinya sendiri sebagai manusia yang berhubungan dengan orang lain dan dunia luarnya. Dan setiap orang mengembangkan gambaran identitasnya berdasarkan atas pemenuhan kebutuhan psikologisnya.¹⁵Terpenuhinya cinta dan penghargaan akan mengembangkan gambaran diri sebagai orang yang berhasil dan membentuk identitasnya dengan identitas keberhasilan (*success identity*), sebaliknya jika orang gagal dalam menemukan kebutuhannya, maka akan membentuk identitasnya dengan identitas kegagalan (*failed identity*).

Individu yang tidak terpenuhi kebutuhannya maka akan mencari jalan lain, misal dengan menarik diri atau bertindak delinkuensi. Menurut Glasser orang yang membangun identitas kegagalan pada dasarnya orang yang tidak bertanggung jawab, karena mereka menolak realita sosial, moral dan dunia sekitarnya. Namun identitas kegagalan tersebut dapat dirubah menjadi identitas keberhasilan apabila individu dapat menemukan kebutuhan dasarnya. Individu yang telah terpenuhi kebutuhan dasarnya akan dapat memerintah kebutuhan kehidupan sendiri menggunakan prinsip 3 R (*Right, Responsibility, dan Reality*).

¹⁵Latipun, *Op.Cit.* h. 149

5. Tujuan Konseling Realita

Membantu individu untuk mencapai otonomi, yaitu kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan interal. Sehingga individu mampu bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka, serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis guna mencapai tujuan mereka.

Latipun secara umum konseling realita memiliki tujuan yang sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan *success identity*.¹⁶Oleh karena itu harus bertanggung jawab, yaitu memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya.

Dalam hal ini konselor membantu peserta didik dalam menemukan alternatif- alternatif dalam mencapai tujuan konseling yang ingin dicapai yaitu mengubah identitas kegagalan menjadi identitas keberhasilan yang berhubungan dengan konsep diri peserta didik *broken home*, yaitu mengubah konsep diri negatif menjadi konsep diri positif.

6. Teknik Konseling Realita

Konseling realita merupakan konseling yang aktif secara verbal, yang menekankan rasional konseli dan difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi konseli yang dihubungkan dengan tingkah lakunya sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Konselor membantu konseli menyadari tingkah lakunya, membuat pertimbangan nilai atas tingkah lakunya, dan

¹⁶Latipun ,Op.Cit. h. 155

mengarahkan konseli membuat rencana perubahan tingkah lakunya.

Beberapa teknik konseling yang bisa dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Terlibat main peran dengan konseli
- b. Menggunakan humor
- c. Mengkonfrontasikan konseli dan menolak dalih apapun
- d. Membantu konseli dalam merumuskan perencanaan perubahan tindakan
- e. Bertindak sebagai model dan guru
- f. Menentukan batas-batas dan menyusun struktur konseling yang sesuai
- g. Menggunakan “terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang layak untuk mengkonfrontasikan konseli dengan tingkah lakunya yang tidak realistis
- h. Melibatkan diri dengan konseli dalam upaya mencari kehidupan yang lebih efektif.

7. Prosedur Konseling Realita

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

- a. Berfokus pada personal

Mengkomunikasikan perhatian konselor pada konseli yang ditandai dengan hubungan hangat dan pemahamannya ini merupakan kunci keberhasilan konseling. Keterlibatan yang dicapai konselor dapat menjadi fungsi kebebasan, tanggung jawab, dan otonomi pada konseli.

b. Berfokus pada perilaku

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

c. Berfokus pada saat ini

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

Tujuan konseling menurut Glasser ada tiga tahap, yaitu membantu melihat perilakunya (yang terakhir) adalah yang tidak realistis, menolak perilaku konseli yang tidak bertanggung jawab, dan mengajarkan cara yang terbaik menemukan kebutuhannya dalam dunia.

- 1) Pertimbangan nilai
- 2) Pentingnya perencanaan
- 3) Komitmen
- 4) Tidak menerima dalih
- 5) Menghilangkan hukuman

Dalam menerapkan prosedur konseling realita, Wubbolding, 1989, 1991 dalam Cappuzi, mengembangkan sistem WDEP. Merupakan sistem penyampaian untuk membantu diri sendiri dan orang lain untuk memiliki kembali kekurangan, membuat pilihan yang tepat, dan menjadi lebih matang dalam bertindak.

Setiap huruf dari WDEP mengacu pada kumpulan strategi: W = *wants and needs* (keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan) konselor membantu konseli untuk mengetahui keinginan dan kebutuhan mereka, D = *direction and doing* (arah dan tindakan) konseli menggambarkan arah hidup mereka sama seperti apa yang saat ini mereka lakukan atau bagaimana mereka menghabiskan waktu, E=*self evaluation* (evaluasi diri) konselor membantu konseli pengevaluasian diri konseli dengan bertanya “apakah aktivitasmu efektif?”, dan P = *planning* (perencanaan) konseli kemudian membuat perencanaan yang simple dan mudah dicapai.

Disamping itu, perlu untuk diingat bahwa dalam konseling realita harus terlebih dulu diawali dengan pengembangan keterlibatan. Oleh karenanya sebelum melaksanakan tahapan dari sistem WDEP harus didahului dengan tahapan keterlibatan (*involvement*).¹⁷Berikut ini bahasan mengenai konseling realita secara lebih mendetail:

1) Pengembangan Keterlibatan

Dalam tahap ini konselor mengembangkan kondisi fasilitatif konseling, sehingga klien terlibat dan mengungkapkan apa yang dirasakannya dalam proses konseling.

¹⁷Rosdjidan, *Pengantar Teori-Teori Konseling*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan,1998.h.216

2) Eksplorasi Keinginan, Kebutuhan dan Persepsi (*wants and needs*)

Dalam tahap eksplorasi keinginan, kebutuhan dan persepsi konselor berusaha mengungkapkan semua kebutuhan dan kebutuhan klien beserta persepsi klien terhadap kebutuhannya. Eksplorasi kebutuhan dan keinginan dilakukan terhadap kebutuhan dan keinginan dalam segala bidang, meliputi kebutuhan dan keinginan terhadap keluarga, orang tua, guru, teman-teman sebaya, sekolah, guru, kepala sekolah, dan lain-lain.

Konselor, ketika mendengarkan kebutuhan dan keinginan klien, bersifat menerima dan tidak mengkritik. Berikut ini beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk panduan mengeksplorasi kebutuhan dan keinginan klien.

- a) Kepribadian seperti apa yang kamu inginkan?
- b) Jika kebutuhanmu dan keluargamu sesuai, maka kamu ingin keluargamu seperti apa?
- c) Apa yang kamu lakukan seandainya kamu dapat hidup sebagaimana yang kamu inginkan?
- d) Apakah kamu benar-benar ingin mengubah hidupmu?
- e) Apa keinginan yang belum kamu penuhi dalam kehidupan ini?

3) Eksplorasi Arah dan Tindakan (*direction and doing*)

Eksplorasi tahap ini dilakukan untuk mengetahui apa saja yang telah dilakukan klien guna mencapai kebutuhannya. Tindakan yang dilakukan oleh klien yang dieksplorasi berkaitan dengan masa sekarang. Tindakan atau perilaku masa lalu juga boleh dieksplorasi asalkan berkaitan dengan tindakan masa sekarang dan

membantu individu membuat perencanaan yang lebih baik di masa mendatang. Dalam melakukan eksplorasi arah dan tindakan, konselor berperan sebagai cermin bagi klien.

Tahap ini difokuskan untuk mendapatkan kesadaran akan total perilaku klien. Membicarakan perasaan klien bisa dilakukan asalkan dikaitkan dengan tindakan yang dilakukan oleh klien. Beberapa bentuk pertanyaan yang dapat digunakan dalam tahap ini: “Apa yang kamu lakukan?”, “Apa yang membuatmu berhenti untuk melakukan yang kamu inginkan?”, “Apa yang akan kamu lakukan besok?”

4) Evaluasi Diri (*self evaluation*)

Tahap ini dilakukan untuk mengevaluasi tindakan yang dilakukan konselor dalam rangka memenuhi kebutuhan dan keinginannya: keefektifan dalam memenuhi kebutuhan. Beberapa pertanyaan yang dapat digunakan untuk memandu tahapan ini:

- a) Apakah yang kamu lakukan menyakiti atau membantumu memenuhi kebutuhan?
- b) Apakah yang kamu lakukan sekarang seperti yang ingin kamu lakukan?
- c) Apa perilakumu sekarang bermanfaat bagikamu?
- d) Apakah ada kesesuaian antara yang kamu lakukan dengan yang kamu inginkan?
- e) Apakah yang kamu lakukan melanggar aturan?
- f) Apakah yang kamu inginkan dapat dicapai atau realistik?

Apakah kamu menguji keinginanmu; apakah keinginanmu benar-benar

g) keinginan terbaikmu dan orang lain?¹⁸

Setelah proses evaluasi diri ini diharapkan klien dapat melakukan evaluasi diri bagi dirinya secara mandiri.

5) Rencana dan Tindakan(*planning*)

Ini adalah tahap terakhir dalam konseling realita. Di tahap ini konselor bersama klien membuat rencana tindakan guna membantu klien memenuhi keinginan dan kebutuhannya.

Perencanaan yang baik harus memenuhi prinsip SAMIC, yaitu:

- a) Sederhana (*simple*)
- b) Dapat dicapai (*attainable*)
- c) Dapat diukur (*measureable*)
- d) Segera dilakukan (*immediate*)
- e) Keterlibatan klien (*involved*)
- f) Dikontrol oleh pembuat perencanaan atau klien (*controlled by planner*)
- g) Komitmen (*committed*)¹⁹

Secara terus-menerus dilakukan (*continuously done*) Ciri-ciri rencana yang bisa dilaksanakan klien:

- a) Rencana itu didasari motivasi dan kemampuan klien.
- b) Rencana yang baik sederhana dan mudah dipahami.
- c) Rencana berisi tuntutan tindakan yang positif.

Konselor mendorong klien untuk melaksanakan rencana secara

¹⁸ *Ibid.*

¹⁹ *Ibid*

- d) independen.
- e) Rencana yang efektif dilaksanakan dalam kegiatan sehari-hari dan berulang-ulang.
- f) Rencana merupakan tindakan yang berpusat pada proses bukan hasil.
- g) Sebelum rencana dilaksanakan, dievaluasi terlebih dahulu apakah realistis dan dapat dilaksanakan.
- h) Agar klien berkomitmen terhadap rencana, rencana dibuat tertulis dan klien bertanda tangan didalamnya.²⁰

8. Kelebihan dan Kekurangan Konseling Realita

Konseling realita tampaknya sangat cocok bagi intervensi-intervensi singkat dalam situasi-situasi konseling krisis dan bagi penanganan para remaja dan orang-orang dewasa penghuni lembaga-lembaga untuk tingkah laku criminal. Secara realistis, penggunaan psikoterapi jangka panjang yang mengeksplorasi dinamika-dinamika tak sadar dan masa lampau seorang pada situasi-situasi dan tipe orang-orang tersebut di atas sangat terbatas. Glasser mengembangkan pendekatannya karena keyakinannya bahwa prosedur-prosedur psikoanalitik tidak berhasil pada populasi itu.²¹

Adapun keuntungan-keuntungan yang diperoleh dari terapi realitas tampaknya adalah jangka waktu terapinya yang relatif pendek dan berurusan dengan masalah-masalah tingkah laku sadar. Klien dihadapkan pada keharusan mengevaluasi tingkah lakunya sendiri dan membuat pertimbangan nilai. Pemahaman dan kesadaran tidak

²⁰ *Ibid.*

²¹Winkle W.S. *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan* (Jakarta: GramediaWidiasarana Indonesia, 1991)

dipandang cukup; rencana tindakan dan komitmen untuk melaksanakannya dipandang sebagai inti proses terapeutik. Para klien boleh jadi ingin dimaklumi, memainkan permainan-permainan menyalahkan, dan menganggap orang lain sebagai pihak yang bertanggung jawab atas masalah-masalah yang dihadapi oleh mereka sekarang.²²

Karena konseling realita tidak menerima dalih dan menekankan pada penerimaan tanggung jawab oleh klien atas keadaan dirinya, klien harus melihat ke dalam dirinya sendiri dan mencari alternative-alternatif. Misalkan seseorang remaja berada di lembaga pemasyarakatan dan ia adalah produk dari lingkungan yang menyedihkan di mana orang tuanya membenci dan memberikan perlakuan buruk secara fisik maupun psikologis. Terlepas dari sebab-sebab dirinya terlihat dalam pelanggaran hukum, ia sekarang perlu menetapkan apakah tingkah lakunya itu membawa dirinya kepada apa yang diinginkannya. Dalam hal ini, terapis mendorong klien untuk melaksanakan kebebasan dan tanggung jawab.²³

Kekurangan dari terapi realitas adalah ia tidak memberikan penekanan yang cukup pada dinamika-dinamika tak sadar dan pada masa lampau individu sebagai salah satu determinan dari tingkah lakunya sekarang. Sementara Glasser di satu pihak tampaknya menerima peran masa lampau dan ketakasadaran sebagai factor-faktor kausal dari tingkah laku sekarang, di lain pihak ia menolak nilai factor-faktor tersebut dalam memodifikasi tingkah laku sekarang.

²²*Ibid.*

²³*Ibid.*

Konseling realita bisa menjadi suatu tipe campur tangan yang dangkal karena ia menggunakan kerangka yang terlampau disederhanakan bagi praktek terapi.²⁴ Sama halnya dengan terapi rasional emotif, terapi realitas memiliki kemungkinan yang besar digunakan oleh tipe pempraktek yang memainkan peran sebagai orang yang ahli dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan orang lain seperti bagaimana menjalani hidup, apa yang disebut realistis dan tidak realistis, apa yang dimaksud dengan tingkah laku yang benar dan yang salah, dan apa yang menjadikan suatu tingkah laku yang bertanggung jawab.

Jadi, terapis yang tidak menyadari kebutuhan-kebutuhannya sendiri untuk “mengatur orang lain” bisa menghalangi pertumbuhan dan otonomi klien dengan menjadi terlalu moralis dan mempengaruhi klien untuk menerima pandangan terapis tentang kenyataan alih-alih mencari jawaban-jawaban dari dirinya sendiri.²⁵

Selanjutnya konseling realita mereduksi penyelesaian-penyelesaian segenap masalah menjadi beberapa penyebut umum; tanggung jawab pribadi, komitmen kepada nilai-nilai yang realistis, dan pembuatan putusan secara sadar. Ada dimensi-dimensi lain yang tidak diperhatikan secara serius oleh konseling realita. Akhirnya, pandangan Glasser tentang penyakit mental sebagai “ketidak bertanggung jawaban” adalah pandangan yang kontroversial. Pandangan Glasser itu terlalu menyederhanakan serta tidak sah. Ia tidak mau bertanggung jawab sebelum menunjukkan gejala – gejala mereka.²⁶

²⁴ Glasser, *Op.Cit.*

²⁵ *Ibid.*

²⁶ *Ibid*

C. Disiplin Belajar

1. Pengertian Disiplin Belajar

Istilah disiplin berasal dari bahasa latin “*Disciplina*” yang menunjukkan kepada kegiatan belajar dan mengajar. Istilah tersebut sangat dekat dengan istilah dalam bahasa inggris “*Disciple*” yang berarti mengikuti orang untuk belajar dibawah pengawasan seorang pemimpin. Dalam kegiatan belajar tersebut, bawahan dilatih untuk patuh dan taat pada peraturan-peraturan yang dibuat oleh pemimpin.

Istilah bahasa inggris lainnya Disiplin adalah : “*disciplined comes from the same word as disciplined one who learns from or voluntary follows a leader*” artinya, disiplin berasal dari kata yang sama dengan “*disciple*” yakni seorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin²⁷

Kedisiplinan belajar merupakan gabungan dari dua kata yaitu: kedisiplinan dan belajar. Kedisiplinan berasal dari kata dasar disiplin yang mendapat awalan ke- dan akhiran -an. Dalam kamus Bahasa Indonesia, disiplin mempunyai arti ketaatan dan kepatuhan kepada aturan, tata tertib dan sebagainya. Sedangkan secara istilah disiplin oleh beberapa pakar diartikan sebagai berikut:

²⁷Elizabeth B Hurlock, *Perkembangan Anak*, terj. dr. Med Meitasari Tjandrasa, Jakarta: Erlangga, 1999, h. 82

- a. Suharsimi Arikunto mengatakan disiplin merupakan suatu yang berkenaan dengan pengendalian diri seseorang terhadap bentuk-bentuk aturan. Peraturan dimaksud dapat ditetapkan oleh orang-orang yang bersangkutan bersangkutan maupun berasal dari luar.
- b. Wardiman Djojonegoro, disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai kepatuhan, ketaatan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban.
- c. Charles Schaefer Disiplin secara luas yaitu disiplin dalam mendidik, menuntun dan mengarahkan anak dalam hidupnya dan dalam masa pertumbuhan serta perkembangannya.

Dari definisi itu sebenarnya kita bisa menarik kesimpulan beberapa aspek yang merupakan inti dari disiplin, seperti: Sikap mental (*State of Mind*) yang merupakan aspek / unsur utama dari disiplin; Pengetahuan tentang sistem aturan, perilaku, norma, kriteria, dan standar; Perilaku yang menunjukkan kesungguhan, pengertian dan kesadaran untuk mentaati segala apa yang ada dalam aturan. Ketiga aspek ini mendasari seseorang untuk bisa melaksanakan disiplin.

2. Dasar dan Tujuan Disiplin Belajar

A. Dasar Disiplin Belajar

Disiplin belajar mempunyai dasar yang dijadikan sebagai pedoman atau pijakan dan landasan dalam berbuat.. Ajaran Islam sangat menganjurkan pemeluknya untuk menerapkan disiplin dalam berbagai aspek baik dalam beribadah, belajar dan kehidupan lainnya.

Dalam surat An-Nisa' ayat 59 juga disebutkan tentang perintah taat, patuh dan disiplin.

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اطِيعُوْا اللّٰهَ وَاَطِيعُوْا الرَّسُوْلَ وَاُوْلٰى الْاَمْرِ مِنْكُمْ فَاِنْ تَنٰزَعْتُمْ فِيْ شَيْءٍ فَرُدُّوْهُ اِلَى اللّٰهِ وَالرَّسُوْلِ اِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُوْنَ 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' ayat: 59).

Ayat-ayat di atas menunjukkan untuk berdisiplin dalam waktu ibadah shalat, tetapi tidak hanya shalat saja, termasuk di dalamnya adalah amal perbuatan yang lain baik yang berhubungan dengan Allah atau hubungan dengan sesama manusia. Kedisiplinan dalam hal ini dikaitkan dengan belajar, sebab belajar yang baik adalah belajar yang disertai dengan sikap disiplin yakni anak dapat membagi waktu sesuai proporsinya dan menepati apa yang telah dijadwalkan secara terus menerus.

B. Tujuan Disiplin Belajar

Dalam pendidikan, disiplin sangat diperlukan dan disiplin ini menjadi alat pengikat dalam pendidikan, karena dengan adanya disiplin, anak dapat diarahkan, dibimbing dan dididik sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai secara optimal. Disiplin dalam belajar penting diterapkan dalam pelaksanaan proses belajar mengajar karena memiliki tujuan yang hendak dicapai.

Menurut Charles Schaefer ada 2 macam tujuan disiplin belajar yaitu tujuan jangka pendek dan tujuan jangka panjang :

1. Tujuan jangka pendek dari disiplin ialah membuat peserta didik terlatih dan terkontrol dengan mengajarkan mereka bentuk-bentuk tingkah laku yang pantas dan tidak pantas atau masih asing bagi mereka.
2. Tujuan jangka panjang disiplin adalah untuk perkembangan dan pengendalian diri sendiri dan mengarahkan diri sendiri (*Self control and self direction*) yaitu dalam hal mana peserta didik dapat mengarahkan diri sendiri tanpa pengaruh dan pengendalian dari luar.²⁸

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan disiplin belajar adalah untuk membuat anak didik terlatih dan terkontrol dalam belajar, sehingga ia memiliki kecakapan cara belajar yang baik. Selain itu merupakan proses pembentukan perilaku yang baik sehingga mencapai pribadi yang luhur yang tercermin dalam persesuaian perilaku dengan aturan-aturan belajar yang ditetapkan serta kemampuan untuk mengontrol dan mengendalikan diri sendiri tanpa pengaruh dan pengendalian dari luar.

²⁸Charles Schaefer, *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak*, (Jakarta: Mitra Utama, 1994), h..3

3. Fungsi Disiplin Belajar

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

Menurut Umri Mufidah “fungsi pokok disiplin adalah mengajarkan anak menerima pengekangan yang diperlukan dan membantu mengarahkan energy anak kedalam jalur yang berguna dan diterima secara social”.²⁹ Sedangkan menurut Sofan Amri “disiplin berfungsi sebagai alat penyesuaian dari dalam lingkungan yang ada. Disiplin dapat mengarahkan seseorang untuk menyesuaikan diri terutama dalam menaati peraturan dan tata tertib yang berlaku dilingkungan sekitar”.³⁰

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

a. Menata kehidupan bersama

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

²⁹ Umri Mufidah, *Efektifitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini*, (Online) : Jurnal Universitas Negeri Semarang, Tersedia :<http://journal.unnes.ac.id/sju/inde.php/belia>,

³⁰ Sofan Amri, *Op.Cit*,h. 162

b. Membangun kepribadian

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

c. Melatih kepribadian

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

d. Pemaksaan

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

e. Hukum

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

f. Menciptakan lingkungan kondusif

Dalam lingkungan sekolah disiplin sangat diperlukan dalam proses belajar mengajar, alasannya yaitu disiplin dapat membantu kegiatan

belajar, dapat menimbulkan rasa senang untuk belajar dan meningkatkan hubungan sosial.³¹

Sedangkan menurut Maman Rachman dalam Sofan, pentingnya disiplin bagi peserta didik adalah sebagai berikut” (1) memberikan dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang. (2) membantu peserta didik memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan. (3) cara menyelesaikan tuntutan yang ingin ditunjukkan peserta didik terhadap lingkungan. (4) untuk mengatur keseimbangan keinginan individu satu dengan individu yang lain. (5) menjauhi peserta didik melakukan hal-hal yang dilarang sekolah. Dan mendorong peserta didik melakukan hal-hal yang baik dan benar”.³²

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

4. Faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar

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

³¹ *Ibid*,h.164

³² *Ibid*,h.164-165

a. Anak itu sendiri

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

b. Sikap pendidik

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

c. Lingkungan

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

d. Tujuan

Agar penanaman kedisiplinan dapat berhasil maka tujuan tersebut harus ditetapkan dengan jelas, termasuk penentuan kriteria pencapaian tujuan penanaman kedisiplinan disekolah".³³

³³ *Ibid*,h.167-168

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

5. Kriteria Peserta Didik Disiplin Belajar

Peserta didik yang baik adalah yang mengetahui segala sesuatu tentang sekolah dan pelajaran. Sebagai perwujudan peserta didik yang disiplin dalam belajar hendaknya selalu melakukan kewajiban sebagai peserta didik dengan penuh tanggung jawab. Dalam hal ini penulis sebutkan hal-hal yang perlu diusahakan oleh peserta didik. Kaitannya dengan disiplin belajar di sekolah yang meliputi :

- a. Rajin masuk sekolah.

Peserta didik selalu berangkat sekolah, agar materi pelajaran yang disampaikan di sekolah tidak ketinggalan.

- b. Datang tidak terlambat.

Peserta didik datang sebelum pelajaran dimulai akan lebih siap dalam persiapan untuk menerima materi yang disampaikan oleh guru.

- c. Pulang pada waktunya.

Untuk menumbuhkan semangat agar peserta didik dapat belajar dengan giat dan sungguh-sungguh, maka peserta didik hendaknya rajin mengikuti pelajaran tanpa membolos.

- d. Mendengarkan keterangan guru.

Mendengarkan dan memperhatikan terhadap keterangan atau penjelasan dari guru merupakan unsur yang sangat penting dalam proses belajar. Karena hal ini merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan belajar peserta didik.

- e. Mencatat hal-hal yang penting.

Mencatat yang termasuk sebagai belajar yaitu apabila dalam mencatat itu orang menyadari kebutuhan serta tujuannya menggunakan cara tertentu agar catatan itu nantinya berguna bagi tujuan belajar.

- f. Membuat ringkasan.

Ringkasan ini dapat membantu kita dalam hal mengingat atau mencari kembali materi dalam buku untuk masa yang akan datang.

g. Mengerjakan tugas sekolah.

Mengerjakan tugas merupakan aspek yang turut mempengaruhi hasil belajar peserta didik. Agar peserta didik latihan mengerjakan soal dalam buku pegangan, tes harian, ulangan umum ataupun latihan ujian. Menggunakan waktu istirahat sebaik-baiknya. Artinya waktu belajar digunakan sebaik-baiknya untuk belajar

h. Memanfaatkan waktu kosong untuk belajar.

Apabila guru tidak hadir karena ada suatu lain, maka waktu yang kosong sebaiknya digunakan peserta didik untuk belajar

i. Laporan kepada guru piket apabila guru tidak hadir.

Guru piket akan mencari pengganti yang akan mengisi kegiatan apa yang baik dan bermanfaat untuk mengisi kekosongan itu.

j. Belajar di rumah Pelajaran atau keterangan guru yang kita terima harus dipelajari lagi di rumah.

k. Mematuhi peraturan di sekolah.

Peserta didik yang rajin memiliki kemampuan untuk mentaati peraturan sekolah. Hal ini juga mempengaruhi terhadap keberhasilan belajar, karena belajar peserta didik akan lebih tenang, baik, lancar tanpa adanya ganjalan yang mengganggu proses belajar mengajar.

l. Izin jika berhalangan.

Peserta didik yang berhalangan hadir, hendaknya memberitahukan kepada pihak sekolah atau guru.

m. Masuk kelas tepat waktu.

Masuk kelas tepat waktunya adalah suatu sikap mental yang banyak mendatangkan keuntungan. Dari segi kepribadian guru akan memuji dengan kata-kata bagus, teman-teman sekelas pun tidak terganggu ketika sedang menerima pelajaran dari guru. Konsentrasinya mereka akan terpelihara, sehingga materi yang disampaikan oleh guru dapat diterima dengan kondisi yang kondusif.

6. Indikator Disiplin Belajar

Disiplin dalam penentuan seseorang dapat dikatakan memiliki sikap disiplin tentu ada beberapa sikap yang mencerminkan kedisiplinannya seperti indikator disiplin³⁴ dalam penelitian mengenai disiplin sekolah mengemukakan bahwa “indikator yang menunjukkan perubahan hasil belajar peserta didik sebagai kontribusi mengikuti dan menaati peraturan sekolah adalah meliputi:

Dapat mengatur waktu belajar di rumah, rajin dan teratur belajar, perhatian yang baik saat belajar di kelas, dan ketertiban diri saat belajar di kelas. Untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik diperlukan indikator-indikator mengenai disiplin belajar seperti yang diungkapkan Moenir indikator-indikator yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik berdasarkan ketentuan disiplin waktu dan disiplin perbuatan, yaitu:

³⁴Tu'u, Tulus, "Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Peserta Didik. Jakarta: Grasindo, 2004. h.90-91

- a. Disiplin Waktu, meliputi :
 - 1) Tepat waktu dalam belajar, mencakup datang dan pulang sekolah tepat waktu, mulai dari selesai belajar di rumah dan di sekolah tepat waktu.
 - 2) Tidak meninggalkan kelas/membolos saat pelajaran
 - 3) Menyelesaikan tugas sesuai waktu yang ditetapkan.
- b. Disiplin Perbuatan, meliputi :
 - 1) Patuh dan tidak menentang peraturan yang berlaku
 - 2) Tidak malas belajar
 - 3) Tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya
 - 4) Tidak suka berbohong
 - 5) Tingkah laku menyenangkan, mencakup tidak mencontek, tidak membuat keributan, dan tidak mengganggu orang lain yang sedang belajar.³⁵

D. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah di deskripsikan. Kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang di deskripsikan³⁶

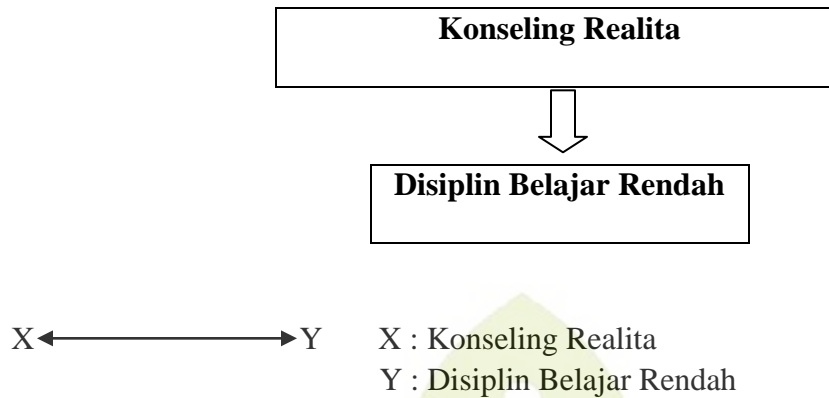
Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa Konseling Realita dalam menangani peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang rendah di sekolah. Setelah peserta didik mendapatkan terapi di harapkan peserta didik memiliki kesadaran diri akan pentingnya disiplin dalam belajar dan diharapkan dengan adanya pemberian tritmen tingkat disiplin belajar yang rendah dapat ditingkatkan sehingga dalam proses pembelajarannya tidak ada yang terganggu ataupun terhambat.

³⁵ Moenir, *Masalah-masalah dalam Belajar*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar 2010.h.96

³⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)(Bandung: Alfabeta, 2012) h. 60

Berikut ini merupakan kerangka berfikir.

Gambar 1 Kerangka Pemikiran



E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian.³⁷ sedangkan Sudjana menyebutkan bahwa hipotesis adalah asumsi atau dugaan mengenai suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut untuk melakukan pengecekan.³⁸ Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah ada efektivitas konseling kelompok dengan teknik konseling realita meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.

H_a : konseling kelompok dengan teknik konseling realita efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019

³⁷ Sugiyono, *Op.Cit.* h. 159

³⁸ Sadjana. *Metode Statistik*, Bandung : Tarsito, 2005.h. 219

H_0 : konseling kelompok dengan teknik konseling realita tidak efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_0$$

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya t (t hitung), dibandingkan dengan nilai $-t$ dari table distribusi t (t tabel). Cara penentuan nilai t tabel di dasarkan pada taraf signifikansi tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = n-1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk uji satu pihak kanan yaitu: Tolak H_0 , jika t hitung $> t$ tabel dan Terima H_0 , jika t hitung $< t$ tabel.

F. Penelitian Yang Relevan

Berdasarkan telaah pustaka dan kajian penulis ditemukan penelitian yang relevan dengan penelitian penulis yaitu:

1. Elly Nur Syavanah, yang menulis tentang : Penerapan Konseling kelompok realita untuk meningkatkan Disiplin Belajar Peserta didik, dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penerapan konseling kelompok realita dengan intervensi model WDEP, dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik yang ditandai dengan meningkatnya aspek pengendalian diri dan tanggung jawab dalam kegiatan belajar dan menurunnya perilaku indisciplin belajar peserta didik. Hal ini berarti penerapan konseling kelompok realita dapat meningkatkan tanggung

jawab serta kemandirian peserta didik dalam belajar dan peserta didik dapat belajar secara terarah dan teratur.³⁹

2. Mardia bin Smith, yang menulis tentang : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap disiplin Belajar Peserta didik di Sma Negeri 1 Watinggola Kabupaten Gorontalo Utara, penelitiannya menunjukkan berdasar kan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh terhadap disiplin belajar peserta didik di kelas X SMU Negeri 1 Antinggola, artinya semakin besar frekuwensi layanan konseling kelompok , semakin tinggi disiplin belajar peserta didik.⁴⁰

3. Reni Susanti, yang menulis tentang : Efektivitas konseling realitas untuk meningkatkan kualitas diri mahapeserta didik dalam menyelesaikan skripsi, dari hasil penelitiannya salah satu permasalahan yang dihadapi peserta didik akhir dalam menyelesaikan skripsinya adalah rendahnya kemampuan untuk meregulasi diri, sehingga sebagian peserta didik cenderung menunda-nunda proses penyelesaian tugas akhirnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penggunaan konseling realitas bagi peningkatan regulasi diri mahapeserta didik yang sedang mengerjakan skripsi. Adapun disain yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group presets desain. Subjek penelitian terdiri atas 5 orang

³⁹Elly Nur Syafanah, "Penerapan konseling kelompok realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik", (On-Line) *ejournal.unesa.ac.id*

⁴⁰Mardia bin Smitah, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap disiplin belajar peserta didik di Sma Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara (On-Line).

mahapes erta didik yang dipilih dengan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Berdasarkan hasil analisis menggunakan statistik non parametric Wilcoxon Sink Rank Test disimpulkan bahwa ada peningkatan ynag signifikan terhadap regulasi diri mahapeserta didik dengan taraf signifikasi $P=0.031$, $Z=2.23$, dan effect size yang tergolong tinggi, yakni -0.90 . dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling realitas efektif untuk meningkatkan regulasi diri mahapeserta didik dalam menyelesaikan skripsi⁴¹



⁴¹Reni Susanti, “Efektivitas Konseling Realitas untuk Peningkatan Regulasi Diri Maha peserta didik dalam Menyelesaikan Skripsi”, (On-Line).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹ Dalam penggunaan metode penelitian di harapkan agar penelitian yang akan dilaksanakan dapat benar-benar diungkap dan di pertanggung jawabkan dan dipercaya.

Tujuan utama dalam metode penelitian adalah agar dalam melaksanakan kegiatan penelitian dapat berjalan dengan baik, terarah, dan sistematis. Penelitian ilmiah bisa di katakan berhasil apabila penelitian tersebut menggunakan metode yang tepat, dengan menggunakan metode yang tepat akan mendapatkan hasil pengambilan dan analisis data secara benar sehigga memperoleh kesimpulan yang tepat serta mampu dipertanggungjawabkan.

Dalam penelitian ini penulisakan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Metode ini dapat di artikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data meggunakan instrument penelitian, analisis

¹ Sugiyono, *Op.Cit*, h.3

data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan menguji penggunaan data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

B. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kuantitatif eksperimen. Dengan desain penelitian *quasi experiment* yaitu desain yang mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Pada *quasi experiment* tidak dilakukan dengan teknik random (*random assignment*) melainkan pengelompokan berdasarkan kelompok yang terbentuk sebelumnya.

Bentuk desain *quasi experimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-equivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Desain eksperimen digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan.

Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan konseling kelompok dengan teknik konseling realita, namun pada kelompok kontrol diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *extinction*. Selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti.

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

Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik serta digunakan dalam meneliti populasi dan sampel tertentu.² Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian *eksperiment*. Penelitian *experiment* didefinisikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikannya³.

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur hasil belajar peserta didik peneliti menggunakan jenis komperatif dua sampel dengan menggunakan sampel berkorelasi. Yang berarti membandingkan hasil dua sampel yang berkorelasi atau hubungan dimana hasil sampel itu diambil dari sampel yang sama.

² Sugiyono, *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung, 2012. h. 7

³ *Ibid.*, h. 72

Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

Gambar 2
Pola Non-equivalent Control Grup Design

E	O₁	X_e	O₂
K	O₃	X_k	O₄

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O₁ : Pengukuran disiplin belajar sebelum diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk kelompok eksperimen, Pengukuran dilakukan dengan memberikan angket disiplin belajar. *Pretest* merupakan pengumpulan data peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang rendah dan belum mendapatkan perlakuan.

O₃ : Pengukuran disiplin belajar sebelum diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *extinction* pada kelompok kontrol, Pengukuran dilakukan dengan memberikan angket disiplin belajar . *Pre-test* merupakan pengumpulan data peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang rendah dan belum mendapatkan perlakuan.

X_e : Pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar.

X_k : Pemberian perlakuan pada kelompok kontrol dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *extinction* untuk meningkatkan disiplin belajar.

O_2 : Pengukuran (*post-test*) untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik setelah di berikan perlakuan dengan menggunakan konseling kelompok dengan menggunakan konseling realita pada kelompok eksperiman. Di dalam *post-test* akan didapat data hasil dari pemberian perlakuan, dimana disiplin belajar peserta didik akan meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

O_4 : Pengukuran (*post-test*) untuk mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik setelah di berikan perlakuan dengan menggunakan konseling kelompok dengan menggunakan konseling realita dan *extinction* kelompok kontrol. Di dalam *post-test* akan didapat data hasil dari pemberian perlakuan, disiplin belajar akan meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

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

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, subjek kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴

Berdasarkan permasalahan efektivitas konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung terdiri dari dua variabel, yaitu;

a. Variabel independen atau bebas (X)

Variabel independen atau bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas pada penelitian ini yaitu konseling kelompok dengan teknik konseling realita.

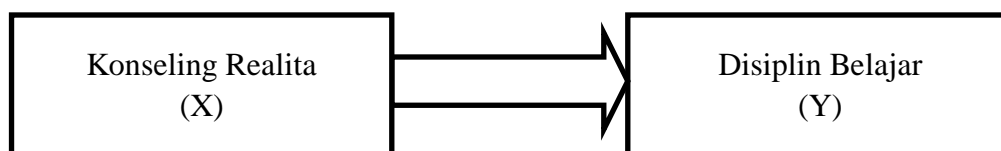
b. Variabel dependen atau terikat (Y)

Variabel dependen atau terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah disiplin belajar.

Dalam penelitian ini konseling realita merupakan variabel bebas dan diberi simbol (X) sementara disiplin belajar merupakan variabel terikat yang diberi simbol (Y). Jadi korelasi antara dua variabel dapat digambarkan sebagai berikut :

⁴ Sugiyono, *Op.Cit*, h.61

Gambar 3
Variabel Penelitian



2. Definisi Operasional

Definisi operasional di perlukan dalam penelitian karena definisi tersebut untuk menghindari dalam pengertian dan salah dalam penafsiran yang berbeda terhadap variabel-variabel penelitian yang akan di lakukan. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik konseling realita Adapun variabel terikat penelitian ini adalah disiplin belajar. Berikut ini penjelasan mengenai variabel–variabel secara operasional sebagai berikut :

Tabel 4
Definisi Operasional

Variabel	Difinisi Operasional	Skala	Indikator	Observasi	Hasil ukur	Skor
Variabel Bebas (X) Konseling Kelompok dengan Teknik Konseling Realita	Konseling kelompok merupakan konseling yang di selenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. . Konseling Realita merupakan suatu sistem yang difokuskan pada		<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengajak klien belajar memahami dirinya 2. Membantu Melakukan Monitoring 3. Mengajarkan klien bagaimana memvisualisasikan diri yaitu klien mampu melaksanakan kegiatan 	Pelaksanaan konseling	Materi konseling sesuai dengan langkah-langkah konseling Kelompok dengan teknik konseling realita	

	tingkah laku sekarang.		pembelajaran sehari-hari tanpa terganggu.			
--	------------------------	--	---	--	--	--

Variabel	Difinisi Operasional	Skala	Indikator	Inventori (item soal)	Hasil Ukur	Skor
Variabel Terikat (Y) Disiplin Belajar	<p>Disiplin belajar merupakan serangkaian sikap, tingkah laku peserta didik yang menunjukkan ketaatan dan kepatuhannya untuk belajar secara teratur baik di sekolah maupun di rumah atas dasar kesadaran dirinya untuk belajar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Dalam penelitian ini diteliti mengenai disiplin dalam masuk sekolah, disiplin dalam mengikuti pelajaran di sekolah, disiplin dalam mengerjakan tugas, disiplin belajar di rumah dan disiplin dalam menaati tata tertib di sekolah.</p>	Skala Likert	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ketaatan terhadap tata tertib sekolah 2. Ketaatan terhadap kegiatan belajar disekolah 3. Ketaatan dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran 4. Ketaatan terhadap kegiatan belajar dirumah. 	<p>(+) 1, 12, 14, 15, 17, 19, 20, 23, 24, 26, 27, 28. 2, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 16, 22, 25, 30.</p> <p>(-) 13, 18, 21, 29, 3, 7, 8.</p>		<p>1= Tidak Pernah</p> <p>2 = Sangat jarang</p> <p>3 = Jarang</p> <p>4 = Sering</p> <p>5= Sangat Sering</p>

D. Lokasi, Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung yang beralamat di Jalan Zainal Abidin Pagar Alam, Labuhan Ratu, Kedaton, Kota Bandar Lampung.

2. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas; objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁵ Dalam penelitian ini populasi yang penulis tetapkan adalah peserta didik kelas XI yang berjumlah 4 kelas di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018. Berikut ini pengelompokannya :

Tabel 5
Jumlah Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta didik
1	XI IPA 1	32
2	XI IPA 2	40
3	XI IPS 1	37
4	XI IPS 2	34
Jumlah		143

Sumber Absensi Guru BK SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

Keterangan populasi pada tabel diatas yaitu peserta didik kelas XI yang terdiri dari 4 kelas dengan jumlah peserta didik 37 pada kelas XI IPA 1, 34 pada kelas XI IPA 2, 32 pada kelas XI IPS 1, 40 pada kelas XI IPS 2.

⁵ Sugiyono, *Op.Cit*, h. 117

3. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan penulis tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka penulis dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Dalam mengambil sampel harus benar-benar representatif (mewakili).⁶

Karena jumlah peserta didik yang terdiri dari 143 peserta didik, maka pada penelitian ini hanya mengambil 71 peserta didik yang akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu, kelas XI A sebagai kelompok eksperimen dengan jumlah 37 peserta didik yang akan diberi perlakuan konseling kelompok dengan teknik konseling realita dan kelas XI B sebagai kelompok kontrol dengan jumlah 34 peserta didik yang akan diberi perlakuan konseling kelompok dengan teknik *extinction* tentang disiplin belajar.

4. Teknik sampling

Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*. *Cluster Random Sampling* adalah teknik memilih sebuah sampel dari kelompok-kelompok unit yang kecil.⁷ Dalam penelitian ini populasi terdiri dari 4 kelas. Penentuan sampel dilakukan dengan memilih dua kelas secara acak. Keempat kelas memiliki disiplin belajar relatif sama yaitu, setiap kelas tergolong memiliki kategori sangat tinggi, tinggi, sedang rendah dan sangat rendah. Hasil didapat dari penyebaran angket disiplin belajar.

⁶ *Ibid.* h.118

⁷Sukma, *Pengguna Penalaran Formal Terhadap Mikrosepsi Siswa Dengan Model Belajar Konstruktif SLTP N 4 Busungbiu*. Tersedia di: www.siaff.com (5 mei 2018)

E. Teknik Pengumpulan Data

Data merupakan bentuk jamak dari datum yang berarti keterangan-keterangan dari suatu hal, dapat berupa suatu yang diketahui atau yang di anggap suatu fakta yang digambarkan lewat angka, symbol, kode dan lain-lain.⁸ Adapun beberapa teknik yang digunakan untuk membantu penulis dalam pengumpulan data yaitu:

1. Wawancara

Teknik wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian. Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian merupakan teknik wawancara tidak terstruktur atau bebas. Metode ini digunakan dalam memperoleh informasi terkait disiplin belajar peserta didik di kelas XI di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, maka wawancara kepada guru bimbingan konseling dan peserta didik.

2. Dokumentasi

Teknik dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan transkrip, buku, surat kabar, majalah, agenda dan sebagainya.⁹

Dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data awal mengenai peserta didik yang mengalami gejala-gejala stres, baik secara fisiologis, intelektual, dan psikologis melalui Alat Ungkap Masalah (AUM) yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling.

⁸ M. Iqbal Hasan, *Metodologi Penelitian dan Aplikasinya* (Jakarta : Ghalia Indonesia, 2002), h. 82

⁹ Suharsimi Arikunto, *Op.Cit.* h. 274

3. Kuesioner

Kuesioner adalah teknik pengumpulan data melalui pemberian daftar pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara sistematis sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini merupakan salah satu teknik yang berdasarkan pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report* atau setidaknya pada pengetahuan atau keyakinan pribadi.

Penelitian menggunakan skala pengukuran Menurut Sugiyono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.”¹⁰

Dalam penelitiannya, peneliti akan menggunakan kuesioner berupa angket inventori dengan memperhatikan skor pada jawaban peserta didik dengan memperhatikan tabel berikut :

Tabel 6
Alternatif Jawaban

Jenis pernyataan	Alternatif Jawaban				
	Sangat Sering (SS)	Sering (SR)	Jarang (J)	Jarang Sekali(JS)	Tidak Pernah (TP)
Favorable	5	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4	5

¹⁰ Sugiyono. *Op.Cit.* h. 92

Dalam penelitian ini, dengan menggunakan skor 1-5 dengan banyaknya item 30, maka interval kriteria dapat ditentukan. Setelah hasil angket diketahui, kemudian hasil angket direkapitulasi dengan interaksi sosial peserta didik yang ditentukan dengan interval yang dibuat dengan rumus :

- a. Skor tertinggi : $5 \times 30 = 150$
- b. Skor terendah : $1 \times 30 = 30$
- c. Rentang : $150 - 30 = 120$

Rumus interval yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

$$I = \frac{(30 \times 5) - (30 \times 1)}{5}$$

$$I = 24$$

Keterangan:

- I = Interval
- NT = Nilai tertinggi
- NR = Nilai terendah
- K = Jumlah kategori

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria stres belajar peserta didik adalah sebagai berikut :

Tabel 7
Kriteria Disiplin Belajar

Interval	Kriteria
$126 \leq 150$	Sangat Tinggi
$102 \leq 126$	Tinggi
$78 \leq 102$	Sedang
$54 \leq 78$	Rendah
$30 \leq 54$	Sangat Rendah

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Dalam hal ini peneliti menyusun sebuah rancangan penelitian yaitu, menentukan instrumen yang layak disebarkan pada peserta didik, ditempuh dengan beberapa langkah yaitu penentuan jenis instrument dan pengembangan kisi-kisi antara lain kelayakan instrumen, keterbacaan instrument, validitas dan reabilitas. Langkah-langkah yang telah di uraikan akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Jenis instrumen penelitian

a. Angket

Angket merupakan sejumlah pertanyaan dan pernyataan tertulis tentang data faktual atau opini yang berkaitan dengan diri responden, yang dianggap fakta atau kebenaran yang diketahui dan perlu dijawab

oleh responden.¹¹ Agar data yang diperoleh sesuai dengan kebutuhan dan dapat menunjang tujuan penelitian, maka alat pengumpul data menggunakan angket skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.¹²

Dengan jumlah item pertanyaan yang harus di jawab peserta didik sebanyak 30 item. Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu data tentang berapa banyak peserta didik yang mengalami disiplin belajar rendah di sekolah SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Tabel 8
Kisi-kisi Lembar Angket Disiplin Belajar

Variabel	Aspek	Definisi Operasional	Indikator	Item Pernyataan	
				Positif (+)	negative (-)
Disiplin Belajar	Disiplin Waktu	Disiplin waktu adalah dapat melakukan sesuatu secara tepat waktu, tidak ditunda-tunda	1. Ketaatan terhadap tata tertib disekolah 2. Ketaatan terhadap kegiatan belajar disekolah	1, 12, 14, 15, 17, 19, 20, 23, 24, 26, 27, 28.	13, 18, 21, 29.
	Disiplin Perbuatan	. Disiplin perbuatan merupakan	3. Ketaatan dalam mengerjakan		

¹¹ Anwar Sutoyo, *Op. Cit.* h. 189

¹² Sugiono. *Op. Cit.* h. 134

		disiplin dalam mengontrol perbuatan diri sendiri serta menjadi starting point untuk menata perilaku	tugas-tugas pelajaran 4. Ketaatan terhadap kegiatan belajar dirumah	2, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 16, 22, 25, 30.	3, 7, 8.
--	--	---	--	--	----------

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji Kevalidan dan reabel angket tersebut, untuk mengetahui kelayakan angket untuk digunakan dalam penelitian, berikut ini langkah-langkah dalam pengujian.

1. Uji Validitas Instrumen

A test is valid if it measures what it purpose to measure atau jika diartikan adalah sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur.¹³ Uji validitas instrumen disiplin belajar yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi dan uji validitas konstruksi yaitu sebagai berikut:

a. Uji Validitas isi

Uji validitas merupakan suatu tes yang dilakukan dan yang akan diukur sehingga dapat menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mengukur apa yang ingin diukur sehingga mempunyai validitas yang tinggi atau rendah. Hasil penelitian yang valid apabila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti.¹⁴

¹³ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013), h. 211.

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), Cet. XIV, h. 182.

Uji validitas isi untuk menentukan suatu instrumen tes mempunyai validitas isi yang tinggi dalam penelitian yang dilakukan adalah melalui penilaian yang dilakukan oleh para pakar (*experts judgment*) yang ahli dalam bidangnya. Peneliti melakukan validasi kepada 1 validator yaitu, dosen ahli instrumen. Dosen ahli instrumen sebagai validator untuk mengetahui apakah instrumen tes sudah sesuai dengan indikator disiplin belajar yang akan diujikan.

b. Validitas Konstruksi

Agar dapat diperoleh data yang valid, instrumen atau alat untuk evaluasi harus valid. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Sebuah tes dikatakan valid apabila mempunyai dukungan yang besar terhadap skor total. Untuk mengetahui validitas soal digunakan rumus korelasi *Pola Biserial* sebagai berikut¹⁵ :

$$r_{pbi} = \frac{M_p - M_t}{SDt} \sqrt{\frac{p}{q}}$$

keterangan :

r_{pbi} : Koefesiensi korelasi biserial

M_p : Nilai rata-rata sekor dari subjek yang menjawab betul bagi item yang sedang dicari validitasnya

M_t : Nilai rata-rata sekor total

SDt : Standar deviasi total

P : Sistem yang menjawab benar

¹⁵ Anas Sudijono, *Pengantar statistik pendidikan* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012). h. 258.

$$P = \frac{\text{banyak siswa yang menjawab benar}}{\text{jumlah seluruh siswa}}$$

q : Proporsi siswa yang menjawab salah ($q=1-p$)

Pengujian validitas menggunakan aplikasi Setelah didapat harga koefisien validitas maka harga tersebut diinterpretasikan terhadap kriteria dengan menggunakan tolak ukur mencari angka korelasi “r” *product moment* (r_{xy}) dengan taraf signifikansi (α) = 0,05 dengan ketentuan bahwa r_{xy} lebih besar atau sama dengan r_{tabel} maka hipotesis nol diterima atau soal dapat dinyatakan valid. Jika r_{xy} lebih kecil dari r_{tabel} maka soal dikatakan tidak valid.¹⁶

Validitas instrumen angket yang dilakukan terdiri dari 37 peserta didik dengan memberikan 30 butir pertanyaan tentang disiplin belajar. Untuk melakukan uji validitas digunakan program *SPSS 17* dapat dilihat pada tabel 9:

Tabel 9
Hasil Validitas Uji Instrumen Disiplin Belajar

Soal	Nomor Butir Soal	Jumlah Soal
Valid	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20, 21, 22,23,24,25,26,27,28,29,30.	30
Tidak Valid	0	0

Hasil analisis instrumen 30 butir soal yang dinyatakan valid berjumlah 30 butir soal dan yang tidak valid berjumlah 0 butir soal. Berdasarkan hasil uji validitas instrumen di atas, maka soal yang dapat digunakan soal yang valid.

¹⁶Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan* (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), Cet. XII, h. 181.

2. Uji Realibilitas Instrument

Suatu alat ukur bisa dikatakan reliabilitas, bila data tersebut mampu menghasilkan data yang di percaya dan dipertanggungjawabkan yang memang sesuai dengan kenyataan aslinya. Penelitian reliabel bisa dikatakan valid apabila terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda misalnya, apabila data dalam suatu objek kemarin berwarna kuning, maka esok dan selanjutnya tetap berwarna kuning.¹⁷

Teknik yang dapat digunakan untuk menguji tingkat reabilitas suatu data dalam penelitian ini, apakah reliabel atau tidak maka menggunakan rumus *alpha cronbath*

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum_{i=1}^n s_i^2}{s_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Koefisien reabilitas tes

k = Jumlah butir pertanyaan

$\sum s_i^2$ = Jumlah varians skor dari tiap-tiap butir item

s_t^2 = Varian total

Rumus untuk menentukan nilai varians dari skor total dan varians setiap butir soal;

$$\sum S_i^2 = s_{i1}^2 + s_{i2}^2 + s_{i3}^2 + \dots + s_{in}^2$$

$$s_i^2 = \frac{\sum X_i^2 - \frac{(\sum X_i)^2}{n}}{n}$$

Rumus untuk menentukan nilai variansi total

$$s_t^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}}{n}$$

Dimana :

X = nilai skor yang dipilih

N = banyaknya item soal

¹⁷ *Ibid*, h.52

Menurut Azwar, ukuran alpha dapat diinterpretasikan sebagai berikut

- a. Nilai alpha cronbach 0,00 s/d 0,20 berarti kurang reliabel
- b. Nilai alpha cronbach 0,21 s/d 0,40 berarti agak reliabel
- c. Nilai alpha cronbach 0,41 s/d 0,60 berarti cukup reliabel
- d. Nilai alpha cronbach 0,61 s/d 0,80 berarti reliabel
- e. Nilai alpha cronbach 0,81 s/d 1,00 berarti sangat reliabel¹⁸

Dari uji reabilitas menggunakan bantuan program SPSS versi 20 *for windows*, diperoleh hasil nilai *alpha cronbach* 0,854 (data terlampir) Hal ini berarti instrument tersebut memiliki ukuran sangat reliabel.

G. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui dua tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data :

1. Teknik Pengolahan Data

a. *Editing*

Merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner. Apakah semua pernyataan sudah terisi apakah jawaban atau tulisan masing-masing pernyataan cukup jelas atau terbaca, apakah jawaban pernyataan konsisten dengan jawaban seperti yang lainnya.

b. *Coding* (Pengkodean)

Setelah melakukan *editing*, selanjutnya dilakukan pengkodean atau coding, yaitu merubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

¹⁸ Azwar, S, *Metode Penelitian*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1998, h.62

c. *Data Entry* (Pemasukan Data)

Yaitu jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program *SPSS 17*.

d. *Cleaning Data* (Pembersihan Data)

Apabila semua data dari setiap sumber atau responden selesai dimasukkan perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan kode dan ketidaklengkapan, kemudian dilakukan pembetulan atau pengoreksian.¹⁹

2. Analisis Data

Setelah data terkumpul maka selanjutnya dilakukan pengolahan data atau analisis data. Untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan disiplin belajar peserta didik kelas XI setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita maka digunakan analisis data kuantitatif yaitu suatu proses menemukan pemahaman yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui.

Teknik analisis data tes penguasaan konsep ini diuji dengan menggunakan uji statistik. Data utama yang dipakai untuk melihat peningkatan disiplin belajar peserta didik adalah data hasil *pretest* dan *posttest* data tersebut dianalisis untuk melihat skor hasil angket. Selanjutnya hasil tersebut dihitung rata-rata serta menghitung N-GAIN antara *pretes* dan *posttest*. Sebelum menguji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan homogenitas, sebagai berikut:

¹⁹ Sugiyono, *Op.Cit*, h.85

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sampel berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak.²⁰ Untuk menguji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *kolmogorof smirnov* pada program SPSS 17 dengan taraf signifikan 5%. Adapun hipotesis uji *kolmogorof smirnov* sebagai berikut :

Jika nilai sig. $< \alpha$, maka H_0 ditolak.

Jika nilai sig. $> \alpha$, maka H_0 diterima.

H_0 diterima, maka data terdistribusi normal.

H_a ditolak, maka data tidak terdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Apabila data terdistribusi dengan normal, maka selanjutnya menggunakan uji homogenitas varians. Untuk menguji homogenitas pada penelitian ini menggunakan uji *homogeneity of variances* pada program SPSS 17.00 dengan taraf signifikan 5%. Adapun hipotesis uji *homogeneity of variances* sebagai berikut:

Jika nilai sig. $< \alpha$, maka H_0 ditolak.

Jika nilai sig. $> \alpha$, maka H_0 diterima.

H_0 : Tidak ada perbedaan nilai varians dari kedua kelas.

H_a : Ada perbedaan nilai varians dari kedua kelas.

²⁰ Ichi Lucyana Resta, Ahmad Fauzi, Yulkifli, "Pengaruh Pendekatan Pictorial Riddle Jenis Video terhadap Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Inkuiri pada Materi Gelombang Terintegrasi Bencana Tsunami" Pillar Of Physicis Education Vol 1 (April 2013).h.20.

c. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah asumsi atau dengan suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal yang sering dituntut untuk melakukan pengecekannya. Uji hipotesis menggunakan rumus *Independent Sample T Test (t-test)*. Adapun, hipotesis yang diujikan dalam penelitian ini adalah:

Ho: $\mu_0 = \mu_1$ (Konseling kelompok dengan teknik konseling realita tidak dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung)

Ha: $\mu_1 \neq \mu_2$ (Konseling kelompok dengan teknik konseling realita dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung)

Pengujian hipotesis menggunakan bantuan *SPSS 17* rumus uji *t Independent* yang digunakan dengan persamaan:

$$t_{\text{hitung}} = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Keterangan:

- X_1 : nilai rata-rat sampel 1 (kelompok eksperimen)
- X_2 : nilai rata-rat sampel 2 (kelompok kontrol)
- S_1^2 : variasi total kelompok 1 (kelompok eksperimen)
- S_2^2 : variasi total kelompok 2 (kelompok kontrol)
- n_1 : banyaknya sampel kelompok 1 (kelompok eksperimen)
- n_2 : banyaknya sampel kelompok 2 (kelompok kontrol)²¹

²¹ *Ibid*, h.138

BAB IV

HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019 pada bulan Agustus 2018. Populasi pada penelitian ini adalah kelas XI IPS SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung yang berjumlah 71 (Tujuh puluh satu) peserta didik. Sedangkan sampel pada penelitian ini berjumlah 16 (enam belas) peserta didik yang memiliki disiplin belajar yang rendah.

1. Gambaran Umum Disiplin Belajar Peserta Didik

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Konseling Kelompok dengan teknik Konseling Realita dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Disiplin belajar yang rendah tentunya akan sangat mengganggu proses kegiatan pembelajaran peserta didik di lingkungan sekolah.

Ketika peserta didik memiliki disiplin yang rendah maka proses pembelajaran pun akan terganggu sehingga apa yang guru berikan terhadap peserta didik tidak dapat ditangkap dengan baik. Bahkan dalam beberapa kasus terdapat peserta didik memiliki pemikiran negatif atau kesan negatif terhadap mata pelajaran tertentu,

sekolah, dan guru mata pelajaran. Ini tentunya sangat mempengaruhi peserta didik dalam proses belajarnya.

Dalam menangani permasalahan disiplin belajar pada peserta didik, peneliti menggunakan teknik Konseling Realita dengan menerapkan layanan konseling kelompok pada kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Pengambilan sampel ini berdasarkan hasil angket yang telah di berikan kepada peserta didik di kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Dari hasil angket disiplin belajar yang diberikan kepada 71 peserta didik terdapat 4 peserta didik masuk dalam kategori sangat rendah, 11 peserta didik masuk dalam kategori rendah, 7 peserta didik masuk dalam kategori sedang, 20 peserta didik masuk dalam kategori tinggi, dan 29 masuk kategori sangat tinggi. Selanjutnya adalah peserta didik di panggil dan berkumpul dalam ruangan sekolah yang telah disepakati sebelumnya, yaitu 16 peserta didik tersebut yang nantinya akan diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik konseling realita yang bertujuan untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Dalam penelitian ini sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu 8 kelompok kontrol dan 8 kelompok eksperimen. Berikut gambaran umum disiplin belajar peserta didik, sebagai berikut :

Tabel 10
Gambaran Umum Disiplin Belajar
Peserta Didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

Kategori	Rentang Skor	Peserta didik	Persentase
Sangat Tinggi	126 – 150	28	39,4%
Tinggi	102 – 126	20	28,1%
Sedang	78 – 102	7	9,8%
Rendah	54 – 78	11	15,4%
Sangat Rendah	30 – 54	5	7,0%
Jumlah		71	100%

Tabel 9 menyatakan bahwa kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung terdapat sebanyak 28 peserta didik (39,4%) berada pada kategori sangat tinggi, disiplin belajar peserta didik pada kategori tinggi sebanyak 20 peserta didik (28,16%), disiplin belajar peserta didik kategori sedang sebanyak 7 peserta didik (9,8%), disiplin belajar peserta didik kategori rendah sebanyak 11 peserta didik (15,4%), dan disiplin belajar peserta didik kategori sangat rendah sebanyak 5 peserta didik (7,0%).

Dilaksanakannya pretest ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kondisi awal peserta didik yang mengalami disiplin belajar rendah kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Berikut ini hasil pretest yang disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 11
Hasil Pretest Disiplin Belajar Rendah Peserta Didik Kelompok Eksperimen

NO	Nama Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseli 1	58	Rendah
2	Konseli 2	30	Sangat rendah
3	Konseli 3	57	Rendah
4	Konseli 4	60	Rendah
5	Konseli 5	56	Rendah
6	Konseli 6	30	Sangat Rendah
7	Konseli 7	58	Rendah
8	Konseli 8	69	Rendah

Berdasarkan pada tabel diatas menunjukkan hasil pretest peserta didik kelompok eksperimen dengan jumlah responden 8 peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung yang mempunyai kriteria disiplin belajar rendah. Kelompok eksperimen ini akan diberikan konseling kelompok dengan teknik konseling realita.

Penulis juga mengambil sampel 8 peserta didik sebagai kelompok kontrol yang memiliki tingkat disiplin rendah. Berikut ini hasil pretest yang disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 12
Hasil Pretest Disiplin Belajar Rendah Peserta Didik Kelompok Kontrol

NO	Nama Peserta Didik	Hasil Pretest	Kriteria
1	Konseli 1	59	Rendah
2	Konseli 2	30	Sangat Rendah
3	Konseli 3	58	Rendah
4	Konseli 4	58	Rendah
5	Konseli 5	59	Rendah
6	Konseli 6	57	Rendah
7	Konseli 7	30	Sangat Rendah
8	Konseli 8	30	Sangat Rendah

Berdasarkan dari tabel diatas hasil pretest peserta didik memiliki tingkat disiplin belajar rendah. Setelah mendapatkan hasil pretest penulis memberikan konseling kelompok dengan teknik extinction untuk diberikan pada kelompok kontrol.

2. Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik Konseling Realita untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019.

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung dilakukan pada peserta didik kelas XI. Setelah itu penulis mencari data peserta didik yang memiliki disiplin belajar rendah melalui buku kasus sekolah dan dibantu dengan penyebaran angket disiplin belajar.

Proses pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Penelitian dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses penelitian. Berikut penulis paparkan jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian :

Tabel 13
Jadwal Pelaksanaan Penelitian

NO	Tanggal	Waktu	Tempat	Kegiatan
1	22 Agustus 2018	08.50 WIB – Sd	Ruang Kepsek	Bertemu dengan kepala sekolah SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung untuk mengajukan surat penelitian
2	23 Agustus 2018	08.00 WIB – Sd	Ruang kelas	Penyaringan subjek dengan menyebarkan angket skala disiplin belajar kepada peserta didik (Pretest)
3	24 Agustus 2018	08.00 WIB – Sd	Ruang Kelas	Pembentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
4	25 Agustus 2018	10.00 WIB - Sd	Lab Sekolah	Melakukan sesi konseling kelompok pada kelompok eksperimen dengan menggunakan teknik konseling realita
5	27 Agustus 2018	10.00 WIB – Sd	Lab Sekolah	Melakukan kesepakatan dalam pembuatan kontrak konseling realita antara konseli dan konselor
6	28 Agustus 2018	10.00 WIB – Sd	Lab Sekolah	Melakukan sesi konseling kelompok pada kelompok kontrol dengan teknik extinction
7	29 Agustus 2018	08.00 WIB – Sd	Ruang kelas	Evaluasi dan melakukan postest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik konseling realita yang dilaksanakan pada kelompok eksperimen yang berjumlah 8 peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Kegiatan dilakukan dikelas dan di Lab sekolah. Gambaran pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita adalah sebagai berikut:

a) Kelompok Eksperimen

1) Pertemuan Ke 1

Hari/Tanggal : Kamis, 23 Agustus 2018

Waktu : 08.00-09.00 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Berdasarkan hasil penyebaran angket disiplin belajar pada 71 peserta didik terdapat 18 peserta didik yang berada pada kategori sedang (tabel 10). *pretest* diberikan pada pertemuan ini bertujuan untuk membina hubungan dengan peserta didik, memperkenalkan tujuan dan garis besar tahap konseling kelompok dengan teknik konseling realita pada peserta didik serta mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan berupa konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Dengan memberikan penjelasan secara singkat mengenai tujuan kegiatan konseling kelompok dengan teknik konseling realita dan petunjuk pengisian instrument disiplin belajar, peserta didik dapat memahami dan dapat memberikan informasi perilaku disiplin belajar yang dilakukan pada kehidupan sehari-hari.

Hasil dari *Pretest* kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat disiplin belajar peserta didik (tabel 10). hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik. Gambaran disiplin belajar tersebut, digunakan untuk menentukan sampel penelitian yaitu peserta didik yang memiliki disiplin belajar kategori sedang.

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

2) **Pertemuan Ke 2**

Hari/Tanggal : Jum'at, 24 Agustus 2018

Waktu : 08.00 - 08.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Pada pertemuan kedua ini telah menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan karakteristik peserta didik. Penulis menjelaskan kegiatan konseling kelompok yang akan dilakukan. Tujuan dari tahap ini agar memfasilitasi peserta didik dapat mengidentifikasi disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik.

Berdasarkan hasil pengamatan pada tahap ini berjalan dengan baik dan lancar, namun pada awalnya peserta didik merasa takut berpengaruh pada nilai mereka dan menganggap akan diberikan hukuman karena perilaku disiplin belajar

yang kurang baik dilingkungan sekolah. Namun, setelah penulis memberikan penjelasan kepada peserta didik dan memberikan pemahaman terhadap peserta didik yang memiliki disiplin belajar rendah agar peserta didik lebih paham mengenai tujuan dilaksanakannya konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk kelompok eksperimen dan untuk kelompok kontrol diberikan konseling kelompok dengan teknik extinction.

Pada tahap ini penulis memberikan treatment pada kelompok kontrol terlebih dahulu yaitu dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik extinction, kelompok kontrol ini berjumlah 8 peserta didik. Pada awal sesi ini anggota kelompok nampak terlihat kaku dan malu-malu dan anggota kelompok memilih untuk diam sekilas tampak lebih hening dikarenakan kebingungan dengan alasan mengapa mereka dikumpulkan dengan jumlah 8 orang saja.

Pemimpin kelompok berusaha menciptakan suasana yang hangat agar sesi konseling berjalan dengan lancar dan kondusif, pada pertemuan ini anggota kelompok diharapkan mampu terbuka terhadap anggota kelompok lainnya. Selanjutnya pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengungkapkan permasalahannya dalam disiplin belajar.

3) Pertemuan Ke 3

Hari/Tanggal : Rabu, 25 Februari 2017

Waktu : 08.00-08.45 WIB

Tempat : Lab Sekolah

Pertemuan ini adalah tahap inti kegiatan konseling kelompok. Tahap ini dalam konseling kelompok merupakan tahapan peralihan, dalam tahap ini pimpinan

kelompok menanyakan kembali kepada seluruh anggota kelompok apakah anggota kelompok telah memahami dengan baik mengenai kegiatan konseling kelompok ini, dan mengulas kembali mengenai asas-asas yang telah disampaikan.

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

4) Pertemuan Ke 4

Hari/Tanggal : Selasa, 28 Febuari 2018

Waktu : 09.00-09.45 WIB

Tempat : Lab Sekolah

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

Dalam tahap ini yang pertama dilakukan penulis yaitu, mengidentifikasi keadaan atau faktor-faktor yang menimbulkan disiplin belajar, penulis meminta peserta didik menyatakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi terkait materi disiplin belajar yang dibahas. Adapun materi/topic yang dibahas, yaitu pada pertemuan pertama membahas mengenai peraturan dalam disiplin belajar, kemudian

pada pertemuan berikutnya tentang tepat waktu dalam belajar, pada pertemuan ketiga mengenai tanggung jawab sebagai pelajar, pertemuan terakhir membahas topik percaya diri dalam belajar.

Sedangkan pada kelompok kontrol pada pertemuan pertama membahas tentang peraturan dalam disiplin pada pertemuan kedua membahas mengenai tepat waktu dalam belajar. Pimpinan kelompok dalam kegiatan ini hanya berperan sebagai pengatur jalannya konseling kelompok dan mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan permasalahan disiplin belajar.

Dalam konseling kelompok dengan teknik konseling realita diharapkan anggota kelompok dapat terbuka dan aktif dalam mengungkapkan permasalahannya serta faktor yang menyebabkan anggota kelompok melakukan pelanggaran disiplin. Adapun deskripsi gambaran disetiap pertemuan dalam tahap layanan konseling kelompok, yaitu mengutamakan membahas indikator yang dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik, diantaranya :

a) Peraturan dalam disiplin

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 25 Agustus 2018 dan kelompok kontrol tanggal 28 Agustus 2018. Konselor menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Dalam hal ini konselor membantu klien mengetahui harapan atau keinginan klien saat ini. Dalam mematuhi peraturan disiplin terdapat permasalahan yang terjadi pada para anggota kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

Mereka sering mengalami dan mengaku bahwa yang menjadi faktor kesulitan untuk mematuhi peraturan salah satunya yaitu, terkadang karena ajakan teman yang

membuat mereka meninggalkan pelajaran tanpa izin (membolos) dalam hal ini peserta didik tidak ingin dibilang tidak gaul atau tidak solidaritas sehingga membuatnya tidak tegas dan melanggar disiplin.

Mereka mengakui saat tidak ada teman yang mengajak membolos tidak masuk sekolah, mereka tetap mengikuti pelajaran samapai selesai, tetapi saat ada teman yang mengajak melanggar disiplin maka mereka akan ikut meninggalkan pelajaran. Pada kelompok eksperimen setelah pimpinan kelompok mengetahui faktor yang menyebabkan anggota kelompok melakukan pelanggaran disiplin, kemudian pimpinan kelompok dan anggota kelompok membedakan perilaku peserta didik (mematuhi peraturan dan menolak ajakan teman saat diajak membolos) dan (mengikuti ajakan teman membolos karena takut dibilang tidak gaul dan tidak solidaritas), kemudian anggota kelompok dan pimpinan kelompok membuat kesepakatan perubahan perilaku. konselor membantu konseli untuk menemukan keinginan dan harapan mereka.

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

Namun hal tersebut tidak dilakukan pada kelompok kontrol, Karena pada kelompok kontrol hanya membahas mengenai peraturan disiplin belajar secara umum tanpa menggunakan teknik konseling realita.

b) Tepat waktu dalam belajar

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 27 Agustus 2018 dan pada kelompok kontrol tanggal 29 Agustus 2018. Namun pada kelompok kontrol hanya membahas mengenai tepat waktu dalam belajar secara umum tanpa menggunakan konseling kelompok dengan teknik konseling realita, sedangkan pada kelompok eksperimen sebelum membahas materi ini pimpinan dan anggota kelompok memperbaiki perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu peraturan dalam disiplin, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku sebelumnya. Setelah membahas materi tepat waktu dalam belajar,

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

c) Tanggung jawab sebagai seorang pelajar

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 27 Agustus 2018, materi yang diberikan pada kelompok eksperimen karena ini merupakan aspek dalam konseling kelompok dengan teknik konseling realita yang akan dikembangkan dalam disiplin belajar. Sebelum membahas materi ini, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu tepat waktu dalam belajar, semua anggota kelompok eksperimen sudah mencoba melakukan perilaku tepat waktu dalam belajar, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku tepat waktu dalam belajar.

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

Setelah mendiskusikan anggota kelompok akan menerapkan perilaku tanggung jawab sebagai seorang pelajar dalam kehidupan sehari-hari, adapun perilaku yang diterapkan yaitu, tidak malas belajar (mencatat materi yang diberikan guru, mengulang materi yang sudah diberikan), memperhatikan saat guru menjelaskan, membawa buku pelajaran, berani bertanggung jawab atas kesalahannya dan tidak menyalahkan orang lain, serta menyadari pentingnya disiplin belajar dalam peningkatan prestasi belajar.

d) Percaya diri dalam belajar (Tidak mencontek)

Materi ini dibahas pada kelompok eksperimen tanggal 27 Agustus 2018. Materi ini diberikan pada kelompok eksperimen karena materi ini, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu bersikap jujur, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku jujur.

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

Setelah mengetahui faktor yang menyebabkan peserta didik tidak percaya diri dalam belajar, Setelah menerima materi dan bermain peran anggota kelompok sudah dapat mengetahui apa yang akan dilakukan pada kehidupan sehari-hari, anggota kelompok ditugaskan untuk mempraktikkan perilaku percaya diri pada kehidupan sehari-hari seperti, mengerjakan PR sendiri, mengerjakan latihan/ulangan sendiri, menanyakan materi yang belum dimengerti, dan berani mengemukakan pendapat saat berdiskusi.

5) Pertemuan Ke 5

Hari/Tanggal : Kamis, 27 Agustus 2018

Waktu : 10.00 - 10.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

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

6) Pertemuan Ke 6

Hari/Tanggal : Jum'at, 28 Agustus 2018

Waktu : 10.00 - 10.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Setelah konseling kelompok dengan teknik konseling realita selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* pada 29 Agustus 2018 dengan tujuan untuk mengetahui perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan *treatment*/perlakuan menggunakan konseling kelompok dengan teknik konseling realita.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum pelaksanaan *posttest* pada kelompok eksperimen dan control dapat dikatakan lancar dapat dilihat dari seluruh peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok control mampu memberikan

informasi terkait perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan *streatment* dengan mengisi seluruh *item* instrument sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai pada waktu yang telah ditentukan.

7) Pertemuan Ke 7

Hari/Tanggal : Sabtu, 29 Agustus 2018

Waktu : 10.00 - 10.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Pada pertemuan ketujuh diawali dengan salam dan do'a, penulis memastikan kesiapan para peserta didik untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Setelah dapat dipastikan bahwa peserta didik telah siap untuk melanjutkan kegiatan. Evaluasi melakukan posttest kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Peserta didik diminta untuk mengemukakan pendapatnya terkait pemahamannya tentang disiplin belajar. Setelah itu dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Pertemuan ketujuh ini responden sudah sangat terlihat aktif untuk memberikan pendapatnya terkait topik yang sedang dibahas.

Pada tahap akhir responden menyimpulkan kegiatan yang telah ditempuh dalam layanan konseling kelompok terkait disiplin belajar. Responden diminta untuk memberikan pesan dan kesan terkait layanan konseling kelompok disiplin belajar. Pada pertemuan terakhir ini penulis telah menjelaskan kepada peserta didik bahwa ini tahap akhir pelaksanaan inti kegiatan layanan informasi. Pertemuan diakhiri dengan do'a dan salam.

b) Kelompok Kontrol

1) Pertemuan Ke 1

Hari/Tanggal : Rabu, 5 September 2018

Waktu : 10.00-11.00 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Berdasarkan hasil penyebaran angket disiplin belajar pada 71 peserta didik terdapat 18 peserta didik yang berada pada kategori sedang (tabel 10). *pretest* diberikan pada pertemuan ini bertujuan untuk membina hubungan dengan peserta didik, memperkenalkan tujuan dan garis besar tahap konseling kelompok dengan teknik *extinction* pada peserta didik serta mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan berupa *extinction* untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Dengan memberikan penjelasan secara singkat mengenai tujuan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *extinction* dan petunjuk pengisian instrument disiplin belajar, peserta didik dapat memahami dan dapat memberikan informasi perilaku disiplin belajar yang dilakukan pada kehidupan sehari-hari.

Hasil dari *Pretest* kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat disiplin belajar peserta didik. hal ini dilakukan untuk memperoleh data disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik. Data disiplin belajar tersebut, digunakan untuk menentukan sampel penelitian yaitu peserta didik yang memiliki disiplin belajar kategori sedang.

Hasil pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar hal ini dapat dilihat dari seluruh peserta didik yang bersedia memberikan informasi terkait perilaku

disiplin belajar peserta didik yang terdapat dalam item instrument disiplin belajar yang dapat sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan pretest dilaksanakan selama 45 menit.

2) Pertemuan Ke 2

Hari/Tanggal : Kamis, 6 September 2018

Waktu : 09.00 - 09.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Pada pertemuan kedua ini telah menentukan kelompok kontrol berdasarkan karakteristik peserta didik. Penulis menjelaskan kegiatan konseling kelompok yang akan dilakukan. Tujuan dari tahap ini agar memfasilitasi peserta didik dapat mengidentifikasi disiplin belajar yang terjadi pada peserta didik.

Berdasarkan hasil pengamatan pada tahap ini berjalan dengan baik dan lancar, namun pada awalnya peserta didik merasa takut berpengaruh pada nilai mereka dan menganggap akan diberikan hukuman karena perilaku disiplin belajar yang kurang baik dilingkungan sekolah. Namun, setelah penulis memberikan penjelasan kepada peserta didik dan memberikan pemahaman terhadap peserta didik yang memiliki disiplin belajar rendah agar peserta didik lebih paham mengenai tujuan dilaksanakannya konseling kelompok dengan teknik extinction.

Pada tahap ini penulis memberikan treatment pada kelompok kontrol terlebih dahulu yaitu dengan menggunakan konseling kelompok dengan teknik extinction, kelompok kontrol ini berjumlah 8 peserta didik. Pada awal sesi ini anggota kelompok

nampak terlihat kaku dan malu-malu dan anggota kelompok memilih untuk diam sekilas tampak lebih hening dikarenakan kebingungan dengan alasan mengapa mereka dikumpulkan dengan jumlah 8 orang saja.

Pemimpin kelompok berusaha menciptakan suasana yang hangat agar sesi konseling berjalan dengan lancar dan kondusif, pada pertemuan ini anggota kelompok diharapkan mampu terbuka terhadap anggota kelompok lainnya. Selanjutnya pemimpin kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengungkapkan permasalahannya dalam disiplin belajar.

3) Pertemuan Ke 3

Hari/Tanggal : Jum'at, 07 September 2018

Waktu : 08.00-08.45 WIB

Tempat : Lab Sekolah

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

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

4) Pertemuan Ke 4

Hari/Tanggal : Senin, 10 September 2018

Waktu : 09.00-09.45 WIB

Tempat : Lab Sekolah

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

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

Sedangkan pada kelompok kontrol pada pertemuan pertama membahas tentang peraturan dalam disiplin pada pertemuan kedua membahas mengenai tepat waktu dalam belajar. Pimpinan kelompok dalam kegiatan ini hanya berperan sebagai pengatur jalannya konseling kelompok dan mengidentifikasi keadaan yang menimbulkan permasalahan disiplin belajar.

Dalam konseling kelompok dengan teknik konseling realita diharapkan anggota kelompok dapat terbuka dan aktif dalam mengungkapkan permasalahannya

serta faktor yang menyebabkan anggota kelompok melakukan pelanggaran disiplin. Adapun deskripsi gambaran disetiap pertemuan dalam tahap layanan konseling kelompok, yaitu mengutamakan membahas indikator yang dapat meningkatkan disiplin belajar peserta didik, diantaranya :

a) Peraturan dalam disiplin

Materi ini dibahas pada kelompok kontrol tanggal 6 Agustus 2018. Konselor menjelajahi keinginan dan persepsi konseli. Dalam hal ini konselor membantu klien mengetahui harapan atau keinginan klien saat ini. Dalam mematuhi peraturan disiplin terdapat permasalahan yang terjadi pada para anggota kelompok kontrol.

Mereka sering mengalami dan mengaku bahwa yang menjadi faktor kesulitan untuk mematuhi peraturan salah satunya yaitu, terkadang karena ajakan teman yang membuat mereka meninggalkan pelajaran tanpa izin (membolos) dalam hal ini peserta didik tidak ingin dibilang tidak gaul atau tidak solidaritas sehingga membuatnya tidak tegas dan melanggar disiplin.

Mereka mengakui saat tidak ada teman yang mengajak membolos tidak masuk sekolah, mereka tetap mengikuti pelajaran samapai selesai, tetapi saat ada teman yang mengajak melanggar disiplin maka mereka akan ikut meninggalkan pelajaran. Pada kelompok eksperimen setelah pimpinan kelompok mengetahui faktor yang menyebabkan anggota kelompok melakukan pelanggaran disiplin, kemudian pimpinan kelompok dan anggota kelompok membedakan perilaku peserta didik (mematuhi peraturan dan menolak ajakan teman saat diajak membolos) dan (mengikuti ajakan teman membolos karena takut dibilang tidak gaul dan tidak

solidaritas), kemudian anggota kelompok dan pimpinan kelompok membuat kesepakatan perubahan perilaku. konselor membantu konseli untuk menemukan keinginan dan harapan mereka.

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

Namun hal tersebut tidak dilakukan pada kelompok kontrol, Karena pada kelompok kontrol hanya membahas mengenai peraturan disiplin belajar secara umum tanpa menggunakan teknik konseling realita.

b) Tepat waktu dalam belajar

Materi ini dibahas pada kelompok kontrol tanggal 6 Agustus 2018. Namun pada kelompok kontrol hanya membahas mengenai tepat waktu dalam belajar secara umum tanpa menggunakan konseling kelompok dengan teknik konseling realita.

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

c) Tanggung jawab sebagai seorang pelajar

Materi ini dibahas pada kelompok kontrol tanggal 6 Agustus 2018, materi yang diberikan pada kelompok kontrol karena ini merupakan aspek dalam konseling kelompok dengan teknik konseling realita yang akan dikembangkan dalam disiplin belajar. Sebelum membahas materi ini, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu tepat waktu dalam belajar, semua anggota kelompok eksperimen sudah mencoba melakukan perilaku tepat waktu dalam belajar, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku tepat waktu dalam belajar.

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

Setelah mendiskusikan anggota kelompok akan menerapkan perilaku tanggung jawab sebagai seorang pelajar dalam kehidupan sehari-hari, adapun perilaku yang diterapkan yaitu, tidak malas belajar (mencatat materi yang diberikan guru, mengulang materi yang sudah diberikan), memperhatikan saat guru menjelaskan, membawa buku pelajaran, berani bertanggung jawab atas kesalahannya dan tidak menyalahkan orang lain, serta menyadari pentingnya disiplin belajar dalam peningkatan prestasi belajar.

d) Percaya diri dalam belajar (Tidak mencontek)

Materi ini dibahas pada kelompok kontrol tanggal 6 Agustus 2018. Materi ini diberikan pada kelompok kontrol karena materi ini, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu bersikap jujur, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku jujur.

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

Setelah mengetahui faktor yang menyebabkan peserta didik tidak percaya diri dalam belajar, Setelah menerima materi dan bermain peran anggota kelompok sudah dapat mengetahui apa yang akan dilakukan pada kehidupan sehari-hari, anggota kelompok ditugaskan untuk mempraktikkan perilaku percaya diri pada kehidupan sehari-hari seperti, mengerjakan PR sendiri, mengerjakan latihan/ulangan sendiri, menanyakan materi yang belum dimengerti, dan berani mengemukakan pendapat saat berdiskusi.

5) Pertemuan Ke 5

Hari/Tanggal : Selasa, 11 September 2018

Waktu : 10.00 - 10.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

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

6) Pertemuan Ke 6

Hari/Tanggal : Rabu, 12 September 2018

Waktu : 10.00 - 10.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Setelah konseling kelompok dengan teknik *extinction* selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* pada tanggal 8 Agustus 2018 dengan tujuan untuk mengetahui perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan *streatment*/perlakuan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *extinction*. Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum pelaksanaan *posttest* pada kelompok eksperimen dan control dapat dikatakan lancar dapat dilihat dari seluruh peserta didik kelompok eksperimen dan kelompok control mampu memberikan informasi terkait perilaku disiplin belajar peserta didik setelah diberikan *streatment* dengan mengisi

seluruh *item* instrument sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai pada waktu yang telah ditentukan.

7) Pertemuan Ke 7

Hari/Tanggal : Kamis, 13 September 2018

Waktu : 10.00 - 10.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas

Pada pertemuan ketujuh diawali dengan salam dan do'a, penulis memastikan kesiapan para peserta didik untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Setelah dapat dipastikan bahwa peserta didik telah siap untuk melanjutkan kegiatan. Evaluasi dilakukan posttest kepada kelompok kontrol. Peserta didik diminta untuk mengemukakan pendapatnya terkait pemahamannya tentang disiplin belajar. Setelah itu dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Pertemuan ketujuh ini responden sudah sangat terlihat aktif untuk memberikan pendapatnya terkait topik yang sedang dibahas.

Pada tahap akhir responden menyimpulkan kegiatan yang telah ditempuh dalam layanan konseling kelompok terkait disiplin belajar. Responden diminta untuk memberikan pesan dan kesan terkait layanan konseling kelompok disiplin belajar. Pada pertemuan terakhir ini penulis telah menjelaskan kepada peserta didik bahwa ini tahap akhir pelaksanaan inti kegiatan layanan informasi. Pertemuan diakhiri dengan do'a dan salam.

2. Analisis Data Hasil Tes Peserta Didik

Penelitian ini menggunakan instrumen angket berupa pernyataan ya atau tidak sebagai salah satu alat ukur untuk mengukur pemahaman peserta didik terkait bahaya pornografi. Pengukuran hasil dilakukan di awal (*pretest*) dan akhir pertemuan pemberian layanan (*posttest*). *Posttest* di berikan kepada kedua kelas yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol. Tes yang di berikan pada kedua kelas merupakan angket yang telah divalidasi sebelumnya.

Hasil yang digunakan untuk menjawab hipotesis penelitian. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian yaitu uji t. Sebelum melakukan pengujian penelitian, dilakukan uji prasyarat. Uji prasyarat dalam penelitian meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak.

Setelah diketahui data penelitian berdistribusi normal maka dilakukanlah uji homogenitas yaitu untuk mengetahui data yang diperoleh memiliki varian yang homogen atau tidak kemudian dilakukan uji N-Gain guna mengetahui peningkatan yang terjadi pada tes awal dan tes akhir dari proses layanan yang diberikan sebagai data tambahan guna mendukung data yang sudah diperoleh dari hipotesis penelitian.

Untuk menguji hipotesis komparatif digunakan uji-t (t-test) untuk parametrik (jika data berdistribusi normal dan homogen) atau *U Mann-Whitney test*. *T-test* adalah statistik parameter yang digunakan untuk menguji hipotesis, komparatif rata-rata dua sampel, bila datanya berbentuk interval atau rasio.

Uji t-test digunakan apabila data normal dan homogen.¹ Untuk menentukan data Adapun hasil analisis uji statistik disiplin belajar sebagai berikut:

a. Uji Posttest

1. Uji Normalitas

Tabel 14
Hasil Uji Normalitas Data Posttest
Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Karakteristik Uji Kolmogorov Smirnov	Nilai		Hasil	Interpretasi
	Eksperimen	Kontrol		
Sig	0,831	0,486	Sig > α	Berdistribusi Normal
A	0,05	0,05		

Sumber : Hasil Perhitungan Data Posttest Peserta Didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Uji Normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan membandingkan nilai sig. > α , dengan $\alpha = 0,05$ Maka data berdistribusi normal. Dilihat dari tabel diatas untuk uji Kolmogorov-Smirnov kelas kontrol dan kelas eksperimen. Data pada Posttest kelas eksperimen diperoleh sig. > α dimana (0,831>0,05) sehingga data Posttest kelas eksperimen berdistribusi normal sedangkan data pada Posttest kelas kontrol diperoleh sig. > α dimana (0,486>0,05) sehingga data Posttest kelas kontrol berdistribusi normal.

¹ Jumiati, Martala Sari, Dian Akmalia, *Peningkatan Hasil Belajar Siswa Dengan Menggunakan Model Numbered Heads Together (Nht) Pada Materi Gerak Tumbuhan Di Kelas VIII Smp Sei Putih Kampar*, Volume 02, Nomor 02, Agustus 2011. h.170

2. Uji Homogenitas

Tabel 15
Hasil Uji Homogenitas *Posttest*
Kelas Eksperimen

Karakteristik	Hasil Uji homogenitas	Hasil	Interprestasi
Sig	0,076	Sig > α	Homogen
A	0,05		

Sumber : Hasil Perhitungan Data *posttest* disiplin belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Uji Homogenitas menggunakan *Uji Lavene* Statistic menunjukkan bahwa nilai sig.> α , dengan $\alpha = 0.05$ diperoleh $0,076 > 0,05$ sehingga data homogen.

Tabel 16
Hasil Uji Homogenitas *Posttest*
Kelas Kontrol

Karakteristik	Hasil Uji homogenitas	Hasil	Interprestasi
Sig	0,618	Sig > α	Homogen
A	0,05		

Sumber : Hasil Perhitungan Data *posttest* disiplin belajar Peserta Didik Kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Uji Homogenitas menggunakan *Uji Lavene* Statistic menunjukkan bahwa nilai sig.> α , dengan $\alpha = 0.05$ diperoleh $0,618 > 0,05$ sehingga data homogen.

3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas, maka selanjutnya dilanjutkan dengan uji t. hasil analisis uji t independen dengan jumlah $n_1 = n_2$ dan data varian homogen dengan derajat kebebasan (df) = $n_1 + n_2 - 2$. Hasil uji hipotesis *independen sample t test* efektivitas konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar pada peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung sebagai berikut:

Tabel 17
Hasil Uji T Data *Posttest*
Kelompok Eksperimen

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
HASIL KEDISIPLINAN BELAJAR	Equal variances assumed	.000	1.000	9.338	14	.000	-64.37500	6.89381	-79.16074	-49.58926
	Equal variances not assumed			9.338	13.917	.000	-64.37500	6.89381	-79.16903	-49.58097

Uji-T menggunakan *Independent Sample t Test* menghasilkan nilai $|t_{hitung}| = |-9.338| = 9.338$ lebih besar dibanding $t_{tabel} = 1.745$ dengan $df = 14$ sebesar 1.745 maka $(9.338 > 1.745)$ dan $sig.(2-tailed) = 0,000$ dimana $0,000 < 0,05$ dengan taraf kepercayaan 95% data signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a di terima dan H_o ditolak sehingga ada pengaruh pada uji *Posttes* peserta didik.

Tabel 18
Hasil Uji T Data *Posttest*
Kelompok Kontrol

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
HASIL KEDISIPLINAN BELAJAR	Equal variances assumed	.260	.618	-5.849	14	.000	-41.87500	7.15875	57.22900	-26.52100
	Equal variances not assumed			-5.849	13.976	.000	-41.87500	7.15875	57.23143	-26.51857

Uji-T menggunakan *Independent Sample t Test* menghasilkan nilai $|t_{hitung}| = |-5.849| = 5.849$ lebih besar dibanding $t_{tabel} = 1.745$ dengan $df = 14$ sebesar 1.745 maka $(9.338 > 1.745)$ dan $sig.(2-tailed) = 0,000$ dimana $0,000 < 0,05$ dengan taraf kepercayaan 95% data signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a di terima dan H_o ditolak sehingga ada pengaruh pada uji *Posttes* peserta didik.

b. N-gain

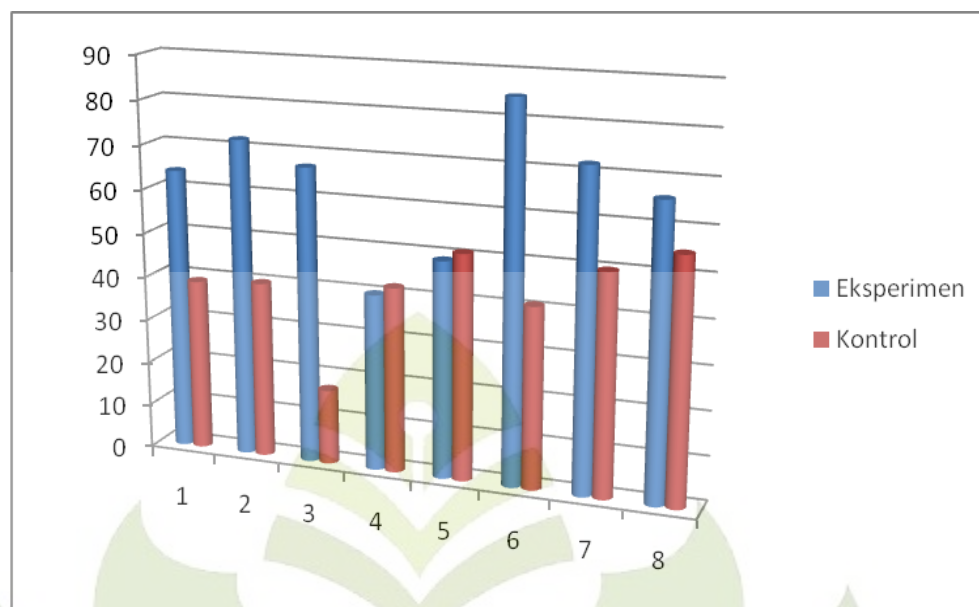
Dibawah ini merupakan hasil N-Gain pada kelas eksperimen dan kelas kontrol, disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 19
Hasil N-Gain Per peserta Didik

Kelompok Eksperimen			Gain Score	Kelompok Kontrol			Gain Score
No	Pretest	Posttest		No	Pretest	Posttest	
1	58	122	64	1	59	98	39
2	30	102	72	2	30	70	40
3	57	124	67	3	58	75	17
4	60	100	40	4	58	100	42
5	56	105	49	5	59	110	51
6	30	115	85	6	57	98	41
7	58	130	72	7	30	80	50
8	69	135	66	8	30	85	55
Σ	418	933	515	Σ	381	716	335
Rata-rata	52,2	116,6	64,3	Rata-rata	47,6	89,5	41,8

Berdasarkan dari hasil perbandingan perhitungan rata-rata pretest dan posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami peningkatan disiplin belajar. Pada kelompok eksperimen ($52,2 < 116,6$) sedangkan kelompok kontrol ($47,6 < 89,5$). Meskipun kedua kelompok mengalami peningkatan, tetapi nilai kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan nilai kelompok kontrol ($116,6 > 89,5$). Maka dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita peserta didik mengalami peningkatan disiplin belajar. Peningkatan ini dapat dilihat pada gambar sebagai berikut :

Gambar 4
Grafik Peningkatan Disiplin Belajar
Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol



Sedangkan untuk mengetahui hasil kelompok yang lebih efektif dalam pemberian treatment dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata N-Gain. N-Gain kelompok eksperimen lebih tinggi dari rata-rata Gain score kelompok kontrol ($64,3 > 41,8$). Sehingga dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

c. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan diantaranya, sebagai berikut :

1. Selama pelaksanaan bimbingan konseling berlangsung pada awal pertemuan, penulis mengalami kesulitan dalam membangun keaktifan

peserta didik karena peserta didik awalnya masih terlihat ragu-ragu dalam mengemukakan pendapatnya.

2. Masih terdapat jawaban kuesioner yang tidak konsisten menurut penulis karena responden yang cenderung kurang teliti terhadap pernyataan yang ada sehingga terjadi tidak konsisten terhadap jawaban kuesioner. Hal ini dapat diantisipasi penulis dengan cara mendampingi dan mengawasi responden dalam memilih jawaban agar responden fokus dalam menjawab pertanyaan yang ada.
3. Kesungguhan observasi dalam mengamati proses belajar peserta didik saat penelitian dilakukan berada diluar jangkauan penulis untuk mengontrolnya.

B. Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung pada kelas XI A dan XI B. Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2018. Hasil penelitian menunjukkan secara umum tingkat disiplin belajar peserta didik di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Pada kelas eksperimen, Layanan konseling kelompok dilakukan dengan menggunakan teknik konseling realita sedangkan pada kelas kontrol menggunakan teknik *Extinction*. Kelas kontrol dan kelas eksperimen di pilih menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*. *Cluster Random Sampling* adalah pengambilan sampel yang dilakukan dengan teknik acak kelas.

Penelitian dilakukan selama delapan kali pertemuan pada materi terkait disiplin belajar materi telah disiapkan. Penulis saat penelitian berlangsung bertindak sebagai guru pembimbing. Penulis memberikan layanan konseling realita pada kelas eksperimen dan memberikan teknik *extinction* kelas kontrol masing-masing 8 kali pertemuan.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, menunjukkan bahwa disiplin belajar peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019 terdapat peserta didik yang memiliki tingkat disiplin rendah. Jika diabaikan maka akan menghambat proses belajar mengajar dilingkungan sekolah, serta dapat mempengaruhi prestasi peserta didik disekolah.

Hal ini berarti kesempatan belajar makin banyak jika peserta didik memiliki disiplin belajar yang baik. Disiplin belajar adalah suatu tingkah laku yang harus ditaati oleh setiap peserta didik di sekolah karena disiplin belajar mempengaruhi dalam proses belajar mengajar dilingkungan sekolah.

Setelah layanan konseling kelompok diperoleh dengan membandingkan perilaku disiplin belajar peserta didik sebelum dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita dan sesudah dilakukannya layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita, yang menunjukkan adanya pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik konseling realita terhadap disiplin belajar peserta didik. Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data hasil uji efektivitas menggunakan hasil statistik yakni *uji t* , diperoleh gambaran bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* kelas eksperimen.

Hasil peningkatan disiplin belajar pada kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelas kontrol dapat dilihat dengan membandingkan rata-rata N-Gain. Gain score pada kelompok eksperimen lebih tinggi dari rata-rata Gain score pada kelompok kontrol ($64,3 > 41,8$). Sehingga dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

1. Kelebihan Konseling Kelompok dengan Teknik Konseling Realita dibandingkan dengan Teknik *Extinction*.

- a. Penggunaan konseling kelompok dengan teknik konseling realita pada kelas eksperimen sangat cocok bagi intervensi-intervensi singkat dalam situasi konseling krisis dan bagi penanganan para remaja dibandingkan prosedur penghapusan tingkah laku.
- b. Adapun keuntungan penggunaan dengan teknik konseling realita yakni jangka waktu konseling yang relatif pendek dan berurusan dengan masalah-masalah tingkah laku sadar dibandingkan penghapusan perilaku yang berulang-ulang timbul dan tidak mendapat perhatian yang berwenang oleh orang lain yang melihatnya disangka mendapatkan persetujuan akibat perilakunya cenderung ditiru.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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

Gambaran awal tingkat disiplin belajar peserta didik kelas XI SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung sudah cukup baik., yang artinya menunjukkan bahwa peserta didik sebagian besar sudah memiliki pemahaman tentang disiplin belajar. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat peningkatan pemahaman disiplin belajar peserta didik setelah diberikan layanan.

Hasil N-Gain menunjukkan perubahan peningkatan nilai peserta didik dari *pretest* ke *posttest*. N-Gain kelompok eksperimen lebih tinggi dari rata-rata Gain score kelompok kontrol ($64,3 > 41,8$). Sehingga dapat dikatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik konseling realita untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.

B. Saran

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

1. Bagi peserta didik diharapkan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari, bukan hanya sekedar memahaminya saja. Akan tetapi mampu melaksanakan praktiknya.
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kurikulum yaitu menindak lanjuti serta meningkatkan disiplin belajar peserta didik.
3. Bagi Kepala Sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan layanan tertentu agar guru BK lebih mengenal peserta didik dan dapat melakukan layanan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.
4. Untuk peneliti selanjutnya, yang akan mengadakan penelitian tentang disiplin belajar pada peserta didik hendaknya sebelum melakukan diadakannya konseling kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu terlebih dahulu agar mengetahui permasalahan yang terkait dengan disiplin belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, Sofan. *Pengetahuan dan Model Pembelajaran dalam Kurikulum*. Jakarta:PT. Prestasi Pustakarya. 2013
- Amla Salleh. *Bimbingan dan Konseling Sekolah*. Malaysia: Persatuan Penerbit Buku Malaysia. 2006
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta. 2010
- Azwar S. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 1998.
- Corey, Gerald. *Konseling dan Psikoterapi*. Bandung; Refika Aditama. 2007.
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung : PT. Refika Aditama. 2013
- Charles Scafer. *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak*. Jakarta : Mitra Utama. 1994
- Departemen Pendidikan Nasional. *Undang-Undang SIDIKNAS Nomor 20 Tahun 2003*. Jakarta :PT. Sinar Grafika. 2011
- Elizabeth B Hurlock. *Perkembangan Anak*. Jakarta : Erlangga. 1999
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. 1996
- Mufidah, Umri. *Efektivitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak usia Dini*. (Online) : jurnal Negeri Semarang.
- Mappiare, Andi. *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada. 2006
- M. Iqbal Hasan. *Metodelogi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta : Ghalia Indonesia. 2002
- Moenir. *Masalah-masalah Dalam Belajar*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 2010

- Putro, Eko Widoyoko. *Penelitian Hasil Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 2014
- Rosjidan. *Pengantar Teori-teori Konseling*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan. 1988
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*. Bandung :CV. Alfabet. 2009
- Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu (Observasi, wawancara, sosiometri)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2012
- Tu'u, Tulus. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Peserta Didik*. Jakarta : Grasindo. 2004
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan madrasah*. Rajagrafindo persada, Jakarta Utara. 2011
- Umri Mufidah. *Efektifitas Pemberian Reward Melalui Metode Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini, (Online)* : Jurnal Universitas Negeri Semarang, Tersedia :<http://journal.unnes.ac.id/sju/inde.php/belia>,
- Sadjana. *Metode Statistik*. Bandung : Tarsito. 2005
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2008
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers. 2011
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. 1996
- W.S Winkel. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta : PT Gramedia. 1978