

**EFEKTIFITAS LAYANAN KONSELING *BEHAVIORAL* DENGAN  
TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN  
PERILAKU DISIPLIN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI  
21 BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

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

Oleh :

**AYU SYAHARA**

**1511080199**

**Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)**

**RADEN INTAN LAMPUNG**

**1440 H/2019 M**

**EFEKTIFITAS LAYANAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN  
TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN  
PERILAKU DISIPLIN PESERTA DIDIK KELAS  
VIII SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

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

**Oleh :**

**AYU SYAHARA**

**1511080199**

**Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

Pembimbing I : Dr. Andi Thahir, M.A

Pembimbing II : Dr. Oki Dermawan, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)**

**RADEN INTAN LAMPUNG**

**1440 H/2019 M**

## ABSTRAK

### **EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU DISIPLIN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG.**

Oleh

**Ayu Syahara**

Disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta melalui proses latihan yang dikembangkan menjadi serangkaian perilaku yang terdapatnya terdapat unsur-unsur ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, ketertiban, dan semua itu dilakukan sebagai tanggung jawab yang bertujuan untuk mawas diri. Sedang terjadi fenomena di kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung memiliki perilaku disiplin yang rendah dalam mematuhi tata tertib dengan menggunakan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas konseling *behavioral* teknik *self-management* untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik kelas VIII dalam mematuhi tata tertib SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *quasi experimental* dengan *desain Non-equivalent Control Group Design*. Sample dalam penelitian berjumlah 40 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang memiliki kategori disiplin rendah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket perilaku disiplin, wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai teknik pendukung.

Hasil perhitungan rata-rata skor perilaku disiplin sebelum mengikuti layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* adalah 43,75 dan setelah mengikuti layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* meningkat menjadi 63,00 dari hasil uji t dengan  $df = 39$  dengan taraf signifikan 0,05 sebesar 2.596, dan diperoleh  $t_{hitung} = 7.058$ . karena  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $7.058 > 2.596$ ) maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan perilaku disiplin peserta didik kelas VIII dalam mematuhi tata tertib SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

**Kata Kunci : Perilaku Disiplin, Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management***





**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung ☎ (0721) 703260**

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN  
TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN  
PERILAKU DISIPLIN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI  
21 BANDAR LAMPUNG.**

**Nama : Ayu Syahara**

**NPM : 1511080199**

**Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**MENYETUJUI**

**Untuk di Munaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah  
dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

**Pembimbing I**

**Dr. Andi Thahir, M.A  
NIP.197309142003121002**

**Pembimbing II**

**Dr. Oki Dermawan, M.P.d  
NIP.196810181999031001**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**Dr. Andi Thahir, M.A  
NIP.197309142003121002**





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

**Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame I Bandar Lampung ☎ (0721) 703260**

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul **“EFEKTIVITAS KONSELING *BEHAVIORAL* DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU DISIPLIN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG”** disusun oleh: **AYU SYAHARA, NPM: 1511080199**, Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Telah di ujikan dalam sidang Munaqosya Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Kamis, 27 Juni 2019.**

**TIM MUNAQOSYAH**

**Ketua**

**: Dr. Hj. Meriyati, M.Pd**

**Sekretaris**

**: Iip Sugiharta, M.Si**

**Penguji Utama**

**: DRS. H. Yahya AD, M.Pd**

**Penguji Pendamping I**

**: Dr. Andi Thahir, M.A**

**Penguji Pendamping II**

**: Dr. Oki Dermawan, M.Pd**

**Mengetahui**

**Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

**Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd**  
**NIP. 195608101987031001**



## MOTTO

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَىٰ سَبِيلًا ٨٤

Artinya

Katakanlah (Muhammad), “setiap orang berbuat sesuai dengan pembawaannya masing-masing. “ Maka tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya. (QS. Al-Isra : 84)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, Al-Quran dan Terjemahan, Jakarta : Pustaka Al Mubin, 2014

## **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesainya skripsi ini, dan sebagian rasa terimakasih kepada orang-orang yang telah memberikan cinta kasih, perhatian, do'a serta memberikan motivasi selama studiku. Skripsi ini saya persembahkan pada :

1. Ayah dan ibuku tercinta, bapak Rilmansyah dan ibu Jalilah atas segala hal yang telah kalian berikan, atas untaian doa yang tak pernah henti, atas keridhoan kalian sehingga anakmu dipermudahkan Dzati Yang Maha Rahman dan Rohim dalam menorehkan kehidupan ini. Terimakasih atas nasehat, kasih sayang, pengorbanan dan dorongan untuk menyelesaikan karya ini. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu wujud bakti dan ungkapan rasa terima kasih yang tak terhingga.
2. Adik-adikku Putri Dwi Lestari, M.Arif Perdiansyah yang menjadi semangatku untuk terus belajar agar aku bisa menjadi kakak yang terbaik, dan bisa membantu Ayah-Ibu
3. Almamaterku tercinta UIN RADEN INTAN LAMPUNG.

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis lahir pada tanggal 7 september 1997 di Kotabumi, Kecamatan Kotabumi Selatan, Kabupaten Lampung Utara. Penulis adalah anak pertama dari 3 bersaudara dari pasangan bapak Rilmansyah dan ibu Jalilah. Penulis dibersarkan di kotabumi.

Jenjang pendidikan penulis dimulai dari TK Nur aisyah Kotabumi, Kecamatan Kotabumi Selatan, Kabupaten Lampung Utara dari tahun (2002) sampai dengan tahun (2003). Kemudian melanjutkan di SD Negeri 02 Kota alam, kecamatan Kotabumi Selatan, kabupaten Lampung Utara dari tahun (2003) sampai dengan (2009). Kemudian melanjutkan di SMP Negeri 3 Kotabumi dari tahun (2009) sampai dengan (2012). Kemudian penulis melanjutkan lagi di SMA Negeri 1 Kotabumi pada tahun (2012) sampai dengan (2015).

Pada tahun 2015, peneliti diterima di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) melalui jalur seleksi penerimaan (SBMPTKIN) UIN Raden Intan Lampung tahun ajaran 2015/2016.



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “EFEKTIFITAS LAYANAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU DISIPLIN PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG”

Sholawat beserta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad SAW beserta para sahabat dan keluarga.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah mendapat bantuan dari banyak pihak, untuk ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Choirul Anwar, M.Pd Fakultas dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta stafnya.
2. Andi Thahir, M.A,Ed.D, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, terimakasih atas petunjuk dan arahnya yang diberikan selama masa studi di UIN Raden Intan Lampung.
3. Andi Thahir, M.A,Ed.D selaku pembimbing I yang telah banyak membantu membimbing, memberikan motivasi arahan skripsi ini, dan beliau jugalah yang telah banyak meluangkan waktu yang sangat berharga untuk memberikan koreksi mendasar atas skripsi ini.
4. Dr. Oki Dermawan, M.Pd selaku sekretaris jurusan Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam sekaligus pembimbing II yang telah mencurahkan tenaganya, waktunya, memberikan motivasi, dan pikirannya untuk membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dosen program Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
6. Hj. Yuliati, S.Pd, MM selaku kepala sekolah SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang telah memberikan izin peneliti untuk melaksanakan penelitian

7. Dra. Siti Hadijah, selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang telah berkenan membantu dalam penelitian ini.
8. Dewan guru beserta staf TU Sekolah SMP Negeri 21 Bandar Lampung telah berkenan membantu dalam penelitian ini.
9. Peserta didik kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019 yang telah bersedia membantu dalam penelitian ini.
10. Kedua orang tua yang telah memberikan dukungan, doa dan motivasi baik secara moril dan materil.
11. Teman dekat saya Ns. Dedi Firnawan S.kep dan Eva Nopalinda yang telah memberi dukungan, saran, motivasi, dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan BK C angkatan 2015, yang telah memberikan dukungan, saran, motivasi, dan do'a sehingga penyusunan skripsi ini terselesaikan.
13. Kepada keluarga besar Himpunan Mahasiswa Islam (HmI) Fakultas Tarbiyah, teman-teman KKN 178 dan PPL 21, yang telah banyak membantu dan memberi semangat dalam penyusunan skripsi ini.
14. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
15. Almamater UIN Raden Intan Lampung

Penulis menyadari masih banyak kekurangan, oleh karena itu kepada para pembaca kiranya dapat memberikan masukan dan saran yang sifatnya membangun. Akhirnya, dengan iringan ucapan terimakasih penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Semoga jerih payah semua pihak bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya. Amin

Bandar Lampung, Juni 2019

Penulis

**AYU SYAHARA**

**NPM.1511080199**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Batasan Masalah .....	9
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan dan kegunaan penelitian .....	10
F. Ruang Lingkup Penelitian .....	12
<b>BAB II    LANDASAN TEORI</b>	
A. Pendekatann konseling behavioral ( <i>behavioural thearphy</i> ) 13	
1. Konsep dasar .....	13
2. Tujuan konseling behavioral .....	16
B. Teknik <i>self management</i> .....	17
1. Konsep dasar self-management.....	17
2. Tujuan Self-management .....	19
3. Manfaat teknik Self-Management .....	20
4. Peran konselor dan konseli .....	21
5. Faktor-faktor dalam teknik self-management----	22
6. Langkah-langkah teknik self-management-----	23
C. Disiplin peserta didik.....	24
1. Pengertian kedisiplinan peserta didik .....	24
2. Tujuan disiplin .....	27
3. Manfaat disiplin.....	28



4. Unsur-unsur disiplin -----	29
5. Ciri-ciri kedisiplinan peserta didik -----	31
6. Pentingnya kedisiplinan peserta didik -----	31
7. Faktor yang menyebabkan pelanggaran disiplin -----	32
8. Upaya menanamkan disiplin -----	33
D. Tata tertib -----	34
1. Pengertian tata tertib -----	34
2. Unsur-unsur tata tertib -----	34
E. Penelitian relevan -----	35
F. Kerangka berpikir -----	37
G. Hipotesis -----	39

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian -----	40
B. Desain Penelitian -----	41
C. Variable Penelitian dan operasional variabel -----	42
1. Variabel penelitian -----	42
2. Definisi operasional -----	43
D. Lokasi, populasi, sample, penelitian dan teknik sampling -----	45
1. Lokasi penelitian -----	45
2. Populasi -----	45
3. Sample -----	46
4. Teknik sampling -----	46
E. Teknik pengumpul data -----	47
1. Wawancara -----	47
2. Observasi -----	48
3. Koesioner(Angket)-----	48
4. Dokumentasi -----	51
F. Pengembangan instrument penelitian -----	51
G. Uji Validitas, Reabilitas, Normalitas -----	52
1. Uji validitas -----	52
2. Uji reabilitas -----	54
3. Uji Normalitas -----	55
H. Teknik pengolahan data dan analisis data -----	56
1. Teknik pengolahan data -----	56
2. Analisis data -----	57

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

A. Hasil Penelitian -----	58
1. profil umum perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib	
B. Pembahasan -----	68

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Gambaran awal penelitian -----	7
2. Tata Tertib SMP N 21 Bandar Lampung -----	30
3. Pola non-equivalent control group design-----	41
4. Definisi operasional -----	43
5. Jumlah populasi penelitian -----	46
6. Alternative jawaban -----	49
7. Kategori penilaian tingkat kedisiplinan-----	51
8. Kisi-kisi kedisiplinan-----	52
9. Gambaran Umum Perilaku Disiplin-----	56
10. Gambaran aspek peserta didik hadir rajin sekolah -----	57
11. Gambaran aspek mtngikuti tata tertib-----	58
12. Profil efektifitas perilaku disiplin berdasarkan indikator -----	58
13. Uji normalitas data kolmogorov smirnov -----	65
14. Paired sample tes-----	67
15. Hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol -----	68
16. Hasil uji t independen efektifitas eksperimen dan kontrol-----	69
17. Hasil uji t independen mengikuti belajar eksperimen dan kontrol--	71
18. Deskripsi data pretest, posttest, gain score-----	72

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka berfikir penelitian -----	36
2. Grafik rata-rata peningkatan kelompok eksperimen dan kontrol ---	68
3. Grafik Rata-rata peningkatan kelompok kontrol dan eksperimen --	70
4. Grafik rata-rata peningkatan kelompok kontrol dan eksperimen ---	71
5. Grafik peningkatan perilaku disiplin kelompok kontrol dan eksperim	72



## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A.Latar Belakang

Kebutuhan Manusia akan pendidikan merupakan suatu yang sangat mutlak dalam hidup ini, dan manusia tidak bisa dipisahkan dari kegiatan pendidikan. Terkait proses pendidikan dapat dikatakan bahwa pendidikan itu merupakan upaya membudayakan manusia muda dengan tujuan tercapainya perilaku manusia yang didasari atau jiwai oleh iman dan taqwa kepada allah sebagai sumber mutlak yang harus ditaati. Salah satu upaya untuk ,ewujudkannya yaitu dengan mempersiapkan manusia muda yang menguasai alam dan lingkungan, memahami dan melaksanakan nilai-nilai dan norma-norma yang berlaku.<sup>1</sup> Allah berfirman dalam surat Al-Kahf ayat ke 66 yang berbunyi :

قَالَ لَهُ مُوسَىٰ هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَىٰ أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عَلَّمْتَ رُشْدًا ٦٦

---

<sup>1</sup>I Made Arsana, *Hubungan Pelaksanaan Tata Tertib Sekolah dengan Pendidikan Moral di SMP Negeri 11 Surabaya*(diakses tanggal 17 januari 2019 jam 13.50), h. 47

Artinya

*Musa berkata kepadanya ‘: “Bolehkah kamu mengikutimu agar engkau mengajarkan kepadaku (ilmu yang benar) yang telah diajarkan kepadamu (untuk menjadi) petunjuk ?”<sup>2</sup>*

Salah satu layanan pendidikan yang sangat diperlukan di sekolah adalah adanya bimbingan dan konseling. Bimbingan konseling merupakan serangkaian program layanan yang diberikan kepada peserta didik agar mereka mampu berkembang lebih baik.<sup>3</sup>

Pada akhir-akhir ini permasalahan yang sering dibahas adalah permasalahan seputar tentang kedisiplinan. Kedisiplinan menjadi sorotan penting baik dalam dunia pendidikan maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Sering kita jumpai beberapa pelajar melakukan tindakan tidak disiplin baik itu disiplin terhadap diri sendiri, masyarakat, maupun di sekolah. Tindakan tersebut menjadi sorotan masyarakat sekitar bahwasanya pada lazimnya seorang pelajar harus lebih mengetahui dan menerapkan perilaku disiplin.

Perilaku kedisiplinan peserta didik di rumah maupun sekolah akan selalu beragam. Sebagai peserta didik memiliki perilaku kedisiplinan yang tinggi, sebagian lagi ada yang rendah. Peserta didik yang memiliki kedisiplinan tinggi akan senantiasa berperilaku disiplin tanpa disuruh atau tanpa diminta. Sedangkan peserta didik yang memiliki perilaku disiplin rendah akan cenderung berperilaku

---

<sup>2</sup>Al-Quran dan Terjemahannya, Al-kahf Ayat 66

<sup>3</sup>I Made Arsana, Ibid h. 48

seenaknya sendiri, misalnya peserta didik datang sekolah dengan terlambat, dan akan mendapatkan hukuman karena keterlambatannya.

Membicarakan tentang disiplin sekolah tidak bisa dilepaskan dengan persoalan perilaku negatif peserta didik. Perilaku negatif yang terjadi dikalangan peserta didik pada akhir-akhir ini tampaknya sudah sangat mengkhawatirkan, seperti: Kehidupan sex bebas, keterlibatan dalam narkoba, geng motor dan berbagai tindakan yang mengarah ke dalam tindakan kriminal lainnya, yang tidak hanya dapat merugikan diri sendiri, tetapi juga merugikan masyarakat umum. Di lingkungan internal sekolah pun pelanggaran terhadap berbagai aturan dan tata tertib sekolah masih sering ditemukan yang merentang dari pelanggaran tingkat ringan sampai dengan pelanggaran tingkat tinggi, seperti: kasus bolos, terlambat sekolah, perkelahian, menyontek, pencurian, dan bentuk-bentuk penyimpangan perilaku lainnya.

Disiplin sangat penting artinya bagi peserta didik. Karena itu, ia harus ditanamkan secara terus menerus kepada peserta didik. Jika disiplin ditanamkan secara terus menerus maka disiplin tersebut akan menjadi kebiasaan bagi peserta didik. Orang-orang yang berhasil dalam bidangnya masing-masing umumnya memiliki kedisiplinan yang tinggi. Sebaliknya, orang gagal umumnya tidak disiplin.<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Ali Imron, *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*, Jakarta : Bumi Aksara, 2012, h. 172



Disiplin dibutuhkan oleh siapapun dan dimanapun. Hal ini karena disiplin menjadi persyaratan pembentukan sikap, perilaku dan taat kehidupan yang akan mengatur seseorang menuju kesuksesan dalam kehidupannya.<sup>5</sup>

Dengan disiplin para peserta didik bersedia untuk tunduk dan mengikuti peraturan tertentu dan larangan tertentu. Kesiapan macam ini harus dipelajari dan harus sabar diterima dalam rangka memelihara kepentingan bersama atau memelihara kelancaran tugas-tugas sekolah. Manfaat lain dari adanya disiplin adalah peserta didik belajar hidup dengan pembiasaan baik, positif, dan bermanfaat bagi dirinya dan lingkungannya.<sup>6</sup>

Sekolah yang tertib, aman dan teratur merupakan prasyarat agar peserta didik dapat belajar maksimal. Kondisi semacam ini dapat terjadi jika disiplin disekolah berjalan dengan baik. Kedisiplinan peserta didik dapat ditumbuhkan jika iklim sekolah menunjukkan kedisiplinan. Peserta didik baru akan segera menyesuaikan diri dengan situasi sekolah. Jika situasi sekolah disiplin, peserta didik akan ikut disiplin.<sup>7</sup>

Untuk membantu peserta didik mengembangkan disiplin diri mengemukakan bahwa tujuan disiplin adalah:

1. Memberi dukungan untuk terciptanya perilaku yang tidak menyimpang.
2. Mendorong peserta didik untuk melakukan yang baik dan yang benar.

---

<sup>5</sup> Abu Ahmadi dan Nur Uhbiyati, *Ilmu Pendidikan*, Jakarta : Rineka Cipta, 2001, h.151

<sup>6</sup> Eka Prihatin, *Manajemen Peserta Didik*, Bandung : Alfabeta, 2011, h.94

<sup>7</sup> Eka Prihatin, *Ibid*, h.97

3. Membantu peserta didik memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan dan menjauhi hal yang dilarang .
4. Peserta didik belajar untuk hidup dengan kebiasaan yang baik dan bermanfaat untuk diri sendiri dan lingkungannya.<sup>8</sup>

Dari beberapa tujuan disiplin diatas dapat diambil makna bahwa perilaku disiplin bertujuan menjadikan peserta didik dapat melakukan perbuatan yang baik dan tidak menyimpang serta dapat menjadikan peserta didik melaksanakan semua perintah dan menjauhi semua larangan dari peraturan yang telah dibuat oleh sistem. Dalam konteks ini peserta didik harus melaksanakan semua perintah dan menjauhi larangan yang telah di buat oleh peraturan di sekolah yaitu tata tertib sekolah.

Dari pengertian diatas dapat dilihat bahwa terdapat permasalahan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi peraturan tata tertib sekolah, sehingga memotivasi peneliti untuk membuktikan bahwa perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib sekolah dapat ditangani. SMP Negeri 21 Bandar Lampung sebagai salah satu lembaga pendidikan yang bertugas membantu dan membentuk peserta didik dan membentuk peserta didik agar berkepribadian luhur, berkualitas, mulia, dan berdisiplin. Sekolah sebagai lembaga yang membantu peserta didik dalam mengembangkan kepribadian tentunya memiliki tata tertib yang harus dipatuhi oleh semua peserta didik. Peraturan, dibuat untuk memberikan kenyamanan dilingkungan sekolah dan untuk pedoman peserta didik berperilaku di sekolah dalam rangka menciptakan kondisi pembelajaran yang

---

<sup>8</sup> Moh.Sochib, *Pola Asuh Orang Tua: Untuk Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri*, Jakarta; Rineka Cipta, 2003 h.3

efektif dan efisien. Akan tetapi perilaku sebagian peserta didik di sekolah pada umumnya tidak semuanya sesuai dengan tujuan peraturan tersebut.

Berdasarkan hasil pra penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Januari 2018 dengan melakukan observasi terhadap peserta didik SMP Negeri 21 Bandar Lampung. Saat observasi peneliti mendapatkan hasil bahwa adanya peserta didik melakukan pelanggaran tata tertib sekolah yakni memakai seragam sekolah tidak rapih, masih banyaknya peserta didik terlambat datang ke sekolah dan membolos sekolah. Hal ini diperkuat juga dengan hasil wawancara dengan ibu Siti Khodijah selaku guru BK di SMP Negeri 21 Bandar Lampung. Adapun hasil wawancara tersebut, ibu Siti Khodijah menyatakan “masih banyaknya peserta didik terlambat datang ke sekolah dan suka berkata tidak pantas.”<sup>9</sup> Guru BK di sekolah tersebut selama ini memberikan pengarahan serta teguran kepada peserta didik tersebut. Jika peserta didik telah melakukan pelanggaran yang sama hingga 3 kali diberikan surat perjanjian untuk tidak mengulanginya lagi.

Dari hasil wawancara tersebut, penulis mendapatkan dokumentasi dari hasil observasi Ibu Siti Khodijah terhadap peserta didik yang tidak disiplin di kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung. Dokumentasi yang diperoleh peneliti terdapat 30 peserta didik kelas VIII yang sebelumnya telah dididkuskan dengan guru BK untuk menjadi subjek yakni kelas VIII A karena kelas tersebut terdapat perilaku kurang disiplin dalam mematuhi tata tertib. Penelitian sementara menunjukkan perilaku disiplin yang rendah di SMP Negeri 21 Bandar Lampung, dokumentasi tersebut dijelaskan pada tabel sebagai berikut:

---

<sup>9</sup> Wawancara dengan Ibu Siti Khodijah guru BK di SMP Negeri 21 Bandar Lampung



**TABEL 1****Gambaran Awal Perilaku Disiplin Dalam Mematuhi Tata Tertib di Kelas****VIII A**

No	Jenis permasalahan	Jumlah Peserta Didik	%	Inisial nama peserta didik
1	Terlambat datang sekolah	19	43,75%	AFS, DDF, AP, NI, DA, FM, ES, FF, RSN, PY, SDPW, RS, FAN, DS, RT, YT,RR,HG, JK
2	Tidak memakai atribut sekolah dengan lengkap	9	6,25%	ADP, ASA, CA, ET, HN, AI, IP, BN, MN.
3	Membolos dengan tidak diberi keterangan	8	40%	FAN, AI, DF, RA, ES, RSN, YO, SM
4	Suka berkata tidak pantas	4	10%	SM, SK, PFA, DA
	Jumlah	40	100%	

Sumber : Dokumentasi dari guru BK SMP Negeri 21 Bandar Lampung<sup>10</sup>

Berdasarkan tabel 2 di atas, pelanggaran yang terjadi pada kelas VIII A yang berjumlah 40 peserta didik, terdapat 19 peserta didik (43,75%) yang sering terlambat datang ke sekolah, 9 peserta didik (6,25) tidak memakai atribut sekolah dengan lengkap, 8 peserta didik (40%) tidak hadir dan tidak memberi keterangan ke sekolah dan 4 peserta didik (10%) suka berkata tidak pantas atau kurang sopan.

Disiplin dilakukan dengan keterpaksaan, ketika ada pengawasan dari petugas (pemimpin) timbulah perilaku disiplin, akan tetapi bila tidak ada pengawasan dari petugas (pemimpin) maka pelanggaran dilakukan. Contoh perilaku disiplin dan pelanggarannya yang sering terjadi disekolah yaitu peserta

<sup>10</sup> Dokumentasi Hasil Pra Penelitian Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tanggal 18 Januari 2019 Jam 09.30

didik terlambat datang kesekolah, berpakaian tidak rapih yang tidak sesuai dengan ketentuan sekolah yaitu peserta didik terlambat datang kesekolah, berpakaian tidak rapih yang tidak sesuai dengan ketentuan sekolah, dan lain sebagainya. Oleh karena itu, disiplin yang terpaksa identik dengan ketakutan dan hukuman. Sebenarnya, untuk menegakan suatu disiplin tidak selamanya harus melibatkan orang lain, akan tetapi melibatkan diri sendiri juga bisa. Bahkan melibatkan diri sendirilah yang lebih penting, sebab penegakan disiplin karena melibatkan diri sendiri berarti disiplin yang timbul itu adalah karena kesadaran.

Untuk dapat berperilaku disiplin dengan baik seorang peserta didik harus memiliki kemampuan *self-Management* yang baik pula. Setiap peserta didik harus mengatur dan mengelola dirinya dengan baik terutama dalam berperilaku. *Self-Management* dalam berperilaku disiplin adalah suatu kemampuan yang berkenaan dengan keadaan diri sendiri dan keterampilan dimana individu mengarahkan perubahan tingkah lakunya sendiri untuk dapat berperilaku disiplin dengan pemanipulasian stimulus dan respon baik internal maupun eksternal.

Allah berfirman dalam surat Al-Kautsar ayat ke 1 yang berbunyi :

أَلْهَآكُمُ التَّكَاثُرُ ۝ ١

Artinya :

“*sesungguhnya kami telah memberikan kepadamu nikmat yang banyak*”

Teknik *Self-Management* diharapkan efektif untuk mengembangkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib sekolah. Pengelolaan diri (*Self-Management*) merupakan suatu teknik yang mengarah kepada pikiran dan

perilaku individu untuk membantu peserta didik dalam mengelola dan mengubah perilaku kearah yang lebih positif melalui proses belajar tingkah laku baru.

Teknik *Self-Management* menunjuk pada suatu teknik dalam terapi *kognitif-behavior* yang dirancang untuk membantu peserta didik dalam mengontrol dan mengubah tingkah laku nya sendiri kearah yang lebih positif. Peneliti akan menangani perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib dengan cara mengarahkan perilaku peserta didik agar mampu mengelola perilaku, pikiran, dan perasaan dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, yaitu memiliki perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib disekolah.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakanng tersebut, maka identifikasi masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah perilaku tidak disiplin peserta didik.

Adapun identifikasi masalahnya adalah :

1. Terindikasi 19 (43,75%) peserta didik terlambat datang kesekolah
2. Terindikasi 9 (6,25%) peserta didik tidak memakai atribut sekolah dengan lengkap
3. Terindikasi 8 (40%) peserta didik tidak hadir tanpa memberi keterangan
4. Terindikasi 4 (10%) sebagian peserta didik suka berkelahi

### **C. Batasan Masalah**

Batasan masalah merupakan pembatasan permasalahan terhadap pengertian judul. Yang kegunaannya memperjelas pokok permasalahan yang akan dibahas sehingga dapat menghindarkan kesalah pahaman dan memberikan simpulan. Adapun

batasan masalah yang terdapat dalam judul ” Efektifitas Layanan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Kelas VIII Dalam Mematuhi Tata Tertib SMP N 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019” untuk melihat sejauh mana layanan guru bimbingan dan konseling dalam menangani permasalahan peserta didik dalam mengembangkan perilaku disiplin peserta didik kelas VIII dalam mematuhi tata tertib di SMP N 21 Bandar Lampung.

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

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan utama dalam permasalahan utama dalam permasalahan ini adalah apakah seberapa pengaruh layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik kelas VIII dalam mematuhi tata tertib di SMP N 21 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019 ?

#### **E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

##### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah layanan konseling *behaviorial* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan perilaku disiplin peserta didik. Secara khusus tujuan yang ingin dicapai untuk mengetahui perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib sebelum diberikan treatment dan sesudah diberikan treatment oleh peneliti melalui layanan konseling *behaviorial* dengan teknik *self-management*.

## 2. Kegunaan Penelitian

### a) Secara Teoritis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumbangan pemikiran ilmiah dan menambah ilmu pengetahuan baru bagi penulis.
- 2) Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan baru bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling pada khususnya.

### b) Secara Praktis

- 1) Melalui penelitian ini diharapkan peserta didik dapat memiliki perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib sekolah yang akan bermanfaat untuk kehidupan sekarang dan dimasa depan.
- 2) Memberikan sumbangan pemikiran, informasi, dan evaluasi bagi guru BK di sekolah dalam rangka pengembangan layanan bimbingan dan konseling khususnya teknik *self-management* untuk mampu mengembangkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib sekolah.
- 3) Penelitian ini memberikan kesempatan dan pengalaman kepada peneliti untuk terjun ke lapangan secara langsung bahwa untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib dapat dikembangkan melalui penggunaan *self-management*



## **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak meyimpang dari tujuan yang di tetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang lingkup objek

Ruang lingkup objek dalam peneelitan ini adalah membantu peserta didik dalam mematuhi tata tertib melalui penggunaan teknik *self-management*.

2. Ruang lingkup subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP N 21 Bandar Lampung.

3. Ruang lingkup wilayah dan waktu

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMP N 21 Bandar Lampung pada tahun pelajaran 2018/2019.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Pendekatan konseling Behavioral (*Behavioral Therapy*)**

##### **1. Konsep Dasar**

Dalam pandangan behavioral, perilaku dibentuk berdasarkan dari segenap pengalamannya yang berupa interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya yang membeentuk sebuah kepribadian seseorang. Sehingga dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar. Kepribadian seseorang dengan lainnya berbeda-beda karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda dalam kehidupannya. Rogers menyatakan konseling adalah serangkaian hubunga-[n langsung dengan individu konseli dengan tujuan memberikan bantuan kepadanya agar dapat mengubah sikap dan perilakunya.<sup>1</sup> Konselor dalam pendekatan ini biasanya berfungsi sebagai guru, pengarah dan ahli yang mengdiagnosa tingkah laku yang meladaptif dan menentukan prosedur untuk mengatasi persoalan tingkaah laku individu.

Menurut Corey dalam buku Hartono bahwa manusia dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Tetapi perilaku pada

---

<sup>1</sup> Hartono Soemardji, *Psikologi Konseling Edisi Revisi*, Kencana Prenada Media Group, Jakarta, 2012, h. 27

dasarnya diarahkan pada tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan.<sup>2</sup> Modifikasi perilaku penyimpangan itu melalui perubahan situasi lingkungan positif yang direkayasa sehingga dapat menstimulus terjadinya perilaku yang positif.

Menurut Winkel dalam buku Arintoko bahwa perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar (*learning*) atau belajar kembali (*relearning*), yang berlangsung dalam proses konseling.<sup>3</sup> Dengan kata lain proses konseling pada dasarnya juga dipandang sebagai proses belajar. Proses belajar disini maksudnya belajar untuk ke tingkah laku ke arah yang lebih baik dengan bantuan konselor kemudian pada akhirnya klien yang biasa berperilaku yang adaptif meskipun tanpa dibimbing konselor terus-menerus.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa konseling *behaviorial* adalah suatu teknik terapi dalam konseling yang berlandaskan teori belajar yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya melalui teknik-teknik yang berorientasi tindakan.

Dalam konseling, konseling belajar berperilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptif, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan dan membentuk pola tingkah laku dengan memberi ganjaran atau *reinforcement* yang menyenangkan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul.

---

<sup>2</sup> Arintoko, *Wawancara Konseling di Sekolah*, C.V Andi Offset, (Yogyakarta, 2011), h.

<sup>3</sup> *Ibid*, h. 35

Ciri-ciri utama konseling behaviorial yang dikemukakan oleh Krumboltz, ada tiga macam adalah :

- 1) Proses pendidikan yaitu konseling merupakan proses pendidikan. Dengan kata lain, konseling membantu konseli mempelajari tingkah laku baru untuk memecahkan masalahnya. Konseling menggunakan prinsip-prinsip belajar dan konseling belajar efektif untuk membentuk dasar-dasar pemberian bantuan pada konseli
- 2) Teknik dirakit secara individual yaitu teknik konseling yang digunakan pada setiap konseli berbeda-beda tergantung pada masalah dan karakteristik konseli. Dalam proses konseling, penentuan tujuan konseling, proses assesmen, dan teknik-teknik dibangun oleh konseli dengan bantuan konselor.
- 3) Metodologi ilmiah, konseling behaviorial di landasi oleh metode ilmiah dalam melakukan assesmen dan evaluasi konseling. Konseling ini menggunakan observasi sistematis, kuantitatif dan control cepat.

Menurut Komalasari berpendapat bahwa asumsi tingkah laku yang bermasalah dalam konseling behaviorial adalah:

- a. Tingkah laku yang berlebihan (*excessive*), tingkah laku yang berlebihan misalnya yaitu: merokok, terlalu banyak main games, dan sering memberi komentar di kelas. Tingkah laku *excessive* dirawat dengan menggunakan teknik konseling untuk menghilangkan atau menurangi tingkah laku.
- b. Tingkah laku yang kurang (*deficit*), adapun tingkah laku *deficit* adalah terlambat masuk sekolah, tidak mengerjakan tugas dan bolos sekolah.

Tingkah laku deficit terapi dengan menggunakan teknik meningkatkan tingkah laku.<sup>4</sup>

Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa rendahnya perilaku disiplin beserta ciri-cirinya maka dapat dikategorikan ke dalam tingkah laku yang kurang (*deficit*). Oleh karena itu untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib disekolah maupun dirumah, maka peneliti dalam memberikan layanan konseling pendekatan *behavioral* sangatlah tepat.

## **2. Tujuan Konseling Behavioral**

Tujuan konseling behavioral berorientasi pada perubahan atau modifikasi perilaku konseli, yang diantaranya untuk :

- a. Menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar
- b. Penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif
- c. Memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari
- d. Membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons-respons baru yang lebih sehat atau sesuai (*adjustive*)
- e. Konseli belajar perilaku baru dan mengeleminasi perilaku yang maladaptif, meemperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan
- f. Penetapan tujuan dan tingkahlaku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup>Komalasari et al, *Teori dan Teknik Konseling*, PT.Indeks, Jakarta, 2011, h. 157

<sup>5</sup> Komalasari Gantina dkk, *Ibid*, h.156

## **B. Teknik *Self-Management***

Salah satu teknik yang dipilih oleh peneliti dalam konseling *behavioral* adalah teknik *self-management*. Peneliti memilih *teknik self-management* dengan alasan karena teknik ini bertujuan untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik dan terdapat suatu strategi perubahan perilaku yang dalam proses konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik sehingga teknik ini dapat berpengaruh terhadap kedisiplinan peserta didik.<sup>6</sup>

Peneliti berharap melalui layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* ini dapat berpengaruh terhadap kedisiplinan peserta didik. Berikut adalah penjelasan teori tentang *self-management*.

### **1. konsep Dasar *Self-Management***

Istilah *self-management* mengacu pada harapan agar konseli dapat lebih aktif dalam proses terapi.<sup>7</sup> Sama halnya dengan kemampuan mengatur diri dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan melulu atau penyimpangan kepribadian. Dalam penggunaan strategi ini diharapkan konseli dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri untuk mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik.

---

<sup>6</sup> Hartono dan Soemardji, *Op.Cit*, h. 125

<sup>7</sup> *Ibid*, h. 125



Menurut Gunarsa mengemukakan bahwa pengelolaan diri (*self-management*) adalah prosedur dimana klien menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, yang dalam terapi tidak langsung diperoleh.<sup>8</sup> Keterampilan tersebut diperoleh pada saat proses konseling karena perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar atau belajar kembali.

Sedangkan Cormier dan Cormier dalam Hartono dan Soemardji menyatakan bahwa keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku apa yang dibentuk.<sup>9</sup> Jadi dalam proses konseling walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, tetapi konselli yang tetap mengontrol pelaksanaannya. Sehingga dari sini konseli mendapat suatu keterampilan suatu untuk mengurus diri.

Menurut Gie menyatakan *self-management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.<sup>10</sup>

Pengelolaan diri (*Self-Management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas

---

<sup>8</sup> Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, Gunung Mulia, Jakarta, 2004 h. 223

<sup>9</sup> Hartono dan Soemardji, *Op.Cit.*, h. 125

<sup>10</sup> Gie, The Liang, *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000, h.77

prosedur tersebut.<sup>11</sup> Dari teori tersebut, konselor perlu membantu konseli dalam merancang program, konselor harus bisa membantu konseli agar bisa mempersepsi bahwa dirinya yang telah memilih tujuan dan konseli harus bisa percaya diri untuk menyelesaikan tugas-tugas untuk tercapainya tujuan konseling yang diharapkan.

Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa teknik *self-management* merupakan teknik terapi dalam konseling *behavior* yang membantu peserta didik dapat mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektifitas prosedur tersebut.

## **2. Tujuan *Self-Management***

Tujuan dari pengelolaan diri yaitu untuk mengatur perilakunya sendiri yang bermasalah pada diri sendiri maupun orang lain. Menurut sukadji, masalah-masalah tersebut yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik pengelolaan diri (*self-management*) antara lain yaitu:

- a) Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.

---

<sup>11</sup> Komalasari et al, Op.Cit., h.180

- b) Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif. Seperti menghentikan merokok dan diet.
- c) Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri. Misalnya terlalu mengkritik diri sendiri.
- d) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli. Contohnya adalah konseli sedang menulis skripsi.<sup>12</sup>

Dalam proses konseling, konselor dan konseli harus sama-sama untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuan, sebaliknya konseli pun juga harus aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *self-management* berakhir diharapkan peserta didik dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan, dapat berperilaku sesuai dengan aturan, dapat mempertahankan perilaku tersebut sampai di luar sesi konseling, serta perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.

### **3. Manfaat teknik *Self-management***

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*self-management*) tanggung jawab keberhasilan konseling berada ditangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli.<sup>13</sup> Dalam pelaksanaan *self-management* biasanya diikuti dengan

---

<sup>12</sup> Gunarsa, *Op.Cit* h.145

<sup>13</sup> *Ibid*, h. 146

pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya *self-management*. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab (*antecedent*) dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa:

- a) Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. Misalnya orang yang suka “ngemil” mengatur lingkungan agar tidak tersedia makanan yang memancing keinginan untuk “ngemil”.
- b) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli.
- c) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.<sup>14</sup>

#### **4.Peran Konselor dan Konseli**

Seperti yang telah kita ketahui, bahwa dalam konseling behavior peran konselor adalah sebagai guru, mentor, fasilitator dan pemberi dukungan kepada konseli dalam mengarahkan konseli untuk mencapai tujuannya. Sebaliknya peran konseli dalam mengikuti teknik *self-management* juga diharapkan harus lebih aktif dalam proses konseling. Ada beberapa catatan untuk melaksanakan teknik ini, yaitu:

- a. Konseli harus aktif berperan dalam setiap bagian proses konseling.

---

<sup>14</sup> Komalasari et al, *Ibid*, h. 183

- b. Konseli di dorong untuk melakukan introspeksi diri dan mengajari aspek-aspek konseling dengan cara mengembangkan tindakan yaitu keterampilan yang spesifik.
- c. Konseli harus berpikir bahwa proses konseling berhubungan dengan kejadian internal.
- d. Konseli mempunyai tanggung jawab yang besar terhadap hasil yang akan dicapai.
- e. Konselor bertindak sebagai monitor.<sup>15</sup>

Dalam teknik self-management ini, konseli lebih banyak belajar dalam mengatur diri, memberi dukungan pada diri sendiri, belajar untuk bertanggung jawab menerima konsekuensi yang telah menjadi pilihannya, dan belajar keterampilan-keterampilan yang diperoleh secara tidak langsung dari proses konseling.

### **5.Faktor-Faktor Keefektifan dalam Pelaksanaan Teknik *Self-Management***

Setiap konseli pasti mempunyai harapan-harapan agar tujuannya tercapai dalam konseling, begitu juga konselor juga berusaha untuk membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling. Agar pelaksanaan strategi *self-management* dapat dilaksanakan secara efektif, maka ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan, yaitu:

---

<sup>15</sup> Hartono dan Soedarmadji, *Op.Cit.*, h. 126

- a. Adanya kombinasi beberapa strategi konseling di mana beberapa diantaranya berfokus pada *antecedent* dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu;
- b. Konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu;
- c. Bukti evaluasi diri sendiri, penentuan sasaran dengan standar tinggi;
- d. Gunakan *self-management* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu; dan
- e. Adanya dukungan eksternal/lingkungan.<sup>16</sup>

## **6.Langkah-langkah Teknik *Self-management***

Adapun tahap-tahap *self-management*(pengelolaan diri) menurut sukadji adalah sebagai berikut:

- a. *Self-monitoring* (monitor diri) atau observasi diri

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

- b. *Self-evaluation* (evaluasi diri)

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

---

<sup>16</sup> *Ibid*, h. 126



c. *Self-reinforcement* (pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman)

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus atau memberi hukuman pada diri sendiri.<sup>17</sup>

Dalam penelitian ini jika konseli telah menunjukkan adanya sikap perilaku disiplin maka konseli akan diberikan sebuah penguatan atau *reward* yang telah ditentukan. Namun jika konseli ternyata belum menunjukkan sikap perilaku disiplinnya maka konseli akan diberikan *punishment* yang telah ditentukan.

### **C. Disiplin Peserta Didik**

#### **1. Pengertian Kedisiplinan Peserta Didik**

Disiplin merupakan suatu sikap yang tegas berwibawa dalam bertindak untuk mentaati segala peraturan yang telah ditetapkan. Kedisiplinan berasal dari kata disiplin. Istilah berasal dari bahasa latin "*Disciplina*" yang menunjuk pada kegiatan belajar mengajar. Disiplin berasal dari akar kata "*Disciple*" yang berarti belajar. Istilah bahasa Inggris lainnya, berarti tertib, taat atau mengendalikan tingkah laku, penguasaan diri, latihan membentuk, meluruskan atau menyempurnakan sesuatu sebagai kemampuan mental atau karakter moral, hukuman yang diberikan untuk melatih atau memperbaiki, kumpulan atau sistem peraturan-peraturan bagi tingkah laku.<sup>18</sup>

Disiplin berasal dari kata yang sama dengan "*Disciple*", yakni seseorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin. Orang tua

---

<sup>17</sup> Komalasari et al, *Op.Cit.*, h. 182

<sup>18</sup> Emile Durkhiem dalam Thomas Lickona, *Pendidikan Karakter Panduan Lengkap Mendidik Siswa Menjadi Pinter dan Baik*, (Bandung: Nusa Media, 2013), h.45.

atau guru merupakan pemimpin dan anak merupakan murid yang belajar dari mereka cara hidup yang menuju kehidupan yang berguna dan bahagia.<sup>19</sup>

Disiplin secara luas dapat diartikan semacam pengaruh yang dkirancang untuk membantu anak agar mampu menghadapi tuntutan dari lingkungan.<sup>20</sup> Jadi disiplin merupakan cara masyarakat mengajar anak perilaku moral yang disetujui kelompok.<sup>21</sup>

Kedisiplinan adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan atau ketertiban. Disiplin merupakan perasaan taat dan patuh terhadap nilai-nilai yang dipercaya termasuk melakukan pekerjaan tertentu yang menjadi tanggung jawabnya.

Sedangkan menurut Atmosurdiardjo “disiplin adalah suatu bentuk ketaatan dan pengendalian diri erat hubungannya dengan rasionalisme, sadar dan emosional”.<sup>22</sup> Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa, kedisiplinan adalah suatu sikap atau tindakan yang tegas, berwibawa, dan mentaati segala peraturan yang ditetapkan, yang muncul dari dalam dirinya agar apa yang mereka kerjakan hasilnya maksimal.

Bagi umat Islam, Al-Qur’an juga merupakan kumpulan dari perinrah-perintah dan larangan-larangan (peraturan). Peraturan ini harus ditaati bagi umat-

---

<sup>19</sup> Hurlock, Elizabeth, B, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 2010), h. 82.

<sup>20</sup> Conny R. Semiawan, *Penerapan Pembelajaran Pada Anak*, (Jakarta: Indeks, 2009), h. 89.

<sup>21</sup> *Op. Cit*, h.. 82.

<sup>22</sup> Atmodiwiro, S. *Manajemen Pendidikan Indonesia*, (Jakarta: PT. Ardadizya, 2000), h. 235.

Nya. Sebagaimana kisah Nabi Ibrahim agar patuh dan tunduk terhadap Tuhannya yang tertulis dalam surat Al-Baqarah ayat 131 :

إِذْ قَالَ لَهُ رَبُّهُ أَسْلِمْ قَالَ أَسْلَمْتُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ ۝١٣١

Artinya :

*Ketika Tuhan nya berfirman kepadanya: “Tunduk patuhlah!” Ibrahim menjawab: “Aku tunduk patuh kepada Tuhan semesta alam”*<sup>23</sup>

Seorang peserta didik dalam mengikuti kegiatan mengajar disekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan sekolahnya, dan setiap peserta didik dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku di sekolahnya. Disiplin sekolah adalah usaha sekolah unruk memelihara perilaku peserta didik agar tidak menyimpang dan dapat mendorong peserta didik untuk berperilaku seseuai dengan norma, peraturan, dan tata tertib yang berlaku di sekolah.

Istilah disiplin itu banyak mengandung beberapa arti *good's Distinari of Education* menjelaskan disiplin sebagai berikut:

- a) Proses atau hasil pengarahan atau pengendalian, keinginan, dorongan atau kepentingan demi suatu cita-suatu atau untuk mencapai tindakan yang lebih efektif.
- b) Pencarian suatu cara bertindak yang terpilih secara gigih, aktif yang diarahkan sendiri sekalipun menghadapi rintangan.
- c) Pengendalian perilaku peserta didik dengan langsung dan otoriter melalui hukuman atau hadiah.

---

<sup>23</sup>Al-qurandanTerjemahannya, surayt Al-Baqarahayat 131

- d) Pengekangan setiap dorongan, sering melalui cara tidak enak.<sup>24</sup>

Sedangkan disiplin sekolah menurut Oteng Sutisna adalah keadaan karakteristik dan jenis keadaan serba teratur pada suatu sekolah tertentu atau cara dengan nama keadaan teratur itu diperoleh atau pemeliharaan kondisi yang membantu kepada pencapaian efisiensi fungsi-fungsi sekolah.

## 2. Tujuan Disiplin

Penanaman dan penerapan sikap disiplin pada pendidikan tidak dimunculkan sebagai suatu tindakan atau pembatasan suatu kebebasan peserta didik dalam melakukan perbuatan sekehendaknya, akan tetapi hal itu tidak lebih sebagai tindakan pengarahan kepada sikap yang bertanggung jawab dan mempunyai cara hidup yang baik dan teratur sehingga peserta didik tidak merasakan bahwa disiplin merupakan beban, tetapi disiplin merupakan suatu kebutuhan bagi dirinya dalam menjalankan tugas sehari-hari. Adapun tujuan disiplin menurut Charles adalah:

- a) Tujuan jangka pendek yaitu supaya anak terlatih dan terkontrol dengan ajaran yang pantas.
- b) Tujuan jangka panjang yaitu untuk mengembangkan dan pengendalian diri anak tanpa pengaruh pengendalian dari luar.<sup>25</sup>

Tujuan dari seluruh disiplin ialah membentuk perilaku sedemikian rupa hingga ia akan sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan kelompok budaya,

---

<sup>24</sup> Oteng Sutisno, *Administrasi Pendidikan Dasar Teoritik Untuk Praktek Profesional*, (Bandung: Angkasa, 1983), h. 97.

<sup>25</sup> Charles, S, *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak*, (Jakarta: Mitra Utama, 1980), h.88

tempat individu itu identifikasikan. Karena tidak ada pola budaya tunggal, tidak ada pula satu falsafalah pendidikan anak yang menyeluruh untuk mempengaruhi cara menanamkan disiplin.<sup>26</sup>

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan memiliki tujujn diantaranya adalah mengarahkan anak untuk belajar hal-hal bagi persiapan masa dewasa dan agar anak terlatih dengan ajaran yang pantas, selain itu terdapat tujuan jangka panjang yaitu, mengembangkan dan mengandalikan diri anak terhadap pengaruh pengendalian dari luar.

### **3.Manfaat Disiplin**

Kedisiplinan merupakan suatu yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Soetjningsih mengemukakan bahwa disiplin harus kepada anak sejak awal agar anak mempunyai kebiasaan-kebiasaan berperilaku yang baik dan tertib yang akan sangat berguna dalam mendukung perkembangan aspek-aspek lainnya dan untuk kehidupannya kelak. Soetjningsih menambahkan manfaat disiplin adalah antara lain:

- a) Anak merasa aman karena ia tahu mana yang boleh dan mana yang tidak boleh dilakukannya.
- b) Membantu anak menghindari perasaan bersalah dan malu akibat perlakuan salah.
- c) Memungkinkan anak hidup menurut standar yang disetujui kelompok sosial.

---

<sup>26</sup> Hurlock, Elizabeth, B. *Op. Cit*, h. 82

- d) Merasa disayang dan diterima karena dalam proses disiplin anak mendapat pujian bila melakukan hal baik.
- e) Membantu anak dalam mengembangkan hati nurani nya.

Menurut Elizabeth B. Hurlock, disiplin sangat perlu untuk perkembangan anak karena ia memenuhi kebutuhan tertentu. Dengan demikian disiplin memperbesar kebahagiaan dan penyesuaian pribadi dan sosial anak.<sup>27</sup>

Dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa kedisiplinan sangat diperlukan dan harus ditanamkan kepada anak sedini mungkin agar anak terbiasa melakukan perbuatan yang baik dan sesuai dengan standar lingkungan sosialnya disiplin juga memiliki banyak manfaat bagi perkembangan anak diantaranya melatih anak agar bertanggung jawab dalam semua kegiatannya.

#### **4. Unsur-unsur Disiplin**

Disiplin diharapkan mampu mendidik anak untuk berperilaku sesuai dengan standar yang ditetapkan dalam satu kelompok sosial, dalam hal sekolah, menurut Elizabeth B. Hurlock disiplin harus mempunyai empat unsur pokok, yaitu :

- a) Peraturan sebagai pedoman perilaku
- b) Konsisten dalam peraturan tersebut dan dalam cara yang digunakan untuk mengajarkan dan melaksanakan.
- c) Hukuman untuk pelanggaran peraturan.
- d) Penghargaan untuk perilaku yang baik sejalan dengan peraturan yang berlaku.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup>*Ibid*, h.83

Dengan adanya unsur dalam disiplin maka unsur-unsur tersebut berhubungan antara yang satu dengan yang lainnya, apabila hilangnya salah satu unsur pokok ini menyebabkan bimbingan dan konseling sikap yang tidak menguntungkan bagi anak.

Berikut merupakan tabel tata tertib di SMP Negeri 21 Bandar Lampung :

**TABEL 2**  
**Tata Tertib Peserta Didik SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019**

No	Jenis Pelanggaran	Sanksi
1	Terlambat Berturut-turut tiga kali, membolos, tidak masuk Tnpa izin dan keterangan	Dipanggil dan di proses
2	Meninggalkan pelajaran tanpa izin guru piket dan guru mata pelajaran	Dipanggil dan di proses
3	Melawan guru dan melecehkan guru	Dikeluarkan setelah melalui proses
4	Berkkata kotor yang tidak pantas, asusila dan menyinggung perasaan atau menyakiti hati orang lain	Dipanggil dan di proses
5	Membawa HP kesekolah	Disita dan dikembalikh pada saat pembagian raport
6	Menyelenggarakan kegiatan tanpa izin sekolah	Dipanggil dan di proses
7	Siswa/I yang memakai aksesoris yang tidak sesuai dengan aturan sekolah	Disita dan tidak di kembalikan
8	Memakai baju, celana, androk, kaos kaki dan sepatu yang tidak sesuai dengan peraturan sekolah	Diperingatkan dan di sita sekolah
9	Bagi siwa laki-laki berambut gondrong dan bagi siswa/I berkuku panjang	Di cukur/Dipotong pihak sekolah
10	Melakukan kriminalitas, baik di dalam maupun diluar sekolah	Dikeluarkan setelah melalui proses
11	Membawa rokok atau merokok saat memakai baju seragam baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah.	Dikeluarkan setelah melalui proses.



*Sumber : Dokumen Tata Tertib SMP Negeri 21 Bandar Lampung<sup>29</sup>*

## **5. Ciri-ciri Kedisiplinan Peserta Didik**

Disiplin selain mendidik, juga dapat membuat peserta didik tahu dan dapat membedakan hal-hal yang seharusnya dilakukan. Disiplin yang sudah menyatu dalam diri maka perbuatan yang dilakukan tidak dirasakan sebagai beban dan keterpaksaan, melainkan kewajiban yang harus dilakukan.

Adapun ciri-ciri kedisiplinan yang ada di sekolah maupun lembaga pendidikan adalah sebagai berikut :

- a) Patuh pada peraturan sekolah
- b) Melaksanakan tugasnya yaitu belajar
- c) Teratur masuk sekolah
- d) Tidak membuat gaduh kelas, mengerjakan pekerjaan rumah (PR)

## **6. Pentingnya Kedisiplinan Peserta Didik**

Fungsi disiplin adalah untuk mengajarkan mengendalikan diri dengan mudah, menghormati dan mematuhi otoritas. Dalam mendidik anak perlu disiplin, tegas dalam apa yang harus dilakukan dan apa yang harus dilarang dan tidak boleh dilakukan. Disiplin perlu dalam mendidik anak dengan mudah untuk dapat:

- a) Meresapkan pengetahuan dan pengertian sosial secara mendalam dalam dirinya.
- b) Mengerti dengan segera untuk menjalankan apa yang menjadi kewajiban dan meninggalkan larangan-larangan

---

<sup>29</sup> Dokumentasi SMP Negeri 21 Bandar Lampung ( Wakil Kepala Sekolah Bidang Kesiswaan)

- c) Mengerti dan dapat memmbedakan tingkah laku yang baaik dan tingkah laku yang buruk.
- d) Belajar mengendalikan keinginan dan berbuat suatu tanpa adanya peringatan dari orang lain.<sup>30</sup>

### **7. Faktor yang Menyebabkan Pelanggaran Disiplin Peserta Didik**

Menurut Maman Rachman ada tiga kelompok yang mentebabkan terjadinya pelanggaran disiplin peserta didik di sekolah yaitu :

- a) Pelanggaran disiplin yang ditimbulkan guru yaitu
  - 1. Aktifitas yang kurang tepat
  - 2. Kata-kata yang menyindir dan menyakitkan
  - 3. Kata-kata guru yang tidak sesuai dengan perbuatannya
  - 4. Rasa ingin ditakuti dan di segani
  - 5. Kurang dapat mengendalikan diri.
- b) Pelanggaran disip;lin yang disebabkan peserta didik yaitu:
  - 1. Peserta didik suka berbuat aneh untuk mendapat perhatian
  - 2. Peserta didik berasal dari keluarga yang harmonis
  - 3. Peserta didik kurang beristirahat dirumah sehingga mengantuk di sekolah
  - 4. Peserta didik yang kurang membaca dan belajar serta tidak mengajjaarkan tugas-tugas dari guru.
  - 5. Peserta didik terpaksa sekolah.
  - 6. Hubungan peserta didik kurang harmonis.

---

<sup>30</sup> Wirna Raniati, *Ibid*, h.27

c) Pelanggaran disiplin yang disebabkan oleh lingkungan yaitu :

1. Perasaan kecewa karena seolah bertindak kurang adil dalam penerapan disiplin dan hukuman.
2. Kelas yang membosankan.
3. Perencanaan dan implementasi disiplin yang kurang baik.
4. Keluarga yang sibuk kurang memperhatikan anaknya serta banyak problem.
5. Keluarga yang kurang mendukung penerapan disiplin di sekolah.
6. Lingkungan sekolah dekat dengan pusat keramaian.
7. Management sekolah yang kurang baik.
8. Lingkungan pergaulan.<sup>31</sup>

## 8. Upaya Menanamkan Disiplin

Upaya penanaman disiplin yang dikemukakan oleh Haimowitz MLN ada dua yaitu :

- a) *Love oriented technique*, berorientasi pada kasih sayang. Teknik penanaman disiplin dengan meyakinkan tanpa kekuasaan dengan memberi pujian dan menerangkan sebab-sebab boleh tidaknya suatu tingkah laku yang dilakukan.
- b) Berorientasi pada materi, yaitu menanamkan disiplin dengan meyakinkan melalui kekuasaan, mempergunakan hadiah yang benar-benar berwujud atau hukuman fisik<sup>32</sup>.

## D. Tata Tertib

---

<sup>31</sup> Maman Rachman *Filsafat Ilmu, Bandung*, Alfabeta, 2011, h. 132

<sup>32</sup> Amir Da'ien Indra Kusuma, *Op. Cit*, h. 134

## **1. Pengertian Tata Tertib**

Arikunto menyebutkan bahwa tata tertib adalah sesuatu yang mengatur perilaku yang diharapkan terjadi pada diri siswa. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa tata tertib adalah peraturan-peraturan yang harus ditaati atau dilaksanakan. Sedangkan Starawaji mendefinisikan tata tertib sebagai sebuah aturan yang dibuat secara tersusun dan teratur, serta saling berurutan, dengan tujuan semua orang yang melaksanakan peraturan ini melakukannya sesuai dengan urutan-urutan yang telah dibuat.

Mengacu pada pengertian disiplin dan tata tertib maka dapat dipahami bahwa kedisiplinan dalam menaati tata tertib adalah sesuatu sikap patuh terhadap serangkaian terhadap serangkaian peraturan yang disusun secara teratur dalam lembaga dan dilakukan secara sadar serta bertanggung jawab yang berguna untuk mencapai keberhasilan diri dan lembaga.

## **2. Unsur-unsur Tata Tertib**

Tata tertib berisi seperangkat peraturan yang meliputi hal-hal yang wajib dilaksanakan dan yang perlu di hindari atau dilarang oleh seseorang, serta ketentuan sanksi yang diberikan bagi orang yang melanggar. Pada haakikatnya tata tertib sekolah baik yang berlaku secara umum maupun khusus meliputi tiga unsur yaitu :

- a) Perbuatan atau tingkah laku yang diharuskan dan yang dilarang
- b) Akibat atau sanksi yang menjadi tanggung jawab pelaku dan pelanggar peraturan

- c) Cara atau prosedur untuk menyampaikan peraturan kepada subjek yang dikenai tata tertib sekolah tersebut.

### **E. Penelitian Relevan**

1. Ruslan Abdul Gani yang berjudul “Efektifitas Layanan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung” dari hasil penelitian bahwa layanan konseling behavior dengan teknik *self-management* dapat mengembangkan tanggung jawab belajar pada peserta didik kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun 2016/2017.<sup>33</sup>
2. Nurdjana Alamri yang berjudul “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah Study Pada Peserta Didik Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015” hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pada pra siklus sektor rata-rata adalah 41 menurun pada siklus I menjadi 28,63 dengan kategori cukup dan pada siklus II menjadi 13,13 atau sangat rendah dengan kategori sangat baik. Adapun penurunan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 15,5 dan secara keseluruhan 27,8. Sehingga hipotesis tindakan dapat diterima ada peningkatan dari indikator keberhasilan.<sup>34</sup>

---

<sup>33</sup> Ruslan Abdul Gani, *Efektifitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung*, 2016 (skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung)

<sup>34</sup> Nurdjana Alamri, *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah, Study Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015*, 2015 (Skripsi, Universitas Muria Kudus)

3. Eny awalin yang berjudul “Efektifitas Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Bandung Tahun 2014/2015” berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa *self-management* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Bandung Tahun Pelajaran 2014/2015.<sup>35</sup>
4. Farikha Wahyu Lestarii yang berjudul “Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Dalam Menaati Tata Tertib Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik *Modelling* Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011” Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa layanan penguasaan konten dengan teknik *modelling* dapat meningkatkan kedisiplinan peserta didik.<sup>36</sup>

## F. Kerangka Berfikir

Menurut Sugiyono, kerangka pemikiran merupakan hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan.<sup>37</sup> Berdasarkan beberapa faktor internal dan eksternal perilaku disiplin serta dari beberapa contoh

---

<sup>35</sup> Eny Awalin, *Efektifitas Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Bandung Tahun Pelajaran 2014/2015*, 2015, (Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri)

<sup>36</sup> Farikha Wahyu Lestari, *Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Dalam Menaati Tata Tertib Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Dengan Teknik Modelling Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011, 2011* (Skripsi, Universitas Negeri Semarang)

<sup>37</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 91

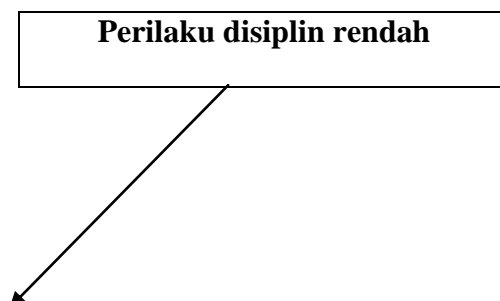
yang diambil dari indikator perilaku disiplin serta dari beberapa contoh yang diambil dari indikator perilaku disiplin diketahui bahwa terdapat peserta didik memiliki perilaku disiplin yang rendah. Terdapat masalah perilaku disiplin yaitu: peserta didik tidak rajin hadir ke sekolah dan tidak tertib mengikuti pelajaran yang sedang berlangsung. Selain itu juga faktor sosial yang mempengaruhi diantaranya: kondisi keluarga, lingkungan, pendidikan, dan motivasi sosial.

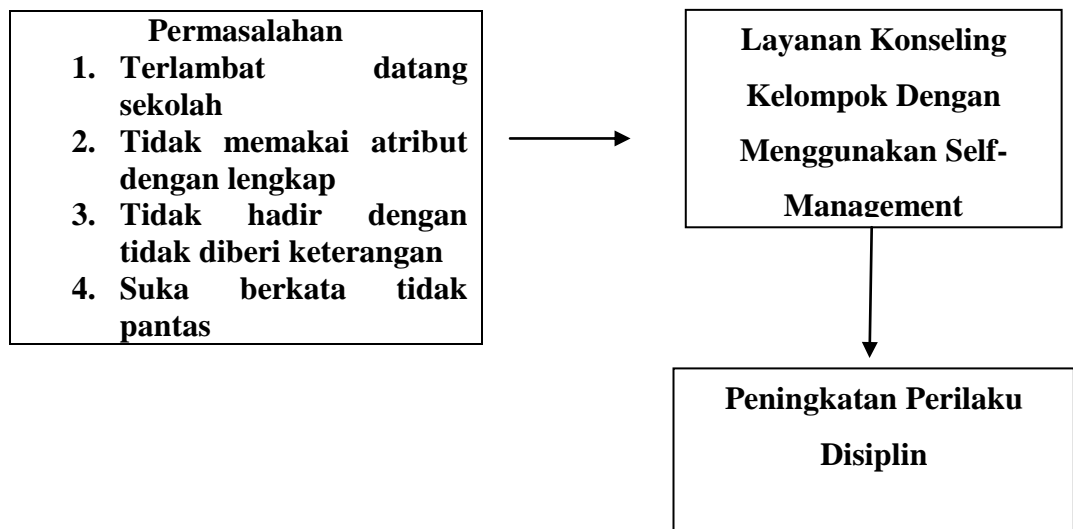
Dengan adanya fenomena tersebut peneliti ingin mengatasi masalah kurangnya perilaku disiplin peserta didik di SMP N 21 Bandar Lampung.

Kerangka pemikiran dalam penelitian inilah bahwa layanan konseling *Behavior* dengan menggunakan teknik *self-management* diharapkan dapat meningkatkan dapat meningkatkan perilaku disiplin peserta didik karena penggunaan teknik *self-management* dapat membantu peserta didik yang memiliki masalah disiplin.

Berikut dapat digambarkan alur kerangka berfikir dalam penelitian ini.

**Gambar 1**  
**Kerangka Berfikir Penelitian Konseling Behavior Dengan**  
**Teknik *Self-Management***





### **G. Hipotesis**

**1.H<sub>0</sub>** : Layanankonseling behavior dengan teknik *self-management* tidak efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib di SMP N 21 Bandar Lampung sebelum dan setelah mengikuti teknik *self-management*



2.  $H_a$  :Layanan konseling behavior dengan teknik *self-management* efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib di SMP N 21 Bandar Lampung, setelah mengikuti teknik *self-management* lebih baik dibandingkan sebelum perlakuan.

3. Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \neq \mu_0$$

$$H_1: \mu_1 = \mu_0$$

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu suatu jenis penelitian ilmiah dimana peneliti memutuskan kenapa yang akan diteliti dengan cara mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang spesifik atau sempit, mengumpulkan data-data yang dapat dikuantifikasikan, menganalisis angka-angka tersebut dengan menggunakan statistic dan melakukan penelitian dalam suatu cara yang objektif.<sup>1</sup>

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen quasi. Penelitian eksperimen quasi yaitu rancangan penelitian eksperimen tapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol atau mengendalikn variabel-variabel luar yang dapat mempengaruhi eksperimen.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013, h.242

<sup>2</sup>*Ibid*, h. 109

## B. Desain Penelitian

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-equivalent Control Group Design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama diberikan perlakuan (*treatment*).<sup>3</sup> Desain eksperimen ini digunakan karena pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dengan teknik *self-management* dan kelompok kontrol sebagai pembanding diberikan perlakuan metode ceramah dan diskusi. Pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan teknik *self-management* dan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan metode ceramah dan diskusi. Selanjutnya akan dilakukan kembali pengukuran (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subjek yang diteliti. Adapun skema desain penelitian sebagai berikut.

**TABEL 3**

**Pola Nonequivalent Control Group Design**

<b>E</b>	<b>O<sub>1</sub></b>	<b>X<sub>1</sub></b>	<b>O<sub>2</sub></b>
—————			
<b>K</b>	<b>O<sub>3</sub></b>	<b>X<sub>2</sub></b>	<b>O<sub>4</sub></b>

<sup>3</sup>John Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta, Pustaka Belajar, 2013, h. 242

Keterangan:

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O<sub>1</sub> : Pengukuran perilaku disiplin sebelum diberikan perlakuan konseling *behavior* dengan teknik *Self-management*

O<sub>2</sub> : Pengukuran Perilaku Disiplin Setelah diberikan Perlakuan Konseling *Behavior* dengan teknik *self-management*

O<sub>3</sub> : Pengukuran perilaku disiplin sebelum diberikan perlakuan Konseling *behavior* dengan metode ceramah dan diskusi

O<sub>4</sub> : pengukuran perilaku disiplin setelah diberikan perlakuan konseling *behavior* dengan metode ceramah dan diskusi

X<sub>1</sub> : Pemberian perlakuan layanan *Behavior* dengan teknik *self-management*

X<sub>2</sub> : pemberian perlakuan dengan metode ceramah dan diskusi

## **C. Variabel Penelitian dan Operasional Variabel**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah segala suatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut

ditarik kesimpulan.<sup>4</sup> Penelitian ini akan dilaksanakan pada dua variabel yaitu (a) variabel bebas dan (b) variabel terikat.

- a) Variabel Bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya variabel terikat. Dalam penelitian ini variabel bebasnya konseling *behavioral* teknik *self-management*.
- b) Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau ,menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya perilaku disiplin.

## 2. Defenisi Operasional

Variabel bebas penelitian adalah interval yang diberikan kepada peserta didik melalui konseling *behavior* dengan tehnik *self-management*. Sedangkan variabel terikat penelitian adalah perilaku disiplin. Berikut dijelaskan sebagai berikut:

**TABEL 4**  
**Definisi Operasional**

Variabel	Definisi	Indikator	Sub Indikator	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Variabel bebas (X) konseling <i>behavioral</i> Teknik <i>Self-Management</i>	<i>Self-management</i> merupakan teknik terapi dalam konseling behavior yang membantu konseli dapat mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri			Observasi		

<sup>4</sup>Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah , *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Grafindo Persada, 2012), h. 38.

	dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut. Teknik ini bertujuan untuk mengubah perilaku peserta didik yang mempunyai kedisiplinan yang rendah.					
Variabel terikat (Y) perilaku disiplin	Disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta melalui proses latihan yang dikembangkan menjadi serangkaian perilaku yang di dalamnya terdapat unsur-unsur ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, ketertiban dan semua itu dilakukan sebagai	a) peserta didik rajin hadir ke sekolah  b) mengikuti pelajaran dengan tertib	-Datang ke sekolah tepat waktu. -Masuk kelas tepat waktu -Tertib dalam absensi - Mematuhi perintah guru saat mata pelajaran berlangsung.	Angket perilaku disiplin	Interv al	Peserta dapat meningkatkan perilaku disiplin  Peserta didik tidak dapat meningkatkan perilaku disiplin

	tanggung jawab yang bertujuan untuk mawas diri.		-mengikuti pelajaran dengan tenang			
--	---	--	------------------------------------	--	--	--

#### **D. Lokasi, Populasi, Sample, Penelitian dan Teknik Sampling**

##### **1) Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP N 21 Bandar Lampung yang beralamatkan Perum Kopri Blok D8 Sukarame Bandar Lampung. Hasil studi pendahuluan terhadap peserta didik di SMP N 21 Bandar Lampung menunjukkan adanya peserta didik yang kedisiplinan yang tinggi, rendah bahkan sangat rendah.

##### **2) Populasi**

Populasi adalah wilayah generalasi yang terdiri atas sampel yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>5</sup> Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Dalam penelitian ini populasinya adalah peserta didik kelas VIII di SMP N 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 yang berjumlah 281 peserta didik, berdasarkan rekomendasi dan musyawarah kembali dengan guru BK dan pada saat survey pra penelitian, dari data awal banyak ditemui peserta didik yang memiliki perilaku disiplin rendah. Dapat dilihat dari tabel berikut:

---

<sup>5</sup>Sugiyanto, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung, Alfabeta, 2013, h.80

**TABEL 5**  
**Jumlah Populasi Penelitian**

<b>Kelas</b>	<b>LK</b>	<b>PR</b>	<b>Jumlah Peserta Didik</b>
VIII A	14	16	40 Peserta Didik
VIII B	15	16	38 Peserta Didik

### 3) Sample

Sample adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>6</sup> Sample juga sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Sugiono menyatakan sample untuk penelitian eksperimen yang sederhana yaitu 10-20 anggota sample. Karena jumlah populasi terdiri dari 78 peserta didik maka pada penelitian ini peneliti hanya mengambil 1 kelas yaitu kelas VIII yang terdiri dari 78 peserta didik dan yang akan menjadi sample yaitu 40 peserta didik yang akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu, 20 peserta didik pada kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan menggunakan konseling *behavior* teknik *self-management* dan 20 peserta didik pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan menggunakan konseling *behavior* teknik *self-management* namun tetap kontrol perkembangannya.

### 4) Teknik Sampling

Teknik yang peneliti gunakan dalam pengambilan sample adalah *random sampling* artinya pengambilan sample dengan menetapkan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan peneliti, dengan teknik itu setiap tidak semua populasi merasakan hal yang sama untuk menjadi anggota sample. Dan populasi yang telah

---

<sup>6</sup>*Op.Cit*, h. 81



ditentukan yakni peserta didik kelas VIII A SMP N 21 Bandar Lampung. Peneliti memilih kelas tersebut dan diambil sebagai sample karena diyakini mampu bersifat representatif. Karena kelas tersebut dianggap memiliki kategori perilaku disiplin rendah yang lebih dibandingkan kelas lainnya berdasarkan rekomendasi dari guru BK dan hasil wawancara yang dilakukan pada saat pra penelitian. Dengan demikian teknik ini dipandang lebih efektif dan efisien.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Wawancara**

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.<sup>7</sup> Peneliti dalam hal ini menggunakan jenis wawancara bebas terpimpin, guna memperoleh data yang valid, yaitu: penulis membaawa kerangka pertanyaan-pertanyaan untuk disajikan, tetapi bagaimana cara pertanyaan-pertanyaan itu diberikan tidak secara sistematis, atau pemberian pertanyaan secara fleksibel sesuai dengan keadaan. Metode ini digunakan sebagai metode untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan sehingga data-data yang akurat dapat diperoleh. Metode wawancara ini peneliti tujukan kepada responden dari guru BK dan peserta didik, untuk mengetahui apakah perilaku disiplin dapat ditingkatkan melalui konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*.

---

<sup>7</sup>*Ibid*, h. 152

## 2. Observasi

Mengutip dari Anwar Sutoyo pengertian “observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan tidak langsung terhadap obyek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu”.<sup>8</sup>

## 3. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner cocok digunakan apabila jumlah responden cukup besar atau banyak. Kuesioner dapat berupa pertanyaan yang terbuka atau tertutup.<sup>9</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan angket yang berisikan pertanyaan-pertanyaan yang berdasarkan indikator dalam disiplin peserta didik di sekolah, guna mempermudah proses data pada saat *pretest* dan *posttest* pada penelitian. *Pretest* dan *posttest* akan diukur 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.”<sup>10</sup>

Alternatif jawaban skala likert yang digunakan hanya 1-4 dengan tidak menggunakan alternatif netral agar tidak menimbulkan keraguan responden

---

<sup>8</sup>Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), h. 85.

<sup>9</sup>*Ibid*, h. 142

<sup>10</sup>Sugiyono. *Op.Cit.* h. 92.

dalam menjawab pertanyaan. Beberapa peneliti menghilangkan option “Ragu-ragu” dalam instrument penelitian juga untuk memudahkan penelitian melihat sikap siswa sesungguhnya sesuai angket yang responden isikan.<sup>11</sup> Adapun skor alternatif jawaban dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut.

**TABEL 6**  
**Alternatif Jawaban**

Jenis Pertanyaan	Alternatif Jawaban			
	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
Favorable (pernyataan positif)	4	3	2	1
Unfavorable (pernyataan negative)	1	2	3	4

Menurut Eko dalam aturan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- a. Skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan positif
- b. Jumlah skor tertinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan
- c. Skor akhir = (jumlah skor yang diperoleh : skor tertinggi ideal) x jumlah kelas interval
- d. Jumlah kelas interval = skala hasil penilaian. Artinya kalau penilaian menggunakan skala 4, hasil penilaian diklasifikasikan menjadi 4 kelas interval
- e. Penentuan jarak interval (Ji) diperoleh dengan rumus :

---

<sup>11</sup><http://berbagireferensi.blogspot.co.id>. Bentuk Skkala Pengukuran (diakses pada tanggal 2 februari 2019)

$$J_i = (t - r) / J_k$$

Keterangan

t = Skor tertinggi ideal dalam skala

r = skor terendah ideal dalam skala

Jk = jumlah kelas interval.<sup>12</sup>

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Data Maksimal = skor tertinggi x jumlah item  
 $= 4 \times 20 = 80$

Data Minimal = skor terendah x jumlah item  
 $= 1 \times 20 = 20$

Range = Data maksimal – Data minimal  
 $= 80 - 20 = 60$

Panjang kelas interval = Range : Panjang kelas  
 $= 60 : 4 = 15$

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria perilaku disiplin dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

**TABEL 7**  
**Kategori Penilaian Tingkat Kedisiplinan**

No	Skor	Kategori
1	65 – 80	Sangat Tinggi
2	50- 65	Tinggi
3	45 – 50	Rendah
4	20 – 35	Sangat Rendah

<sup>12</sup>Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran di Sekolah*, (Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2014), h.44

#### 4. Dokumentasi

Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai subjek penelitian. Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar majalah, prasasti, notulen rapat, dan sebagainya.<sup>13</sup> Pada penelitian ini data yang dimaksud yaitu deskripsi karakteristik peserta didik dan data data lain dan data data lain yang ada hubungannya dengan penelitian yaitu tentang gambaran umum ketidak disiplinannya sekolah pada peserta didik di SMP N 21 Bandar Lampung.

#### F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Data yang akan di ungkap dalam penelitian ini, yaitu perilaku disiplin peserta didik. Oleh karena itu instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket ( *kuesioner* ). Berdasarkan angket ( *kuesioner* ) untuk mengungkap gambaran perilaku disiplin. Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan bentuk *checklist*.

Dasar teori pengembangan instrumen di tinjau dari pengertian dan indikator perilaku disiplin. Dalam definisi menurut Zainal Aqip menemukan bentuk- bentuk masalah ketidak disiplinannya di kelas atau di sekolah antara lain: makan di kelas, membuat suara gaduh, kurang tepat waktu, mengganggu peserta didik lain, agresif, mengejek teman lain, tidak memperhatikan.<sup>14</sup> Dan Hurlock menambahkan pelanggaran yang umum dilakukan anak-anak di sekolah adalah

---

<sup>13</sup>Suharsimi Arikunto. *Op.Cit.* h. 274.

<sup>14</sup>Aqip,Z, *Pendidikan Karakter Membangun Perilaku Positif Anak Bangsa* (Bandung: Yrama Widia, 2006), h. 117

seperti : menipu,berbohong, mengucapkan kata- kata kasar, merusak milik sekolah, membolos, mengganggu teman lain dengan mengejek, membuat gaduh di kelas dan berkelahi dengan teman sekelas.<sup>15</sup>

Definisi tersebut mengandung indikator sebagai berikut : (a) peserta didik rajin hadir kesekolah (b) mengikuti pelajaran dengan tertif. Adapun kisi kisi instrumen, kisi kisi sebagai berikut :

**TABEL 8**  
**Kisi-kisi Skala Kedisiplinan**

Variabel	Indicator	Descriptor	No item	
			+	-
Meningkatkan kedisiplinan peserta didik disekolah	Peserta didik rajin hadir kesekolah	Datang kesekolah tepat waktu,	1,2,3	4,5,6,7
		Masukkelas tepat waktu, Tertib dalam absensi		
	Mengikuti pelajaran dengan tertib	Mematuhi perintah guru saat pelajaran berlangsung, Mengikuti pelajaran dengan tenang	8, 9, 10, 17	11,12,13,14,15,16,18, 19,20

## G. Uji Validitas, Reabilitas, dan Normalitas

### 1. Uji Validitas

Agar tidak terjadi kesalahan dalam pengukuran data, maka alat ukur harus memiliki tingkat validitas, reabilitas dan normalitas yang tinggi. Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesalahan instrument. Suatu instrument dikatakan valid bila ia mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya ia akan dikatakan kurang valid jika validitasnya rendah.

<sup>15</sup>Hurlock, *Perkembangan Anak Jilid 1 Edisi ke VI, Edisi Revisi*, (Jakarta: Erlangga, 1978), h. 66

Untuk menguji validitas konstruksi (construct validity) dapat digunakan pendapat para ahli. Setelah instrument dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berdasarkan teori tertentu maka selanjutnya dikonstruksikan dengan para ahli dengan cara dimulai pendapatnya tentang instrumen yang telah disusun. Setelah data di dapat dan ditabulasikan maka pengujian validitas konstruksi dilakukan dengan analisis faktor yaitu dengan mengkolerasikan antara skor item dengan rumus person product momen.<sup>16</sup>

Sebagai berikut :

$$r^1 = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)x(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (\sum x)^2\}\{n \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  : Koefisien korelasi antara X dan Y

n : jumlah sample

X : jumlah skor item

Y : jumlah skor total

$\sum X^2$  : jumlah kuadrat butir

$\sum Y^2$  : jumlah kuadrat total

$\sum X$  : jumlah skor butir, masing-masing item

$\sum Y$  : jumlah kuadrat butir

---

<sup>16</sup> Sugiyono, metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D , (bandung : Alfabeta 2017), h.183

## 2. Uji Reabilitas

Reabilitas menurut Sugiyono adalah instrumen yang reliabel ialah instrumen yang apabila digunakan beberapa kali akan tetap menghasilkan hasil yang sama.<sup>17</sup> Kemudian Arikunto memaparkan bahwa reabilitas yaitu suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Koesinor dapat dikatakan reliabel jika dapat memberikan hasil relatif sama pada saat dilakukan pengukuran kembali pada obyek yang berlainan pada waktu yang berbeda atau yang memberikan hasil yang tetap. Tujuan dari reabilitas adalah untuk mengetahui konsistensi dari instrumen sebagai alat ukur sehingga hasil pengukuran dapat dipercaya hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran mendapatkan hasil yang relatif sama.

Rumus yang digunakan untuk menguji reabilitas ini adalah dengan menggunakan *Croanbach Alpha*, yaitu :

$$\alpha = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( \frac{s_r^2 - \sum s_i^2}{s_x^2} \right)$$

---

<sup>17</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2017) h.183



Keterangan

$\alpha$  = Reabilitas Instrumen yang dicari

K= Banyaknya butir pertanyaan

$s_r^2$  = Jumlah varians skor tiap-tiap item

$\sum s_i^2$  = Jumlah total seluruh varians masing-masing soal

### 3. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah sebuah uji yang dilakukan dengan tujuan untuk menilai sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atautakah tidak. Berdasarkan pengalaman empiris beberapa pakar statistik, data yang banyaknya lebih dari 30 angka ( $n > 30$ ), maka sudah dapat di asumsikan berdistribusi normal. Biasa dikatakan sebagai sample besar. Uji normalitas yang digunakan adalah Uji Chi Square seringkali digunakan oleh para peneliti sebagai alat uji Normalitas. Berikut rumus Uji Chi

Square :

$$X^2 = \sum \frac{(O_1 - E_1)^2}{E_1}$$

Keterangan :

$X^2$  = Nilai  $X^2$

$O_1$  = Nilai Observasi

$E_1$  = Nilai Harapan

N = Banyaknya angka pada data

## H. Tehnik Pengolahan dan Analisis Data

### 1. Teknik Pengolahan Data

Menurut Notoadmojo setelah data data terkumpul, dapat di lakukan pengolahan data dengan menggunakan *editing*, *coding*, *processing*, dan *cleaning*

- a. *Editing* (pengeditan data), merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuisioner. Apakah semua pernyataan sudah terisi, apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbaca, apakah jawabannya relevan dengan pertanyaannya, dan apakah jawaban-jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan lainnya.
- b. *Coding* (Pengkodean), adalah pemberian/pembuatan kode-kode pada tiap-tiap data yang termasuk dalam kategori yang sama. Kode adalah isyarat yang dibuat dalam bentuk angka-angka/huruf-huruf yang memberikan petunjuk, atau identitas pada suatu informasi atau data yang akan dianalisis.
- c. *Processing*, pada tahap ini yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukkan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program *SPSS 17*.
- d. *Cleaning* (pembersihan data), merupakan pengecekan kembali data yang sudah di entri apakah ada kesalahan atau tidak.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup>Sugiyono, *Op.Cit*, h. 85

## 2. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, dokumentasi, dan skala *rating scale*.

Setelah diberikan perlakuan maka dilakukan proses analisis data untuk mengetahui tingkat efektivitas sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji T atau *independent sample T-test* yang digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sample independen. Analisis data ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 17. Adapun rumus uji T adalah sebagai berikut :

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

Keterangan:

$X_1$  : Nilai rata-rata sample 1 (kelompok eksperimen)

$X_2$  : Nilai rata-rata sample 2 (kelompok control)

$S_1^2$  : Varians total kelompok 1 (kelompok eksperimen)

$S_2^2$  : Varians total kelompok 2 (kelompok control)

$n_1$  : Banyaknya sample kelompok 1 (kelompok eksperimen)

$n_2$  : Banyaknya sample kelompok 2 (kelompok kontrol).<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup>Sugiyono, *Op.Cit*, 2012, h. 138

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 21 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 pada bulan April 2019, yang sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan sasaran/subjek penelitian. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrumen yang bertujuan untuk memperoleh data mengenai profil/gambaran perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib dan sekaligus sebagai dasar penyesuaian isi layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib. Hasil penyebaran instrumen dijadikan analisis awal untuk perumusan layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib yang kemudian diuji coba guna memperoleh keefektivan.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang berjumlah 78 peserta didik. Sedangkan sample penelitian sebanyak 40 peserta didik dengan kriteria perilaku disiplin peserta didik

yang sangat rendah. Dalam sample tersebut dibagi dua kelompok yaitu 20 kelompok eksperimen dan 20 kelompok kontrol.

### 1. Profil Umum Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib

Berdasarkan hasil penyebaran instrumen perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib terhadap 40 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung, diperoleh persentase profil perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib yang selanjutnya dikategorikan dalam empat kriteria sebagaimana yang terdapat pada tabel 9 sebagai berikut.

**Tabel 9**  
**Gambaran Umum Perilaku Disiplin**  
**Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Kelas VIII SMP Negeri 21**  
**Bandar Lampung**

No	Kriteria	Reting Skor	$\Sigma$	Persentase
1	Sangat Tinggi	$\geq 65 - 80$	12	15%
2	Tinggi	$\geq 50 - 65$	20	53,75%
3	Rendah	$\geq 35 - 50$	7	25%
4	Sangat Rendah	$\geq 20 - 35$	5	6,25%
	Jumlah		40	100%

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa perilaku disiplin peserta didik di SMP Negeri 21 Bandar Lampung sebagian besar berada pada kategori tinggi, akan tetapi dalam penelitian ini peneliti berfokus pada peserta didik yang memiliki perilaku disiplin rendah yang akan diberikan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*.

Selanjutnya gambaran perilaku disiplin peserta didik dapat terlihat pada beberapa aspek yaitu (1) peserta didik rajin ke sekolah; (2) mengikuti pelajaran dengan tertib. Sehingga dapat dideskripsikan sebagai berikut:

**a. Gambaran Aspek Peserta Didik Hadir Rajin Kesekolah**

Hasil penelitian menunjukkan gambaran mengenai peserta didik yang rajin hadir kesekolah, terdapat 15 peserta didik (15%) yang sangat tinggi, 9 peserta didik (25%) yang tinggi, 13 peserta didik (30%) yang rendah, 3 peserta didik (5%). Secara rinci disajikan pada tabel 11 sebagai berikut :

**Tabel 11**  
**Gambaran Aspek Peserta Didik Hadir Rajin Kesekolah**

No	Kriteria	Reting Skor	$\Sigma$	Persentase
1	Sangat Tinggi	$\geq 8,57 - 11,14$	15	40%
2	Tinggi	$\geq 5,71 - 8,57$	9	25%
3	Rendah	$\geq 4,57 - 5,71$	13	30%
4	Sangat Rendah	$\geq 2,43 - 4,57$	3	5%
Jumlah			40	100%

Berdasarkan tabel 10 persentase aspek peserta didik yang rajin hadir kesekolah kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung tergolong kategori rendah dan tinggi. Hal itu dapat ditandai dengan perilaku disiplin peserta didik.

### b. Gambaran Aspek Mengikuti Pelajaran dengan Tertib

Hasil penelitian menunjukkan gambaran mengenai peserta didik yang kurang tertib dalam mengikuti pelajaran, terdapat 9 peserta didik (25%) yang tinggi, 13 peserta didik (30%) yang sedang, 15 peserta didik (40%) yang rendah dan 3 peserta didik (5%) yang sangat rendah. Secara rinci disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

**Tabel 12**  
**Gambaran Aspek Mengikuti Pelajaran Dengan Tertib**

No	Kriteria	Reting Skor	$\Sigma$	Persentase
1	Sangat Tinggi	$\geq 4,54 - 5,85$	9	25%
2	Tinggi	$\geq 3,23 - 4,54$	13	30%
3	Rendah	$\geq 2,54 - 3,23$	15	40%
4	Sangat Rendah	$\geq 1,38 - 2,54$	3	5%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 12 persentase aspek mengikuti pelajaran dengan tertib kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung tergolong kategori rendah dan tinggi. Hal itu dapat dilihat dari perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib.

Ringkasan hasil penelitian berdasarkan setiap aspek, maka diperoleh gambaran efektivitas perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung tabel 13 sebagai berikut :

**Tabel 13**  
**Profil Efektivitas Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Berdasarkan Indikator**

Aspek/Indikator	Kriteria	Interval	$\Sigma$	Presentase
<b>Peserta Didik Rajin Hadir Kesekolah</b>	Sangat Tinggi	$\geq 8,57$ – 11,14	15	40%
	Tinggi	$\geq 5,71$ – 8,57	9	25%
	Rendah	$\geq 4,57$ – 5,71	13	30%
	Sangat Rendah	$\geq 1,38$ – 2,54	3	5%
<b>Mengikuti Pelajaran Dengan Tertib</b>	Sangat tinggi	$\geq 4,54$ – 5,85	9	25%
	Tinggi	$\geq 3,23$ – 4,54	13	30%
	Rendah	$\geq 2,54$ – 3,23	15	40%
	Sangat Rendah	$\geq 1,38$ – 2,54	3	5%

Secara keseluruhan dapat diketahui bahwa semua aspek perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib adalah sebagai berikut: (1) peserta didik rajin hadir kesekolah (50%); (2) mengikuti pelajaran dengan tertib (40%).

**2. Efektivitas Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Kelas XI SMP Negeri 21 Bandar Lampung**

**a. pelaksanaan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Kelas VIII Dalam Mematuhi Tata Tertib SMP Negeri 21 Bandar Lampung.**



Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan teknik *self-management* dilaksanakan pada kelompok eksperimen yang berjumlah 10 peserta didik. Kegiatan dilakukan di ruang kelas. Gambaran pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok teknik *self management* adalah sebagai berikut:

**Tabel 14**

No	Tanggal	Kegiatan pelaksanaan
1	Rabu, 24 april 2019	Meminta izin kepada kepala sekolah SMP N 21 Bandar Lampung untuk melakukan penelitian
2	Kamis, 25 april 2019	Perkenalan dengan peserta didik
3	Jumat, 26 april 2019	Pretest
4	Senin, 29 april 2019	Pertemuan I
5	Selasa, 30 april 2019	Pertemuan II
6	Kamis, 1 mei 2019	Pertemuan III
7	Jumat, 3 mei 2019	Posttest

Berdasarkan tabel tersebut, maka pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *self-management* dilakukan sebanyak enam kali pertemuan. Hasil kegiatan teknik *self-management* dievaluasi dengan melakukan posttest. Tujuannya dilakukannya posttest guna pengukuran kembali tentang perilaku kedisiplinan peserta didik setelah dilakukannya treatment dengan melaksanakan konseling kelompok teknik *self-management*.

## 1. Tahap Pertama

Kegiatan bimbingan konseling dengan teknik self-management dimulai dengan mengucapkan salam. Pemateri (peneliti) mengucapkan terimakasih kepada seluruh peserta didik atas kesediannya untuk mengikuti bimbingan konseling dengan teknik *self-management*. Pemateri (peneliti) memimpin doa dengan harapan supaya pelaksanaan bimbingan konseling dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat, pemateri mengawali untuk memulai perkenalan yang dilanjutkan oleh seluruh peserta didik dengan cara bermain game “maju kena mundur kena” secara bergantian meliputi nama, alamat dan hobi. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat, azas, norma, cara pelaksanaan kegiatan teknik *self-management*. Pada tahap pemulaan ini peserta didik terlihat cukup antusias. Selanjutnya pemateri bersama dengan para peserta didik menetapkan kontrak waktu untuk melaksanakan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management*, waktu yang di sepakati sekitar 45 menit untuk pertemuan bimbingan konseling pada pertemuan pertama ini.

Selanjutnya pemateri (peneliti) mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan konseling teknik self-management. Pemateri menanyakan kesiapan kepada seluruh peserta didik untuk memasuki tahap selanjutnya yakni tahap inti dalam teknik *self-management* (tahap *monitoring*). Setelah dipastikan bahwa peserta didik terlihat siap untuk melangkah menuju tahap selanjutnya, kegiatan teknik *self-management* pun dilanjutkan. Pada pertemuan pertama ini, peneliti tidak langsung masuk pada

pengungkapan masalah namun khusus untuk melakukan pembahasan tentang layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* .

Pemateri menanyakan pesan dan kesan anggota secara bergantian serta membahas untuk pertemuan bimbingan konseling berikutnya. Kegiatan bimbingan konseling berikutnya. Kegiatan bimbingan konseling diakhiri dengan doa dan salam.

## **2. Tahap kedua**

*Pretest* diberikan kepada peserta didik kelas VIII yang teridentifikasi memiliki kedisiplinan rendah di SMP Negeri 21 Bandar Lampung , pada tahap ini merupakan tahap pengenalan dan upaya dalam menumbuhkan sikap kebersamaan serta saling menerima satu sama lain, memperkenalkan tujuan atau garis besar sesi konseling pada peserta didik dan mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan berupa layanan konseling *behavioral* dengan *teknik self- management* terhadap kedisiplinan.

Kemudian menjelaskan secara singkat mengenai tujuan dalam kegiatan layanan dan petunjuk pengisian instrumen kedisiplinan. Mayoritas peserta didik memahami dan memberikan informasi tentang kedisiplinan. Hasil dari *pretest* kemudian di analisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat kedisiplinan.

Berdasarkan hasil pengamatan, pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar dilanjutkan dengan peserta didik yang memberikan informasi dalam seluruh item instrumen dapat diisi sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan diselesaikan

pada waktu yang telah ditentukan

**Tabel 15**  
**Hasil *Pretest* kelas eksperimen**

No	Nama	Hasil pretest	Kriteria
1	AFS	50	Tinggi
2	DDF	35	Rendah
3	AP	50	Tinggi
4	NI	45	Tinggi
5	DA	60	Tinggi
6	FM	50	Tinggi
7	ES	45	Rendah
8	FF	35	Rendah
9	RSN	30	Rendah
10	PY	20	Sangat rendah
11	SDPW	45	Rendah
12	RS	45	Rendah
13	FAN	45	Rendah
14	DS	25	Rendah
15	RT	30	Rendah
16	YT	40	Rendah
17	RR	45	Rendah
18	HG	55	Tinggi
19	JK	65	Sangat tinggi
20	ADP	60	Tinggi

### Hasil Pretest kelas Kontrol

1	ASA	65	Sangat tinggi
2	CA	40	Rendah
3	ET	45	Rendah
4	HN	50	Rendah
5	AI	50	Rendah
6	IP	35	Rendah
7	BN	45	Rendah
8	MN	60	Tinggi
9	FAN	40	Rendah
10	AI	40	Rendah
11	DF	50	Rendah
12	RA	65	Tinggi
13	ES	45	Sangat rendah
14	RSN	45	Rendah
15	YO	45	rendah
16	SM	45	Rendah
17	SK	20	Sangat rendah
18	PFA	40	Rendah
19	DA	45	Rendah
20	RA	50	Rendah

### 3. Tahap ketiga

Tahap kedua merupakan tahap awal kegiatan konseling kelompok. Tahap ini merupakan tahap pengenalan sebelum berjalannya layanan konseling

kelompok. Terlebih dahulu peneliti mengatur posisi yang diinginkan agar peserta didik merasa nyaman, tidak terganggu dan konsentrasi, setelah itu peneliti memulai kegiatan dengan mengucapkan salam mengucapkan terimakasih kepada peserta didik yang telah hadir. Selanjutnya peneliti menjelaskan asas kerahasiaan, asas keterbukaan dalam pelaksanaan konseling kelompok. Kemudian peneliti memperjelas masalah peserta didik dan jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan peserta didik telah melibatkan diri, kemudian peneliti membuat rancangan bantuan yang mungkin dilakukan dengan cara membangkitkan semua potensi peserta didik. Kemudian negosiasi kontrak, kontrak waktu yaitu waktu pertemuan yang diinginkan oleh peserta didik dan peneliti setelah itu kontrak kerja sama dalam proses konseling yaitu terbinanya peran dan tanggung jawab bersama antara peneliti dan peserta didik dalam seluruh kegiatan konseling.

#### **4. Tahap keempat**

Kegiatan bimbingan konseling pada tahap permulaan dibuka dengan mengucapkan salam. Pemateri mengucapkan terimakasih kepada peserta didik atas kesediannya dan dilanjutkan dengan memimpin doa. Pemimpin membahas secara singkat mengenai kegiatan teknik *self-management* sebelumnya. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan kembali kepada peserta didik tentang cara pelaksanaan bimbingan konseling teknik *self-management*.

Selanjutnya pemateri (peneliti) bersama dengan peserta didik menetapkan kontrak waktu. Pada tahap permulaan ini peserta didik terlihat lebih

rileks dibandingkan dengan bimbingan konseling sebelumnya. Pada tahap peralihan, pemateri mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan konseling teknik *self-management*. Setelah peserta didik dipastikan siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan bimbingan konseling teknik *self-management* pun dilanjutkan.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini yakni pembahasan topic yaitu tips untuk meningkatkan perilaku disiplin, untuk mengenai permasalahan yang sering dihadapi oleh peserta didik yaitu terlambat datang kesekolah, tidak hadir dengan tidak diberi keterangan, tidak tertib dalam kelas, tidak tertib saat pelajaran berlangsung. Pemateri berusaha sebisa mungkin dengan meyakinkan kepada para peserta didik bahwa pelaksanaan bimbingan konseling dengan teknik *self-management (tahap-evaluation)* ini dijamin kerahasiannya. Satu persatu peserta didik bergantian mengungkapkan permasalahan perilaku disiplin yang di alaminya meski masih terkesan grogi.

Permasalahan peserta didik yang selalu terlambat sekolah dan tidak tertib saat pelajaran berlangsung. Pemateri memberikan materi suatu konsep dasar kedisiplinan di sekolah agar peserta didik dapat menerapkan perilaku disiplin baik di sekolah maupun di luar lingkungan sekolah, kemudian agar teknik *self-management* berjalan dengan lancar peserta didik dapat bertanya jawab dengan peneliti selanjutnya berdiskusi antara peneliti dan peserta didik.

Selanjutnya pemateri menyimpulkan seluruh kegiatan bimbingan konseling yang telah berlangsung. Kemudian peserta didik diminta untuk

mengungkapkan pesan dan kesan terhadap kegiatan bimbingan konseling teknik *self-management* pertemuan kedua ini. Pemateri bersama dengan peserta didik membahas untuk pelaksanaan bimbingan konseling berikutnya, setelah disepakati bimbingan konseling layanan *behavioral* dengan teknik *self-management* ditutup dengan doa dan salam.

## **5. Tahap kelima**

Pada tahap permulaan bimbingan konseling teknik *self-management* dibuka dengan salam dan berdoa. Pemateri memberikan penjelasan singkat tentang kegiatan *self-management*. Pada pertemuan yang ketiga ini peserta didik menyepakati untuk membahas mengenai topik bebas, yaitu kemalasan melaksanakan tugas rutin secara disiplin dan tidak rajinnya peserta didik pergi kesekolah. Karena menurut mereka permasalahan yang dialami oleh mereka hampir sama yaitu sama-sama merasa kurang menghargai waktu. Sehingga dalam teknik *self-management (self-reinforcement)* ini sebisa mungkin pemateri mendorong aktif peserta didik untuk membantu dan mengeluarkan pendapat terkait pembahasan tersebut.

Pemateri menayakan kembali masalah yang dihadapi peserta didik dan materi yang sudah dibahas sebelumnya yaitu kedisiplinan di sekolah, dari beberapa peserta didik diketahui bahwa masih banyaknya peserta didik yang masih kurang disiplin dan kurang memahami materi sebelumnya.

Pada tahap ini pemateri memberikan penguatan diri (*self-reinforcement*) dengan memberikan suatu perlakuan melalui ceramah dan diskusi



yaitu cara menaati tata tertib sekolah dengan manajemen waktu. Tujuannya tak lain yakin agar peserta didik lebih mengetahui bahwa setiap dalam diri mereka bisa diubah menjadi lebih baik lagi terutama dalam hal disiplin dalam mematuhi tata tertib. Peserta didik pun mendengarkan secara seksama.

Pemateri menginformasikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Pertemuan ketiga ini, pemateri menyimpulkan kegiatan yang telah dilalui pada teknik *self-management* kali ini. Selanjutnya pemateri dan peserta didik membahas waktu dan tempat untuk melaksanakan Layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* ditutup dengan doa dan salam.

## **6. Tahap keenam**

Tahap permulaan ini diawali dengan salam dan berdoa bersama. Pemateri menjelaskan kembali mengenai kegiatan bimbingan konseling kepada seluruh peserta didik. Pemateri dan peserta didik menyepakati waktu yang akan ditempuh dalam layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* yaitu 45 menit. Pada tahap ini pemateri mengulas kembali mengenai kegiatan yang akan ditempuh. Pemateri memastikan kesiapan peserta didik untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Setelah dapat dipastikan bahwa peserta didik telah siap untuk melanjutkan kegiatan, kegiatan teknik *self-management* pun dilanjutkan. Pada tahap kegiatan ini seluruh peserta didik membahas dan memecahkan masalah yang telah disepakati bersama. Pertemuan keempat ini target *behavioral* yakni di mana sasaran perilaku peserta didik agar lebih disiplin dalam mematuhi tata tertib dan berkomitmen dalam berperilaku disiplin.

Pada pertemuan keempat ini peserta didik sudah mulai sadar dan mau mengungkapkan pendapatnya. Setiap peserta didik memberikan motivasi satu sama lain sehingga setiap peserta didik berani untuk memberikan pendapatnya. Pemateri juga memberikan motivasi terhadap semua peserta didik. Kegiatan dihari keempat ini dilanjutkan dengan memberikan suatu penjelasan dengan bantuan media power point, adapun tema yang diberikan pemateri yakni konsisten dalam berperilaku disiplin. Peserta didik begitu sangat antusias menyaksikan paparan penjelasan bagaimana konsisten dalam berperilaku disiplin. Sbelum kegiatan ini ditutup peneliti memberikan angket skala perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib kepada peserta didik (posttest).

Pada tahap pengakhiran materi menyimpulkan kegiatan yang telah dibahas dalam pertemuan keempat ini. Pemateri meminta kesan dan pesan terkait pelaksanaan konseling kelompok. Pada pertemuan terakhir ini peserta didik dan pemateri (penulis) secara bersama-sama saling menuliskan harapan kepada pemateri (penulis) dan diakhiri dengan salam dan doa.

**Tabel 16**  
**Hasil Posttest kelas eksperimen**

No	Nama	Hasil post-test	Kriteria
1	AFS	60	Tinggi
2	DDF	55	Tinggi
3	AP	55	Tinggi
4	NI	65	Sangat Tinggi
5	DA	65	sangat Tinggi

6	FM	55	Tinggi
7	ES	60	Tinggi
8	FF	55	Tinggi
9	RSN	50	Tinggi
10	PY	55	Tinggi
11	SDPW	60	Tinggi
12	RS	65	Sangat tinggi
13	FAN	60	Tinggi
14	DS	80	Sangat tinggi
15	RT	65	Sangat tinggi
16	YT	50	Tinggi
17	RR	60	Tinggi
18	HG	60	Tinggi
19	JK	75	Sangat tinggi
20	ADP	60	Tinggi

#### Hasil Postest Kelas Kontrol

1	ASA	75	Sangat tinggi
2	CA	55	Tinggi
3	ET	55	Tinggi
4	HN	65	Sangat tinggi
5	AI	55	Tinggi
6	IP	65	Sangat tinggi
7	BN	55	Tinggi
8	MN	60	Tinggi

9	FAN	60	Tinggi
10	AI	55	Tinggi
11	DF	55	Tinggi
12	RA	65	Sangat Tinggi
13	ES	55	Tinggi
14	RSN	60	Tinggi
15	YO	55	Tinggi
16	SM	75	Sangat tinggi
17	SK	65	Sangat tinggi
18	PFA	55	Tinggi
19	DA	60	Tinggi
20	RA	70	Sangat tinggi

**b. Hasil Uji Efektivitas Konseling *Behavioral* Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Kelas VIII Dalam Mematuhi Tata Tertib SMP Negeri 21 Bandar Lampung.**

Efektivitas konseling *behavioral* teknik *self-management* terhadap perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib dapat dilihat dari perbandingan hasil gain score pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling *behavioral* teknik *self-management*. Sebelum dilakukan perbandingan gain score, terlebih dahulu dilakukan uji t untuk mengetahui pengaruh konseling *behavioral* teknik *self-management*.

### 1) Uji Asumsi Statistik

Sebelum data mengenai perilaku disiplin diolah lebih lanjut, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dengan statistik uji kolmogorov smirnov jika  $\text{sig} > 0.05$  (berdistribusi normal), jika  $\text{sig} < 0.05$  (berdistribusi tidak normal). Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data perilaku disiplin peserta didik memiliki distribusi normal dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 17**  
**Uji Normalitas Data Kolmogorov Smirnov Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
hasil belajar pretest siswa eksperimen	.192	20	.052	.965	20	.650
post-test eksperimen	.227	20	.008	.885	20	.722
pre-test kontrol	.196	20	.043	.910	20	.064
post-test kontrol	.253	20	.002	.808	20	.071

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa semua data berdistribusi normal karena  $\text{sig} > 0.05$  .

### 2) Uji Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Self-Management Dalam Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Secara Keseluruhan.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

$H_0$  = layanan *behavioral* dengan teknik *self-management* tidak efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik kelas VIII dalam mematuhi tata tertib di SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

$H_a$  = layanan *behavioral* dengan teknik *self-management* efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik kelas VIII dalam mematuhi tata tertib di SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

$$H_0: \mu_1 \neq \mu_0$$

$$H_1: \mu_1 = \mu_0$$

Hasil Uji Paired Sample Test pada pretest dan posttest kelompok eksperimen terhadap perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib di dapat hasil sebagai berikut :

**Tabel 18**  
**Paired Sample Tes**

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	PRETEST - POSTTEST	-1.70000E1	12.44475	1.96769	-20.98002	-13.01998	-8.640	39	.000

Berdasarkan dari hasil pretest dan posttest kelompok eksperimen diperoleh hasil perhitungan pengujian diperoleh  $t_{hitung} -8.640$  pada derajat kebebasan (df)39 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel} 0,05 = 1,833$ , maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  ( $-8.640 \geq 1,833$ ), nilai sign(2-tailed) lebih kecil dari nilai krtik 0,005 ( $0,000 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima, selain itu nilai perbandingan rata-rata kelompok eksperimen hasil pretest dan posttest (36,3-59,8) terdapat perbandingan rata-rata yang signifikan (23,5). Maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* dapat meningkatkan perilaku disiplin peserta didik.

Berdasarkan hasil uji *t independen sample test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terhadap perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib didapat hasil sebagai berikut:

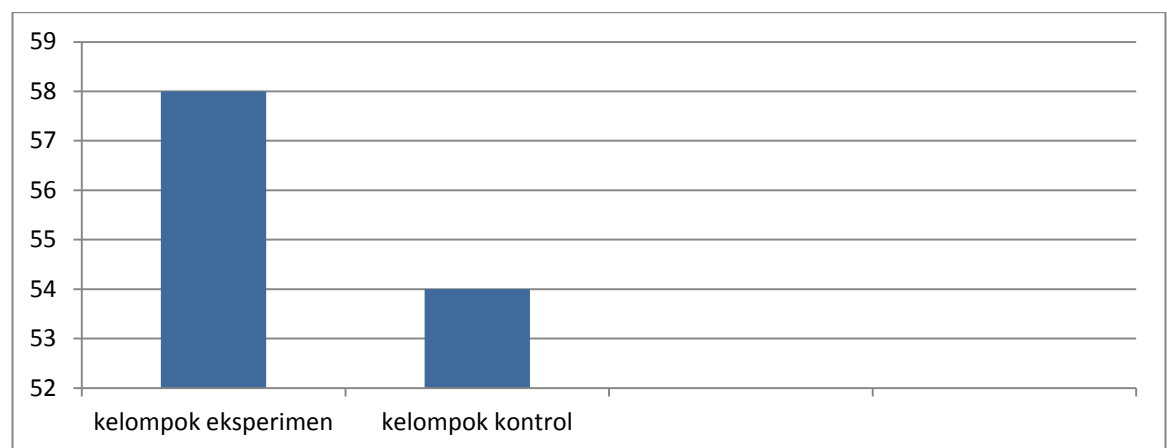
**Tabel 18**  
**Hasil Uji t Independen Efektivitas Perilaku Disiplin Peserta Didik**  
**Dalam Mematuhi Tata Tertib Kelompok Eksperimen dan Kontrol**  
**Secara Keseluruhan**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statiistik uji t	Sig	Sig.2 tailed	keterangan
Eksperimen	59.8000	2.20101	4.20000	3.211	166	0.005	Signifikan
Kontrol	53.6000	3.50238					

Berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh  $t_{hitung} 3,211$  pada derajat kebebasan (df) 18 kemudian dibandingkan dengan  $t_{tabel} 0,05 = 2,596$  maka  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  ( $3,211 \geq 2,596$ ), ini menunjukkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu di dapat nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $59,8000 \geq 55,6000$ ). Jika dilihat dari nilai rata-rata, maka

peningkatan efektivitas disiplin pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding dengan kelompok kontrol. Gambar 2 menunjukkan rata-rata peningkatan perilaku disiplin kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

**Gambar 2**  
**Grafik Rata-Rata Peningkatan**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**



**1) Hasil Uji Efektivitas *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Peilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Tata Tertib Pada Aspek Peserta Didik Rajin Hadir Kesekolah.**

Hasil uji efektifitas konseling *behavioral* dengan teknik *self- management* untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib pada peserta didik rajin hadir kesekolah diperoleh hasil sebagai berikut:

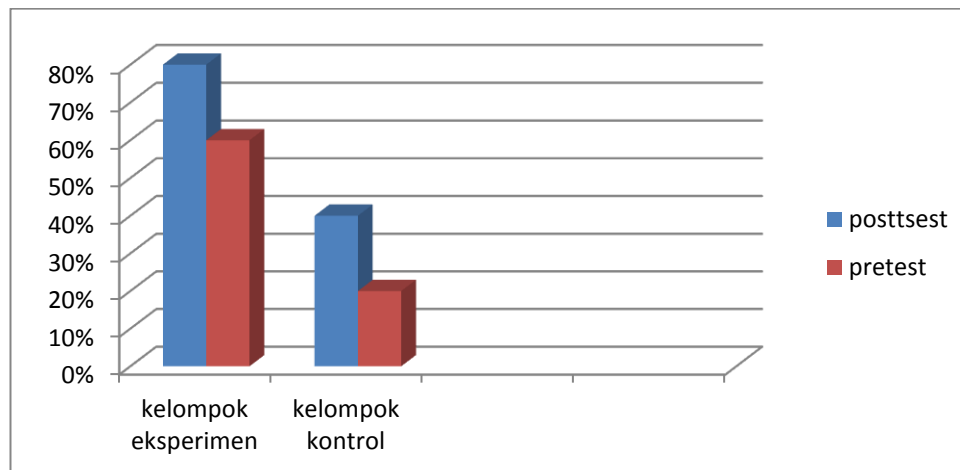
**Tabel 19**  
**Hasil Uji t Independen Efektivitas Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Pada Kelompok Eksperimen Dan Kontrol Pada Peserta Didik Rajin Hadir Kesekolah**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statiistik uji t	Sig	Sig.2 tailed	keterangan
Eksperimen	60.7000	2.66875	5.20000	5.019	0,168	0,000	Signifikan
Kontrol	55.5000	1.90029					



Berdasarkan Tabel 16, tampak bahwa pada aspek peserta didik rajin hadir kesekolah hasil uji t independen kelompok eksperimen dan kontrol adalah signifikan karena memiliki nilai  $sign. 2. Tailed < 0,05 (0,000 \leq 0,05)$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan aspek peserta didik rajin hadir kesekolah antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Jika dilihat dari rata-rata maka peningkatan aspek peserta didik rajin hadir kesekolah pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol hal ini menunjukkan bahwa penerapan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* pada kelompok eksperimen lebih berpengaruh positif dalam meningkatkan peserta didik rajin hadir kesekolah pada proses peningkatan perilaku disiplin dari pada metode lain yang diterima peserta didik pada kelompok kontrol. Gambar 3 berikut menyajikan rata-rata peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada aspek peserta didik rajin hadir kesekolah.

**Gambar 3**  
**Grafik Rata-Rata Peningkatan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Aspek Peserta Didik Rajin Kesekolah**



**2) Hasil Uji Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Pada Aspek Mengikuti Pelajaran dengan Tertib**

Hasil uji efektivitas konseling behavioral teknik self-management dalam menangani masalah perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib pada aspek mengikuti pelajaran dengan tertib diperoleh hasil seperti yang tersaji pada tabel 17 berikut:

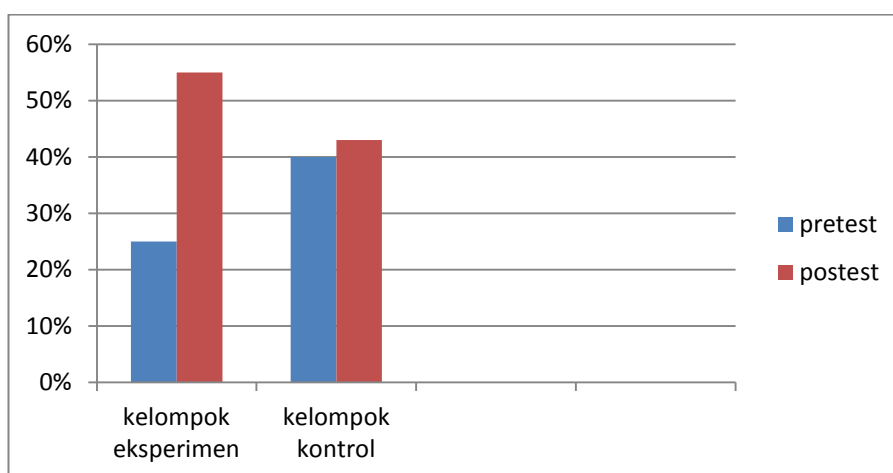
**Tabel 20**  
**Hasil Uji t Independen Efektivitas Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Mengikuti Pelajaran dengan Tertib**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statiistik uji t	Sig	Sig.2 tailed	keterangan
Eksperimen	59.6000	3.50238	5.70000	4.284	0,170	0.000	Signifikan
Kontrol	53.9000	2.33095					

Berdasarkan tabel 17, tampak bahwa aspek mengikuti pelajaran dengan tertib hasil uji *t Independen-sample t tes* adalah signifikan karena memiliki nilai  $\text{sig} \leq 0,05$ . Hal ini berarti bahwa ada perbedaan *pretest* dan *posttest*, serta mengalami peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib setelah dilakukan layanan *behavioral* teknik *self-management*. Gambar 4 berikut menyajikan rata-rata peningkatan perilaku disiplin perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada aspek mengikuti pelajaran tata tertib.

**Gambar 4**

**Grafik Rata-Rata Peningkatan Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Aspek Mengikuti Pelajaran dengan Tertib**



### 3) Perbandingan Nilai *Pre-test*, *Post-Test*, dan *Gain Score*

Setelah dilakukan layanan konseling *behavioral* teknik *self-management* di dapat hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score* sebagai berikut :

**Tabel 21**

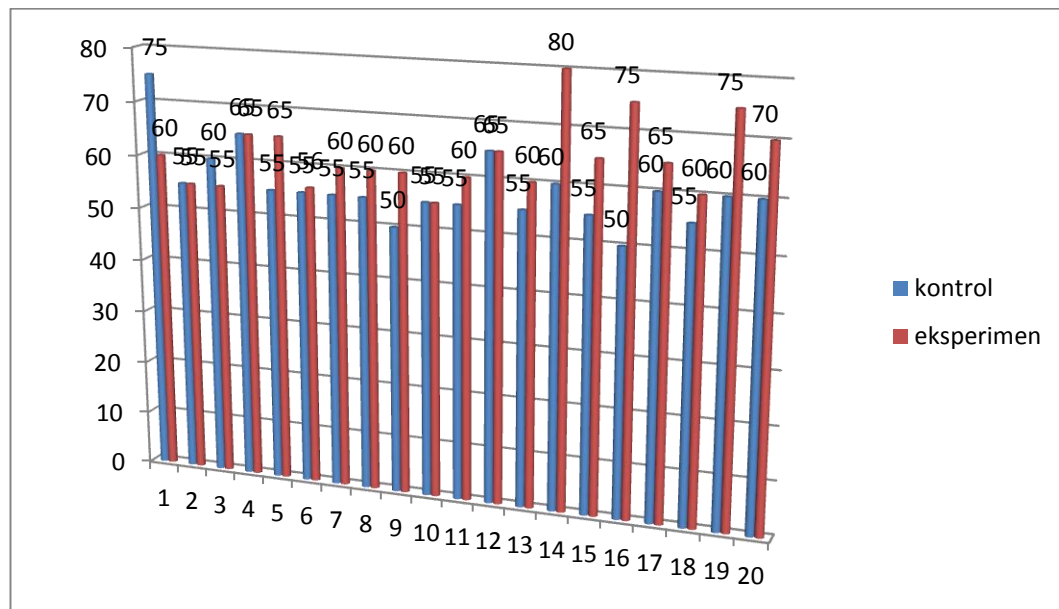
**Deskripsi Data Pretest, Posttest, Gain score**

Kelompok Eksperimen			Gain score	Kelompok kontrol			Gain Score
No	Pretest	Posttest		No	Pretest	Posttest	
1	50	60	10	1	65	75	10
2	35	55	20	2	45	55	10
3	50	60	10	3	45	55	5
4	45	65	20	4	50	65	15
5	60	65	5	5	50	55	5
6	50	55	5	6	35	65	30
7	45	60	20	7	45	55	10
8	35	55	20	8	60	60	0
9	30	50	20	9	40	60	20
10	20	55	35	10	20	55	35
11	45	60	20	11	50	55	5
12	45	65	20	12	65	65	0
13	45	60	20	13	35	55	20
14	25	80	55	14	45	60	20
15	30	65	30	15	45	55	10
16	20	50	30	16	45	75	25
17	45	60	20	17	20	65	45
18	55	65	10	18	40	55	10
19	65	75	10	19	45	60	20
20	60	70	10	20	50	70	20
<b>Σ</b>	875	1265	<b>370</b>		870	1215	<b>335</b>
<b>Rata-Rata</b>	<b>43,75</b>	<b>63,00</b>	<b>18,5</b>	<b>Rata-Rata</b>	<b>43,5</b>	<b>60,75</b>	<b>16,75</b>

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami kenaikan, pada kelompok eksperimen ( $43,75 \leq 63,00$ ) dan pada kelompok kontrol ( $43,5 \leq 60,75$ ). Namun, meskipun kedua kelompok sama-sama mengalami peningkatan, tetapi nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi dan kelompok eksperimen mengalami peningkatan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *post-test* kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $63,00 \geq 60,75$ ). maka, dapat disimpulkan bahwa setelah pemberian layanan konseling *behavioral* teknik *self-management* peserta didik mengalami peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib.

Untuk lebih jelasnya, peningkatan perilaku disiplin dapat dilihat pada gambar berikut:

**Gambar 5**  
**Grafik Peningkatan Perilaku Disiplin**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**



**4) Hasil Uji Efektivitas Layanan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management* Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Kelas VIII Dalam Mematuhi Tata Tertib Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Layanan Konseling *Behavioral* Dengan Teknik *Self-Management*.**

Uji efektivitas perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib diperoleh dengan membandingkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib sebelum dilakukan layanan konseling *behavioral* teknik *self-management* dan setelah dilakukan layanan konseling *behavioral* teknik *self-management*, yang menunjukkan adanya pengaruh layanan konseling *behavioral* teknik *self-management* terhadap perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib. Hal ini juga dibuktikan berdasarkan data hasil uji efektivitas menggunakan analisis statistik yakni *uji t*, diperoleh gambaran bahwa terdapat

perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan hasil *posttest* kelompok eksperimen, sebagaimana dijelaskan pada tabel 19:

**Tabel 22**  
**Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib**  
**Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Konseling Behavioral Teknik Self-**  
**Management**

Kelompok	Rata-rata	Sd	Perbedaan Rerata	Statiistik uji t	Sig	Sig.2 tailed	Keterangan
Eksperimen	36.3000	2.20101	23.50000	28.854	120	0.000	Signifikan
Kontrol	59.8000	1.33749					

Uji data tersebut diketahui bahwa terjadi peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib, sebelum diberi perlakuan/pre-test nilai rata-rata 36,3000 setelah melakukan konseling kelompok pendekatan behavioral teknik self-management pos-tes nilai rata-rata meningkat menjadi 59.8000, jadi dapat disimpulkan bahwa konseling *behavioral* teknik *self-management* efektif dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

## **B. Pembahasan**

### **1.Pembahasan Profil/Gambaran Umum Perilaku Disiplin Peserta Didik Dalam Mematuhi Tata Tertib Kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung.**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung terdapat peserta didik yang berada pada kategori antara

rendah dan sangat rendah. Apabila perilaku disiplin peserta didik yang rendah dan sangat rendah dibiarkan maka akan dapat menghambat proses belajar mengajar bagi peserta didik tersebut, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar peserta didik. Disiplin memang seharusnya perlu diterapkan disekolah untuk kebutuhan belajar peserta didik. Hal ini perlu ditanamkan untuk mencegah perbuatan yang membuat peserta didik tidak mengalami kegagalan, melainkan keberhasilan. Disiplin yang selalu terbayang adalah usaha untuk menyekat, mengontrol dan menahan. Sebenarnya tidak hanya demikian disini lain juga melatih, mendidik, mengatur hidup berhasil dan lebih baik dalam keteraturan. Tujuan dasar diadakannya disiplin ada 2 yaitu :

1. Membantu anak didik untuk menjadi mmatang peribadinya dan mengembangkan diri dari sifat-sifat ketergantungan ketidak bertanggung jawaban menjadi bertanggung jawab, dan
2. Membantu anak mengatasi dan mencegah timbulnya problem disiplin dan menciptakan situasi yang favorebel bagi kegiatan belajar mengajar dimana mereka mentaati peraturan yang ditetapkan.<sup>1</sup>

Kondisi perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung berdasarkan persentase tertinggi urutan aspek minat belajar adalah sebagai berikut:

1. Peserta didik rajin hadir kesekolah (50%); dan
2. Mengikuti pelajaran tata tertib (40%).

---

<sup>1</sup> Soekarto Indra Fachrudin, Administrasi Pendidikan, Tim Publikasi , FIB IKIP Malang, 1989, hlm: 108



Dengan hasil tersebut maka peneliti mengajukan pendekatan konseling *behavioral* teknik *self-management* untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib. Gie menyatakan *self-management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.<sup>2</sup>

## **2. Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Peserta Didik Kelas VIII Dalam Mematuhi Tata Tertib SMP Negeri 21 Bandar Lampung**

Berdasarkan analisis data menunjukkan adanya perbedaan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib setelah di laksanakan layanan konseling *behavioral* teknik *self-management*. Adapun peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib dapat dilihat melalui indicator perilaku disiplin, yaitu :

### **a. Peserta Didik Rajin Hadir Ke Sekolah**

Pada aspek ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase aspek peserta didik rajin hadir kesekolah pada kelompok eksperimen *pretest* lebih kecil dari *posttest* ( $36,6\% \leq 60,70\%$ ), dan pada kelompok kontrol persentase indikator peserta didik rajin hadir kesekolah pada saat *pretest* lebih kecil dari pada *posttest* ( $41,3\% \leq 55,50\%$ ).

---

<sup>2</sup>Gie, The Liang, Cara Belajar Yang Baik Bagi Mahasiswa edisi Kedua. Yogyakarta: Gadjah Mada University, 2000, hlm 77

Peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib pada aspek ini dapat dilihat dari perilaku peserta didik yang mulai mematuhi tata tertib sekolah dengan sendirinya tanpa ada paksaan atau tekanan dari guru peserta tidak ada peserta didik yang sengaja datang terlambat datang kesekolah.

#### **b. mengikuti Pelajaran Dengan Tertib**

Pada aspek ini mengalami peningkatan hal ini terlihat pada persentase aspek mengikuti pelajaran tata tertib pada kelompok eksperimen pretest lebih kecil dari posttest ( $38,9\% \leq 59,60\%$ ), dan pada kelompok kontrol persentase indikator mengikuti pelajaran dengan tertib pada saat pretest lebih kecil dari pada posttest ( $45,3\% \leq 53,90\%$ ).

Peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib pada aspek ini dapat dilihat dari perilaku peserta didik yang sudah dapat mengikuti pelajaran yang sedang berlangsung dengan tenang dan fokus terhadap guru yang menjelaskan materi dan tidak ada peserta didik yang bermain-main serta mengobrol dengan temannya pada saat pelajaran berlangsung.

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

didik dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib.

Tercapainya tujuan penelitian mulai terlihat dimana peserta didik sangat berantusias dalam proses pemberian layanan. Peserta didik antusias dalam mengungkapkan ide dan gagasannya, adanya interksi yang baik antara pemimpin kelompok dan peserta didik sehingga peserta didik saling memberikan pendapat dan saran ketika kegiatan berlangsung. Dan ketika kegiatan akan berakhir peserta didik saling bergantian untuk menyimpulkan pemahaman materi yang kan dibahas.

### **c. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini menunjukan bahwa *behavioral* dengan teknik *self-management* efektif dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung, baik secara keseluruhan maupun tiap aspeknya. Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan sebaik mungkin, namun peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini dimana masih sebagian peserta didik yang kurang dapat memahami materi yang telah diberikan, belum pernah dilakukannya pelaksanaan teknik *self-management* dari guru BK sehingga peneliti harus lebih maksimal dalam memberikan konseling kelompok dengan teknik *self-management* pada peserta didik di SMP Negeri 21 Bandar Lampung.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ditunjukkan dengan analisis data dan pembahasan maka penulis dapat menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan *behavioral* dengan teknik *self-management* di kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung efektif untuk meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib. Gambaran perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung bahwa terdapat peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib baik dari kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

1. 1. Pada kelompok eksperimen terdapat persentase rata-rata 43,75% menjadi 63,00% dengan demikian menjelaskan bahwa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib sebanyak 18,5%.
2. Pada kelompok kontrol menunjukkan persentase dari 43,5% menjadi 60,75% ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pada kelompok kontrol sebanyak 16,75%. Kedua kelompok sama-sama mengalami peningkatan, hal ini dapat dilihat dari hasil posttest kelompok eksperimen mengalami

peningkatan lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol ( $63,00 \geq 60,75$ ). menunjukkan bahwa layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib.

3. Peningkatan layanan konseling *behavioral* dengan teknik *self-management* alam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik terbukti dari hasil uji t. Berdasarkan hasil perhitungan pengujian diperoleh thitung 3,211 pada derajat kebebasan (df) 18 kemudian dibandingkan dengan ttabel  $0,05=2,596$ , maka thitung  $\geq$  ttabel ( $3,211 \geq 2.596$ ), nilai sign(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0.005 \leq 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, selain itu didapat nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok kontrol ( $63,0000 \geq 60,75000$ ). Jika dilihat dari nilai rata-rata, maka peningkatan efektivitas disiplin pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding dengan kelompok kontrol.

Secara keseluruhan penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa konseling kelompok pendekatan *behavioral* dengan teknik *self-management* efektif dalam meningkatkan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib. Efektivitas konseling *behavioral* teknik *self-management* ditandai dengan adanya peningkatan perilaku disiplin peserta didik dalam mematuhi tata tertib. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan dan perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest*.

## **B. Saran**

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

1. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan meningkatkan perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib sehingga dapat mencapai tujuan belajar dan prestasi belajar yang lebih baik.
2. Guru bimbingan dan konseling agar dapat melaksanakan layanan konseling kelompok pendekatan *behavioral* teknik *self management* agar dapat mampu membantu meningkatkan perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib dan tertib dalam absendi, bertanggung jawab, jujur, serta ,menghormati orang lain.
3. Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian mengenai perilaku disiplin dalam mematuhi tata tertib hendaknya dapat bekerjasama dengan pihak lain seperti orang tua maupun guru wali kelas/mata pelajaran, serta sebelum diadakan bimbingan dan konseling kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah-masalah terkait perilaku disiplin peserta didik secara mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu dan Nur Uhbiyati. *Ilmu Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta, 2001
- Imron, Ali. *Manajemen Peserta Didik Berbasis Sekolah*. Jakarta : Bumi Aksara, 56  
2012
- Sutoyo, Anwar. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012
- Arintoko. *Wawancara Konseling di Sekolah*. C.V Andi Offset, Yogyakarta, 2011
- Atmodiworo, S. *Manajemen Pendidikan Indonesia*. Jakarta : PT. Ardadizya, 2000
- Aqip, Z. *Pendidikan Karakter Membangun Perilaku Positif Anak Bangsa*.  
(Bandung : Yrama Widia, 2006)
- Al-Quran dan Terjemahnya. *Al-Kahf Ayat 66*
- Charless, S. *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak*. Jakarta : Mitra  
Utama, 1980
- Semiawan R Conny. *Penerapan Pembelajaran Pada Anak*. Jakarta: Indeks, 2009
- Durkhiem, Emile. dalam Thomas Lickona. *Pendidikan Karakter Panduan Lengkap  
Mendidik Siswa Menjadi Pinter dan Baik*. Bandung: Erlangga, 2009
- Awalyn Eni. *Efektivitas Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan  
Kedisiplinan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Bandung Tahun Ajaran  
2014/2015*. 2015, (Skripsi, Universitas Nusantara PGRI Kediri)
- Lestri Wahyu Farikha. *Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Dalam Menaati  
Tata Tertib Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik*



*Modelling Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 11 Semarang Tahun Ajaran 2010/2011*. 2011 (skripsi, Universitas Negeri Semarang)

Gie, The Liang. *Cara Belajar Yang Baik bagi Mahasiswa Edisi Kedua*.  
Yogyakarta : Gajah Mada University Press, 2000

Gunarsa. *Konseling dan Psikoterapi*. Gunung Mulia, Jakarta, 2004

Hartono, Soemardji. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Erlangga, 1978

Arsana Made I. *Hubungan Pelaksanaan Tata Tertib Sekolah dengan Pendidikan Moral di SMP Negeri 11 Surabaya*. (diakses tanggal 10 Januari 2019 jam 13.50)

Creswell, John. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*.  
Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2013

Komalsari dkk. *Teori dan Teknik Konseling*. PT. Indeks, Jakarta, 2011

Sutisna Oteng. *Administrasi Pendidikan Dasar Teoritik Untuk Praktek Profesional*. Bandung : Angkasa, 1983

Sochib, Moh *Pola Asuh Orang Tua: Untuk Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri*. Jakarta: Rineka Cipta, 2003.

Allamri, Nurdjana. *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah, Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun Pelajaran 2014/2015*. 2015 (Skripsi, Universitas Maria Kudus)

- Prasetyo Bambang dan Lina Miftahul Jannah. *Metode Penelitian Kuantitatif*,  
Grafindo Persada, Jakarta, 2012
- Prihatin, Eka. *Manajemen Peserta Didik*. Bandung : Alfabeta, 2014
- Sugiyono. *Metode Penelitiian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung, Alfabeta,  
2013
- Gani Abdul Ruslan. *Efektifitas Layanan Konseling Behavioral Dengan Teknik  
Self-Management Untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada  
Peserta Didik Kelas XISMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung 2016*, (Skripsi,  
Universitas Islam Negeri Lampung)
- Raniati Wirna. *Bimbingan Konseling untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa  
SMA IT AbuBakar Yogyakarta Tahun Ajaran 2016/2017*, skripsi,  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016

## DOKUMENTASI PENELITIAN

1. melakukan konseling



2. Membagikan Koesioner/angket perilaku disiplin pada peserta didik kelas VIII



### 3. Foto Saat sesudah melakukan posttest



### 4. Sedang menjelaskan isi RPL

