

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SELF-MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU
TERLAMBAT DATANG KE SEKOLAH PESERTA DIDIK KELAS XI
MA AL-KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN
TAHUN AJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

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

Oleh :

**DESI RISKAYANTI
NPM : 1511080211**

Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1441 H/2019 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
SELF-MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU
TERLAMBAT DATANG KE SEKOLAH PESERTA DIDIK KELAS XI
MA AL-KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN
TAHUN AJARAN 2019/2020**

SKRIPSI

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

Oleh :

**DESI RISKAYANTI
NPM : 1511080211**

Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag

Pembimbing II : Dr. Hj. Rifda EI Fiah, M.Pd

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

LAMPUNG

1441 H/2019 M

ABSTRAK

Disiplin merupakan suatu perilaku yang harus dilakukan oleh semua orang dalam mentaati peraturan atau norma-norma yang berlaku dalam masyarakat, sekolah maupun negara. Dalam penelitian ini penulis hanya berfokus pada disiplin waktu dan salah satunya yaitu untuk mengurangi perilaku terlambat peserta didik datang ke sekolah. Oleh karena itu penulis menggunakan *Self-management* dalam upaya mengurangi perilaku terlambat peserta didik datang ke sekolah dikarenakan *Self-management* merupakan metode untuk membantu konseli untuk mengarahkan tingkah laku diri sendiri. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020. Jenis penelitian ini adalah *Pre-eksperimental designs* dengan desain penelitian *One-group pretest-posttest design*. Sample penelitian ini adalah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan yang dikategorikan disiplin waktu rendah. Kemudian didapatkan 10 sampel dengan kategori Sangat tinggi melalui teknik *Random Sampling* untuk menangani disiplin waktu yang rendah pada peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah di berikan Treatment Terdapat perbedaan skor *Mean* sebelum diberikan *treatment* 66.50 dan *Mean posttest* setelah diberikan *treatment* menurun menjadi 25.30. Dari hasil uji *Wilcoxon*, nilai *Z* yang didapat sebesar -2,810 dengan *p Value* (*Asymp. Sig 2 Tailed*) sebesar 0,05 dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menerima H_a atau yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara kelompok sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh dari layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Self-management, Perilaku Terlambat*

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul. “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self-management* Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020 ini sepenuhnya adalah karya saya sendiri. Tidak ada bagian didalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandar Lampung, September 2019

Desi Riskayanti
NPM. 1511080211



KEMENTERIAN AGAMA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SELF-MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI PERILAKU TERLAMBAT DATANG KE SEKOLAH PESERTA DIDIK KELAS XI MA AL-KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN AJARAN 2019/2020.**

Nama : **Desi Riskayanti**

NPM : **1511080211**

Jurusan : **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

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

Pembimbing I

Pembimbing II


Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag

NIP. 195804171986031002


Dr. Rifda El Fiah, M.Pd

NIP. 1967062219940322002

Mengetahui

Ketua Jurusan Bmbingan Konseling Pendidikan Islam


Dr. Rifda El Fiah, M.Pd

NIP. 1967062219940322002



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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703260

PENGESAHAN

Skripsi “**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU TERLAMBAT DATANG KE SEKOLAH PESERTA DIDIK KELAS XI MA AL-KHAIRIYAH NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN AJARAN 2019/2020**”, Disusun oleh **DESI RISKAYANTI, NPM: 1511080211** Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari Rabu, 9 Oktober 2019.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Prof. Dr. H. Syaiful Anwar, M.Pd (.....)

Sekertaris : Mega Aria Monica, M.Pd (.....)

Penguji Utama : Defriyanto, S.I.Q., M.Ed (.....)

Penguji Pendamping I : Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag (.....)

Penguji Pendamping II : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd (.....)

Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

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

MOTTO

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجِدِّ لَهُمْ بِآيَاتِي هِيَ أَحْسَنُ
إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ١٢٥

Artinya: “Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk.”

(QS. An-Nahl: 125)¹



¹ Departemen Agama RI, *Terjemah Al-Qur'an Al-Karim*, (Bandung: PT. Alma'arif, 1987), h. 254.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT yang maha pemberi segalanya berupa kebaikan dan dari hati yang terdalam, skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua Orang Tuaku tercinta Bapak Muhaimin (Alm) dan Ibu Sunariyah, yang sangat menyayangi dan selalu memiliki rasa sayang, selalu mendoakan dan memberikan dukungan moril maupun materi yang tiada henti untuk kesuksesanku. Orang Tua adalah yang paling berharga dalam hidupku doanya yang tiada henti dalam setiap sujudnya selalu mendoakanku agar selalu berada dalam kebaikan. Semoga Allah SWT selalu menjaga, melindungi dan selalu bahagia jiwa dan hatinya selalu dalam lindungan serta inayah mu, semoga selalu ada keberkahan dalam setiap langkahnya.
2. Terimakasih untuk Kakak-kakakku tercinta Muhayah, Supriyadi, Muti'ah, Mufarohah, Munawaroh, Ahmad Nawawi, Ahmad Zaini Efendi, Siti Masruroh, dan adikku tercinta Dede Khoirunnisa yang selalu memberikan semangat kepadaku penghibur diselah-selah lelah ku.
3. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung tempat aku mengais ilmu-ilmu yang Rabbani semoga semakin jaya, berkualitas dan semakin didepan dengan nilai-nilai kebaikan.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Desi Riskayanti, lahir di Natar, Kabupaten Lampung Selatan pada tanggal 17 Oktober 1997. Yang merupakan putri ke sembilan dari sepuluh bersaudara yang terlahir dari pasangan suami istri Bapak Muhaimin (Alm) dan Ibu Sunariyah.

Pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh penulis antara lain pendidikan di MI Al-Khiariyah Natar, lulus pada tahun 2009. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di MTs Al-Khairiyah Natar, lulus pada tahun 2012. Setelah itu penulis melanjutkan pendidikan di MA Al-Khairiyah Natar, dan lulus pada tahun 2015.

Dengan mengucap alhamdulillah dan puji syukur kehadiran Allah SWT serta berkat dukungan kedua orang tua dan keluarga besar, sehingga penulis dapat melanjutkan pendidikan keperguruan tinggi yaitu pada tahun 2015 penulis terdaftar sebagai mahasiswi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung melalui jalur UM-PTKIN pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Pada tanggal 24 Juli sampai dengan 28 Agustus 2018 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Purwosari, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan. Selanjutnya pada tanggal 10 Oktober sampai dengan 28 November 2018 penulis melakukan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP Negeri 24 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam atas rahmat dan hidayah-Nya, yang telah memberikan kepada kita kemudahan dalam menuntut ilmu pengetahuan kesehatan untuk menikmati sesi-sesi kehidupan, tak lupa limpahan karunia serta petunjuk sehingga Skripsi dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020” dapat terselesaikan, mudah-mudahan dapat menambah wawasan serta bekal kita di Dunia maupun di Akhirat. Sahalawat beriring salam tidak lupa kita curahkan kepada jujungan kita Nabi besar Muhamad SAW yang dimana semoga kita diaku sebagai umatnya dan semoganya kita akan mendapatkan safaatnya diyaumill akhirnanti Aamiin yarobballamin.

Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan studi pada program Strata Satu (SI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Negeri Islam Raden Intan Lampung guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Atas bantuan semua pihak dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut berperan dalam proses penyelesaian skripsi. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya;

2. Dr. Hj. Rifda El fiah, M.Pd selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama menuntut Ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. Terima kasih atas Ilmunya yang sangat bermanfaat;
3. Rahma Diani, M.Pd selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah mendidik dan memberikan Ilmu Pengetahuan selama menuntut Ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. Terima kasih atas Ilmunya yang sangat bermanfaat;
4. Drs. H. Abdul Hamid, M.Ag selaku Pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Dr. Hj. Rifda El fiah, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan sehingga terwujud skripsi ini seperti yang diharapkan;
6. Bapak dan Ibu Dosen serta Karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan Ilmu Pengetahuan selama menuntut Ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Raden Intan Lampung. Terima kasih atas Ilmu yang sangat bermanfaat;
7. Supriyadi, M.Pd.I selaku Kepala Sekolah MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut;

8. Sahabat-sahabat dan rekan-rekan di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2015 khususnya kelas C, yang selalu saling mendukung dan menguatkan satu sama lain memberikan informasi dan sudah menjadi seperti keluarga selama ini, telah berjuang bersama dalam proses perkuliahan hingga pada akhir penyusunan skripsi kita masih berproses dan saling mendukung satu sama lain. Semoga kita selalu terjaga silaturahmiya terima kasih atas doa dan bantuan serta motivasi kalian selama ini;
9. Sahabat-sahabat, yang selalu menemani sepanjang perjuangan susah senang bersama Ari, Maya, Eva, Ayundari, Binti, semoga persaudaraan ini senantiasa terjaga.
10. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu, semoga kita selalu terkait dalam Ukhuwa Islamiyah.
Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, akan tetapi diharapkan dapat memberikan manfaat keilmuan yang berarti dalam bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Bandar Lampung, 5 September 2019
Penulis

Desi Riskayanti
NPM. 1511080211

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Kelompok.....	12
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	12
2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	14
3. Asas dalam Kegiatan Konseling Kelompok.....	16
4. Tahap Penyelenggaraan Layanan Konseling Kelompok	17
B. Teknik <i>Self-management</i>	18
1. Konsep Dasar.....	19
2. Teknik Konseling <i>Self-management</i>	20
3. Tujuan Teknik <i>Self-management</i>	22
4. Manfaat Teknik <i>Self-management</i>	23
5. Tahap-tahap <i>Self-management</i>	24
6. Kelebihan dan Kelemahan Teknik <i>Self-management</i>	25

C. Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah	26
1. Pengertian Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah	26
2. Gambaran Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah.....	27
3. Sebab-sebab Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah.....	27
4. Akibat Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah	28
D. Penelitian yang Relevan	29
E. Kerangka Berpikir	30
F. Hipotesis Penelitian	31

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian	33
B. Lokasi, Populasi, Sampel dan Teknik Sampling Penelitian	37
1. Lokasi Penelitian	37
2. Populasi	37
3. Sampel	37
4. Teknik Sampling	38
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	38
1. Variabel Penelitian	38
2. Definisi Operasional	39
D. Metode Pengumpulan Data	41
E. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	45
F. Pengujian Instrumen Penelitian.....	47
1. Validitas Instrumen.....	47
2. Reabilitas Instrumen.....	47
G. Teknik Analisis Data	48

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	49
1. Gambaran Umum Perilaku Terlambat.....	49
2. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-management</i> untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Kesekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan	50
a. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-management</i> untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Kesekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan	50
b. Hasil <i>Posttest</i> Perilaku Terlambat Peserta Didik	61
c. Hasil Uji Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self-management</i> untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Kesekolah Peserta Didik Kelas XI MA	

Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan	64
B. Pembahasan	69

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	73
B. Saran	73

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel :	Halaman
1. Data perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar semester ganjil Tahun Ajaran 2019/2020	6
2. Rancangan Treatment	35
3. Populasi Penelitian.....	37
4. Definisi Operasional	39
5. Skor Alternatif Jawaban	43
6. Kriteria Perilaku Terlambat	44
7. Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Perilaku Terlambat	46
8. Gambaran umum <i>pretest</i> perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan	50
9. Jadwal Pelaksanaan	51
10. Hasil <i>Posttest</i> Perilaku Terlambat	62
11. Uji Hasil <i>pretest</i> , <i>Posttest</i> dan <i>Gain Score</i>	62
12. Hasil uji <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	65
13. <i>Test Statistics</i>	65
14. <i>Descriptive Statistics</i>	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar :	Halaman
1. Kerangka Berfikir.....	31
2. Pola <i>One Grup Pretest – Posttest Design</i>	34
3. Langkah-langkah Pemberian Layanan	36
4. Variabel Penelitian	39
5. Grafik Hasil Pretest-Posttest Perilaku Terlambat	63
6. Distribusi Tabel Z	67
7. Kurva Wilayah Ho/Ha.....	68



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Pernyataan Adopsi	75
2. Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian	76
3. Angket	78
4. Pedoman Wawancara	80
5. Kisi-kisi Observasi	81
6. Surat Izin Penelitian	82
7. Surat Balasan Penelitian.....	83
8. Daftar Hadir	84
9. Dokumentasi	85
10. RPL	88
11. Kartu Konsultasi.....	116



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Disiplin adalah kepatuhan untuk menghormati dan melaksanakan suatu sistem yang mengharuskan orang untuk tunduk kepada keputusan, perintah dan peraturan yang berlaku. Dengan kata lain, disiplin adalah sikap mentaati peraturan dan ketentuan yang telah ditetapkan tanpa pamrih. Dalam ajaran Islam banyak ayat Al-Qur'an dan Hadist yang memerintahkan disiplin dalam arti ketaatan pada peraturan yang telah ditetapkan, antara lain surat An-Nisa ayat 59:

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

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

Dari Q.S An-Nisa ayat 59 bahwa Allah telah menyuruh kita untuk taat kepada Allah SWT dan Rasul-Nya, disiplin adalah salah satu bentuk taat kepada peraturan, terutama aturan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT. Dengan disiplin, tentunya kita akan selalu berusaha mengerjakan

¹ Departemen Agama RI, *Terjemah Al-Qur'an Al-Karim*, (Bandung: PT. Alma'arif, 1987), h. 80.

segala sesuatunya dengan tepat waktu. Dengan begitu, kita telah menghindari diri dari sifat lalai terhadap waktu.

Disiplin dalam penggunaan waktu perlu diperhatikan dengan seksama. Waktu yang sudah berlalu tak mungkin dapat kembali lagi. Demikian pentingnya waktu sehingga berbagai bangsa menyatakan penghargaan terhadap waktu. Orang Inggris mengatakan *Time is money* (waktu adalah uang), peribahasa Arab mengatakan (waktu adalah pedang) atau waktu adalah peluang emas, dan kita orang Indonesia mengatakan: “sesal dahulu pendapatan sesal kemudian tak berguna”. Tak dapat dipungkiri bahwa orang-orang yang berhasil mencapai sukses dalam hidupnya adalah orang-orang yang hidup teratur dan berdisiplin dalam memanfaatkan waktunya. Disiplin tidak akan datang dengan sendirinya, akan tetapi melalui latihan yang ketat dalam kehidupan pribadinya. Ada empat cara agar kita tidak menjadi orang-orang yang melalaikan waktu, antara lain: 1) beriman, 2) beramal saleh, 3) saling berwasiat dalam kebenaran, 4) saling berwasiat dalam kesabaran.

Perilaku disiplin merupakan suatu hal yang harus dilakukan oleh semua orang dalam mentaati peraturan atau norma-norma yang berlaku dalam masyarakat, sekolah maupun negara.² Istilah disiplin sudah sering terdengar di telinga semua individu dan banyak sekali macam-macam disiplin antara lain disiplin lalu lintas, disiplin bekerja, disiplin belajar, dan disiplin waktu. Dalam penelitian ini penulis hanya berfokus pada disiplin

² Marwah Rusydiana, *Metode Konseling Individu Terhadap Siswa Terlambat Masuk Sekolah di MAN Yogyakarta 1*. (State Islamic University Sunan Kalijaga Yogyakarta) h. 4.

waktu dan salah satunya yaitu untuk mengurangi perilaku terlambat peserta didik datang ke sekolah.

Salah satu wujud disiplin yang harus dimiliki peserta didik yaitu datang tepat pada waktunya ke sekolah. Kehadiran peserta didik tepat waktu saat masuk sekolah sangat penting bagi proses pembelajaran, karena dapat menunjang peserta didik dalam menyerap ilmu saat proses pembelajaran. Tiap-tiap sekolah pasti mempunyai standar waktu yang telah ditetapkan agar peserta didik dapat datang tepat pada waktunya. Waktu yang telah ditetapkan sekolah merupakan tata tertib yang dibuat untuk dipatuhi peserta didik sehingga tercipta proses belajar mengajar yang baik di sekolah.³

Akan tetapi peserta didik dalam kehadirannya ke sekolah masih ada saja yang terlambat datang ke sekolah. Peserta didik yang sering terlambat datang ke sekolah akan memberikan dampak jangka pendek ataupun jangka panjang bagi peserta didik tersebut. Akibat jangka pendek dari peserta didik yang sering terlambat datang ke sekolah yaitu terhambat dalam KBM, tidak dapat konsentrasi dengan baik, mengganggu peserta didik lain, dan adanya sanksi serta mendapati sanksi. Sedangkan akibat jangka panjang dari peserta didik yang sering terlambat datang ke sekolah yaitu orang tua peserta didik akan dipanggil ke sekolah, nilai rapot peserta didik di bawah batas minimum, tidak naik kelas, bahkan dapat dikeluarkan dari sekolah. Fenomena yang sering terjadi di sekolah, masih

³ Agus Supriyanto, *Layanan Konseling Individual Pendekatan Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah*, h. 1.

saja peserta didik yang menunjukkan adanya perilaku terlambat datang ke sekolah. Perilaku tersebut ditunjukkan dan terlihat melalui perilaku peserta didik yang melakukan pelanggaran tata tertib dengan sering datang terlambat di sekolah.⁴ Oleh karena itu perlu mendapat perlakuan dari pihak sekolah untuk mendisiplinkan peserta didik salah satunya dari konselor sekolah.

Berdasarkan hasil dari observasi dan wawancara dengan guru BK di sekolah tersebut pada tanggal 22-23 Februari 2019 diperoleh data bahwa sebagian kecil mempunyai kebiasaan peserta didik terlambat masuk sekolah. Gejala yang nampak yaitu masih adanya peserta didik yang terlambat datang ke sekolah. Peserta didik yang demikian itu dapat dikatakan sikap perilaku yang kurang baik, sehingga perlu upaya untuk mengatasi supaya sikap perilaku yang tidak baik itu bisa berkurang melalui bimbingan dan konseling.

Bimbingan dan konseling ialah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu dengan menggunakan berbagai prosedur, cara dan bahan agar individu tersebut mampu mandiri dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.⁵ Hal ini berarti bahwasanya guru BK disekolah berupaya untuk memfasilitasi peserta didik supaya peserta didik tersebut mampu mengatasi permasalahan dan perilaku terlambatnya, agar dapat sampai pada tujuan yang diharapkan dengan mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik.

⁴ *Ibid*, h. 2.

⁵ Prayitno dan Amti, *Dasar-dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h.130.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK yaitu ibu Siti Masruroh, S.Sos.I, beliau mengatakan:

“....sering sekali saya mendapatkan laporan tentang terlambatnya anak-anak masuk sekolah, saya mendapat laporan dari beberapa guru mata pelajaran dan wali kelas bahwa peserta didik tersebut sering kali terlambat dan datang pada saat jam pelajaran sedang berlangsung, adapun beberapa peserta didik yang terlambat datang setelah jam pelajaran pertama selesai dan juga sering memakai waktu istirahat melebihi waktu yang telah ditentukan. Terkadang anak-anak itu disaat bel sudah berbunyi mereka masih saja sengaja melambat-lambatkan masuk kelas sehingga ketika mereka masuk kelas guru mata pelajaran sudah berada di dalam ruangan. Meskipun terlambat tetapi mereka tidak ada rasa takut untuk masuk kelas dan terlihat lebih santai walaupun ia terlambat, bahkan mereka mengabaikan teguran dan sanksi yang diberikan oleh guru mata pelajaran dan wali kelasnya, sehingga guru-guru pun bingung menghadapi anak-anak terlambat tersebut dan untuk menindak lanjuti masalah ini saya sedang menyelidiki apa penyebab mengapa anak-anak tersebut sering terlambat datang ke sekolah.”⁶

Hasil wawancara dengan salah satu peserta didik yang melanggar peraturan menyatakan bahwa dirinya merasa malas dan tidak semangat mengikuti pelajaran dikarenakan tidak menyukai suasana di lingkungan sekolah, banyaknya tugas yang diberikan oleh guru, dan ada beberapa mata pelajaran yang tidak disukainya selain itu juga guru yang mengajar terlalu monoton dan metode guru dalam mengajar yang kurang disukai peserta didik.⁷

Prayitno dan Erman Amti dalam Agus Supriyanto, menyatakan terdapat 3 indikator perilaku terlambat peserta didik datang ke sekolah yaitu:

⁶ Hasil wawancara dengan guru BK pada saat Pra survey di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan pada tanggal 22 Februari 2019 Pukul 09.00 WIB.

⁷ Hasil Wawancara dengan peserta didik di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan pada tanggal 23 Februari 2019 Pukul 10.00 WIB.

1. Sering tiba di sekolah setelah jam pelajaran dimulai
2. Memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan
3. Sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai.⁸

Berdasarkan hasil dokumentasi yang diperoleh dari guru BK kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan pada saat survey pra penelitian pada tanggal 22 Februari 2019, diperoleh data tentang keadaan peserta didik yang mengalami perilaku terlambat dengan berbagai permasalahan yang di sajikan dalam bentuk tabel, sebagai berikut:

Tabel 1
Data peserta didik yang memiliki perilaku terlambat di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan

No	Inisial	L/P	Indikator		
			1	2	3
1.	RR	L		√	√
2.	DR	L	√	√	√
3.	AP	L	√	√	
4.	R	L	√		√
5.	IA	P		√	√
6.	FY	P		√	√
7.	MS	L	√	√	√
8.	NF	L	√	√	√
9.	DS	L	√	√	√
10.	MR	L	√	√	√

Sumber : Dokumentasi BK Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun 2019 Yang Mengalami perilaku terlambat

Keterangan:

Indikator

1. Sering tiba di sekolah setelah jam pelajaran dimulai
2. Memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan
3. Sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai⁹

⁸ Agus Supriyanto, *Layanan Konseling Individual Pendekatan Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah*, h. 22.

Dari tabel di atas terdapat 10 peserta didik yang terindikasi memiliki perilaku terlambat datang ke sekolah, diantaranya 8 peserta didik laki-laki dan 2 peserta didik perempuan. Berdasarkan indikator dari tabel di atas peserta didik yang mengalami perilaku terlambat sering sekali menunjukkan perilaku yang tidak tepat seperti sering tiba di sekolah setelah jam pelajaran dimulai, memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan dan sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai. Rendahnya disiplin datang ke sekolah yang dilakukan peserta didik telah membawa dampak negatif terhadap proses belajarnya. Melihat dampak negatif yang muncul dari tidak disiplinnya peserta didik tentunya hal tersebut tidak boleh dibiarkan. Perilaku tersebut juga tergolong perilaku yang tidak adaptif sehingga harus ditangani secara serius.

Melihat permasalahan tersebut, maka perlu adanya langkah guna mengentaskan masalah ini. Dalam bimbingan dan konseling banyak teknik yang dapat digunakan salah satunya melalui konseling kelompok dengan teknik *Self-Management*. *Self management* merupakan metode untuk membantu klien menemukan tingkah laku yang baru dalam hidupnya sehari-hari.¹⁰ *Self-management* memfasilitasi proses belajar bagi klien untuk merubah dirinya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan manajemen diri, klien bisa mengatur hidupnya, peserta didik yang belum mempunyai

⁹ *Ibid*, h. 22

¹⁰ O'Donohue, William T. Fisher, Jane E, *General Principles and Empirically Supported Techniques of Cognitive Behavior Therapy*, (New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, 2009), h. 564

disiplin waktu yang tinggi di sekolah maka akan membentuk sikap disiplin yang tinggi dengan teknik *self-management*. Strategi Pengelolaan Diri (*self-management*) adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.¹¹ Gie menyatakan, bahwa ada beberapa bentuk latihan strategi *self-management* (Pengelolaan diri), antara lain: (1) pendorongan diri (*self-motivation*); (2) penyusunan diri (*self-organization*); (3) pengendalian diri (*self-control*), (4) pengembangan diri (*self-development*).¹²

Berdasarkan hasil jurnal penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurdjana Alamri mengenai Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self-management* Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah, menunjukkan bahwa adanya penurunan perilaku terlambat sekolah setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self-management*. Jadi layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* sangat baik digunakan dalam mengatasi permasalahan di atas.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi

¹¹ Reza Febrianti, *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI APB Di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung T.A. 2017/2018*, (Skripsi Mahapeserta didik BKUIN Raden Intan Lampung), h. 20.

¹² Gie, The Liang, *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2000), h. 80.

perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, beberapa masalah terkait perilaku terlambat peserta didik yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Terindikasi 10 peserta didik yang memiliki perilaku terlambat datang ke sekolah
2. Terindikasi kurangnya layanan bimbingan konseling dalam mengatasi permasalahan perilaku terlambat datang ke sekolah

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini tidak terlalu luas cakupannya, berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah, maka dalam penelitian ini akan dibatasi masalahnya yaitu “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-kairiyah Natar Lampung Selatan.”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini

adalah sebagai berikut ”apakah konseling kelompok dengan teknik *self-management* berpengaruh untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020.

F. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini bermanfaat untuk memberikan pembuktian tentang berpengaruh atau tidaknya Konseling Kelompok dengan menggunakan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi individu

Setelah dilaksanakannya penelitian mengenai teknik *self-management* diharapkan peserta didik dapat memahami dampak perilaku terlambat sehingga keterlambatan peserta didik dapat berkurang.

2) Bagi Peneliti

Manfaat yang didapatkan oleh peneliti setelah dilaksanakannya penelitian ini ialah menambah pengetahuan dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling khususnya dibidang layanan konseling kelompok.



BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pimpinan kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok untuk mencapai tujuan-tujuan bersama.¹ Berdasarkan definisi tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang dilaksanakan dalam suatu kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok sehingga anggota dapat saling membantu menyelesaikan tujuan setiap anggota.

Konseling kelompok merupakan layanan yang mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok, dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Masalah pribadi itu dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota dibawah pemimpin kelompok. Layanan konseling kelompok dapat diselenggarakan dimana saja, didalam

¹ Wibowo, Mungin Eddy, *Konseling Kelompok Perkembangan*, (Semarang: Universitas Negeri Semarang Press, 2005), h. 17.

ruangan ataupun diluar ruangan, di sekolah atau diluar sekolah, di rumah salah seorang peserta atau di rumah konselor. Dimanapun layanan konseling kelompok ini dilakukan harus terjamin bahwa dinamika kelompok dapat berkembang dengan sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan kelompok.

Prayitno berpendapat, layanan konseling kelompok adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam suasana kelompok. Disana ada konselor dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya minimal 10 orang). Disana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan yaitu hangat, permisif, terbuka dan penuh keakraban. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus), kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.²

Konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi didalam kelompok itu masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul didalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan karier). Seperti dalam konseling perorangan, setiap anggota, kelompok dapat

² Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, 2004), h. 34.

menampilkan masalah yang dirasakannya. Masalah-masalah tersebut dilayani melalui pembahasan yang intensif oleh seluruh anggota kelompok, masalah demi masalah satu persatu tanpa kecuali sehingga semua masalah terbicarakan.³

Pendapat lain mengatakan Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor yang dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan komunikasi, pengembangan harga diri dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah.⁴ Sedangkan pendapat lain mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangannya.⁵

2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Konseling kelompok ditujukan untuk memecahkan masalah klien serta mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Tujuan layanan konseling kelompok yaitu: Berkembangnya perasaan, pikiran, wawasan dan sikap terarah pada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi. Terpecahnya masalah individu yang

³ Sukardi dan Kusumawati, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 20.

⁴ Kurnanto, M.E, *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2003), h. 7.

⁵ *Ibid*, h. 7.

bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu lain yang menjadi peserta layanan.⁶

Konseling kelompok dilakukan dengan beberapa tujuan, yaitu :

- 1) Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri.
- 2) Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
- 3) Para anggota kelompok memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri.
- 4) Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain.
- 5) Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- 6) Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak.
- 7) Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama.

⁶ Prayitno, *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*, (Padang: Universitas Negeri Padang, 2004), h. 20.

- 8) Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain.
- 9) Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota yang lain secara terbuka dengan saling menghargai dan menaruh perhatian.⁷

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya pencapaian tujuan yang jelas dalam kegiatan layanan konseling kelompok, dimana masalah yang dialami anggota kelompok dapat diselesaikan secara bersama anggota kelompok dalam komunikasi secara terbuka dan saling menghargai satu sama lain agar kegiatan dapat terarah dan dapat dilaksanakan secara optimal.

3. Asas dalam Kegiatan Konseling Kelompok

Munro mengemukakan, bahwa kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan diambil oleh klien sendiri merupakan tiga etika dasar konseling yaitu :

- 1) Kerahasiaan segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui oleh anggota kelompok dan tidak disebarluaskan ke luar kelompok.
- 2) Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal rencana pembentukan kelompok oleh konselor. Kesukarelaan terus

⁷ Winkel (dalam Kurnanto), *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2003), h. 10.:

menerus dibina melalui upaya pemimpin kelompok mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan konseling kelompok.

- 3) Asas-asas lain dinamika kelompok dalam layanan konseling kelompok semakin intensif dan efektif apabila semua anggota kelompok secara penuh menerapkan asas kegiatan dan keterbukaan. Mereka secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu. Asas kekinian memberikan isi actual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini. Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan bertatakrama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengemas isi bahasan. Sedangkan asas keahlian diperlihatkan oleh pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan kelompok dalam mengembang kan proses dan isi pembahasan secara keseluruhan.⁸

4. Tahap Penyelenggaraan Layanan Konseling Kelompok

Ada empat tahap yang harus dilaksanakan dalam layanan konseling kelompok, yaitu:

- 1) Tahap Pembentukan pada tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para

⁸ Prayitno, *Layanan bimbingan dan konseling kelompok*, (Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, 2004), h. 34.

anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan, cara, asas-asas dan ada permainan untuk mengakrabkan suasana kelompok dan terdapat harapan-harapan yang diinginkan untuk dicapai baik oleh masing-masing, sebagian, maupun seluruh anggota.

- 2) Tahap Peralihan pada tahap ini untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
- 3) Tahap Kegiatan pada tahap ini merupakan tahapan kegiatan inti untuk mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok.
- 4) Tahap Pengakhiran pada tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

B. Teknik *Self-Management*

Salah satu teknik yang dipilih oleh peneliti dalam konseling kelompok 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 kearah yang lebih baik dan terdapat suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik sehingga teknik ini dapat berpengaruh terhadap peserta didik.

Peneliti berharap melalui layanan konseling kelompok dengan teknik self-management ini dapat berpengaruh terhadap peserta didik yang terlambat dalam masuk sekolah. Berikut adalah penjelasan teori tentang teknik self-management.

1. Konsep Dasar

Sukadji mengemukakan, 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 yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.⁹ Salah satu teknik yang diterapkan dalam pendekatan behavior adalah self-management. Self-management dalam terminologi pendidikan, psikologi, dan bisnis adalah metode, keterampilan, dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktivitas yang mereka lakukan, termasuk didalamnya goal setting, planning, scheduling, task tracking, self-evaluation, self-intervention, dan self-development, selain itu self-management juga dikenal sebagai proses eksekusi (pengambilan keputusan).

⁹ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta : PT Indeks, 2016), h. 180.

Self-management atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik. Self-management merupakan salah satu model dalam cognitive-behavior therapy. Self-management meliputi pemantauan diri (self-monitoring), reinforcement yang positif (self-reward), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (self-contracting), dan penguasaan terhadap rangsangan.

Merriam dan Caffarella menyatakan bahwa pengarahan diri merupakan upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan. Didalamnya terdapat kekuatan psikologis yang memberi arah pada individu untuk mengambil keputusan dan menentukan pilihannya serta menetapkan cara-cara yang efektif dalam mencapai tujuannya.

2. Teknik Konseling Self-management

Konseling merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting, diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana guru BK melakukan intervensi kepada peserta didik. Dengan kata lain, konseling memerlukan keterampilan (skill) pada pelaksanaannya. Gunarsa menyatakan bahwa self-management meliputi pemantauan diri (self-monitoring), reinforcement yang positif

(self reward), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (self contracting) dan penguasaan terhadap rangsangan (stimulus control).¹⁰

a. Pemantauan diri (*self monitoring*)

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

b. Reinforcement yang positif (*self reward*)

Digunakan untuk membantu peserta didik mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ganjaran diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar teknik ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri paralel dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar. Dengan kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.

c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*) ada beberapa langkah dalam *self-contracting* ini yaitu :

¹⁰ Gunarsa, Singgih D, *Konseling Dan Psikoterapi*, (Jakarta: Libri, 2011), h. 225.

- 1) Peserta didik membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya;
- 2) Peserta didik meyakini semua yang ingin diubahnya;
- 3) Peserta didik bekerja sama dengan teman/keluarga program self-managementnya.
- 4) Peserta didik akan menanggung resiko dengan program self-management yang dilakukannya
- 5) Pada dasarnya semua yang peserta didik harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk peserta didik itu sendiri.
- 6) Peserta didik menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses self-management
- 7) Penguasaan terhadap rangsangan (self-control) teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau antecedent atau respon tertentu.

3. Tujuan Teknik *Self-management*

Tujuan dari teknik pengelolaan diri yaitu agar peserta didik secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka tidak kehendaki. Sukadji berpendapat, Masalah-masalah yang dapat ditangani dengan teknik pengelolaan diri (self-management) diantaranya adalah :

- a. Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
 - 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 terbentuk 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 yang sedang menulis skripsi.¹¹
4. Manfaat teknik self-management

Dalam 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. Dalam pelaksanaan pengelolaan diri biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya pengelolaan diri. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa :

¹¹ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta : PT Indeks, 2016), h. 180.

- 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 agar tidak 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.¹²

5. Tahap-tahap pengelolaan diri (self-management)

Sukadji mengemukakan, ada beberapa langkah dalam pengelolaan diri adalah sebagai berikut :

a. Tahap monitor diri (self-monitoring) atau observasi diri

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

b. Tahap evaluasi diri (self-evaluation)

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

¹² *Ibid*, h. 181.

efisiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang diterapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

- c. Tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman (self-reinforcement)

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.¹³

6. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Self-Management

a. Kelebihan teknik self-management

- 1) Pelaksanaannya yang cukup sederhana
- 2) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain
- 3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya
- 4) Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

¹³ *Ibid*, h. 182.

b. Kekurangan teknik self-management

- 1) Tidak ada motivasi dan komitmen yang tinggi pada individu
- 2) Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat subyektif terkadang sulit dideskripsikan, sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi
- 3) Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dimasa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kelompok
- 4) Individu bersifat independen
- 5) Konselor memaksakan program pada konseli
- 6) Tidak ada dukungan dari lingkungan

C. Perilaku Terlambat Datang Kesekolah

Berkaitan dengan perilaku terlambat datang ke sekolah, akan diuraikan beberapa hal yang meliputi: (1) Pengertian perilaku terlambat datang ke sekolah, (2) Gambaran perilaku terlambat datang ke sekolah, (3) Sebab-sebab perilaku terlambat datang ke sekolah, (4) Akibat perilaku terlambat datang ke sekolah, dan (5) Upaya menangani perilaku terlambat datang ke sekolah.

1. Pengertian Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah

Perilaku pada dasarnya ditujukan untuk mencapai tujuan. Dengan kata lain, perilaku kita umumnya dimotivasi oleh suatu keinginan untuk mencapai tujuan. Azwar berpendapat, bahwa perilaku

manusia sebagai reaksi yang dapat bersifat sederhana maupun bersifat kompleks. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku adalah reaksi seseorang terhadap stimulus untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Perilaku terlambat datang ke sekolah merupakan hal-hal yang menyimpang bagi siswa karena siswa tidak mematuhi tata tertib jam masuk sekolah. Seandainya terus dibiarkan akan merusak moral dan menjadi kebiasaan siswa untuk datang terlambat ke sekolah.

2. Gambaran Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah

Pada peserta didik yang melakukan perilaku terlambat datang ke sekolah terdapat gejala-gejala yang ada. Gejala-gejala tersebut dapat mempengaruhi keseluruhan dari perilaku terlambat datang ke sekolah. Prayitno dan Erman Amti dalam Agus Supriyanto, menyatakan gambaran yang lebih rinci tentang terlambat masuk sekolah yaitu: (1) Sering tiba di sekolah setelah jam pelajaran dimulai, (2) Memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan, dan (3) Sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai.

3. Sebab-sebab Perilaku Terlambat Masuk Sekolah

Pada seorang peserta didik yang melakukan perilaku terlambat pasti memiliki alasan dari satu peserta didik dengan peserta didik lain pasti berbeda. Penyebab peserta didik satu dengan yang lain melakukan perilaku terlambat datang ke sekolah pasti berbeda pula.

Prayitno dan Erman Amti dalam Agus Supriyanto, menyatakan sebab-sebab peserta didik terlambat masuk sekolah yaitu: (1) Jarak antara sekolah dan rumah jauh, (2) Kesulitan kendaraan, (3) Terlalu banyak kegiatan di rumah, membantu orang tua, (4) Terlambat bangun, (5) Gangguan kesehatan, (6) Tidak menyukai suasana sekolah, (7) Tidak menyukai satu atau lebih mata pelajaran, (8) Tidak menyiapkan pekerjaan rumah atau PR, (9) Kurang mempunyai persiapan untuk kegiatan di kelas, (10) Terlalu asyik dengan kegiatan di luar sekolah.

4. Akibat Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah

Pada peserta didik yang sering melakukan perilaku terlambat datang ke sekolah pasti mempunyai akibat pada dirinya. Akibat-akibat yang dialami akan menyusahkan peserta didik tersebut dan mengganggu kehidupan efektif sehari-hari peserta didik. Prayitno, menyatakan kemungkinan akibat peserta didik terlambat masuk sekolah yaitu: (1) Nilai rendah, (2) Tidak naik kelas, (3) Hubungan dengan guru terganggu, (4) Hubungan dengan kawan sekelas terganggu dan (5) Kegiatan di luar sekolah tidak terkendali.

Diantara banyak akibat perilaku terlambat datang ke sekolah pada peserta didik yang telah dijelaskan tersebut, terdapat pula akibat-akibat lain yang dapat berakibat bagi diri sendiri, sekolah, keluarga, dan masyarakat. Akibat jika memiliki perilaku terlambat datang ke

sekolah terus-menerus berdampak pada akademik peserta didik yang merupakan harapan orang tua agar anaknya sukses.¹⁴

D. Penelitian yang Relevan

Penulisan dalam proposal ini peneliti terlebih dahulu melakukan penelaahan terhadap beberapa karya penelitian yang berhubungan dengan judul yang peneliti ambil:

1. Reza Febrianti, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI APB Di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung T.A. 2017/2018 . Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik kelas XI dengan metode kuantitatif Jenis penelitian ini adalah *Pre-eksperimental designs* dengan desain penelitian *One-group pretest-posttest design*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah di berikan Treatment Terdapat perbedaan skor *Mean* sebelum diberikan *treatment* 83,6 dan *Mean posttest* setelah diberikan *treatment* 108,1 selain itu diperoleh t hitung menggunakan *Paired Sample t test* adalah (12.568) nilai ini > t tabel (2,109) dengan nilai Sig 0,00 < 0,05 yang artinya H_a diterima H_o ditolak, dengan demikian disiplin belajar peserta didik dapat dikurangi setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Self-Managemen*.¹⁵
2. Marwah Rusydiana, Metode Konseling Individu Terhadap siswa terlambat Masuk Sekolah Di MAN Yogyakarta 1. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan mendiskripsikan teknik konseling individu terhadap siswa yang terlambat masuk sekolah di MAN Yogyakarta 1. jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cara konseling individu terhadap siswa terlambat masuk sekolah di MAN Yogyakarta 1, yaitu pertama, konseling directif yaitu guru bimbingan dan konseling lebih aktif dari siswa. guru bimbingan dan konseling memberi saran, nasihat, motivasi, dan pemahaman-pemahaman tentang diri sendiri, aturan sekolah, dan agama kepada siswa agar tidak

¹⁴ Agus Supriyanto, *Layanan Konseling Individual Pendekatan Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah*, h. 22-23.

¹⁵ Reza Febrianti, *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI APB Di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung T.A. 2017/2018*, (Skripsi Mahapeserta didik BKUIN Raden Intan Lampung), h. 70.

terlambat masuk sekolah lagi. kedua, konseling eklektif yaitu siswa mencari alternatif solusi dan guru bimbingan dan konseling juga memberi saran namun keputusan penyelesaian tetap dari siswa itu sendiri. dengan begitu siswa akan lebih bertanggung jawab dengan apa yang dilakukan dan menerima konsekuensi jika masih terlambat masuk sekolah lagi.¹⁶

3. Jurnal Penelitian Nurdjana Alamri, *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X Sma 1 Gebog Tahun 2014/2015)*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi terlambat masuk sekolah pada siswa Kelas X SMA 1 Gebog. Penelitian ini dirancang dalam dua siklus dan di masing-masing siklus terdapat 3 kali pertemuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pra siklus skor 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. Ada penurunan dari siklus I ke siklus II yaitu sebesar 15,5 atau secara keseluruhan 27,88.¹⁷

E. Kerangka Berpikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah di deskripsikan. Sugiyono mengemukakan, kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang di deskripsikan.¹⁸

Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa *Self-Management* dalam menangani peserta didik yang memiliki perilaku terlambat datang ke sekolah. Setelah peserta didik mendapatkan terapi di harapkan peserta didik memiliki kesadaran diri akan pentingnya disiplin

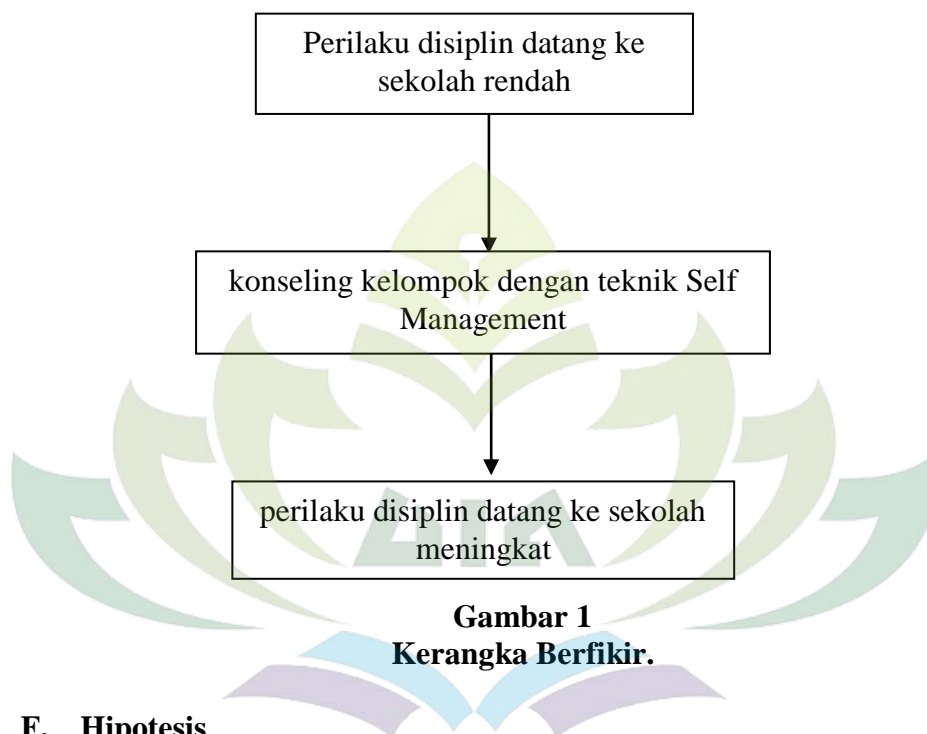
¹⁶ Marwah Rusydiana, *Metode Konseling Individu Terhadap siswa terlambat Masuk Sekolah Di MAN Yogyakarta I.*(State Islamic University Sunan Kalijaga Yogyakarta) h. 10.

¹⁷ Nurdjana Alamri, *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X Sma 1 Gebog Tahun 2014/2015)*, h. 6.

¹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D), (Bandung: Alfabeta, 2012), hal. 60.

dalam sekolah dan diharapkan dengan adanya pemberian tritmen *Self-Management* tingkat disiplin peserta didik yang rendah dapat ditingkatkan sehingga dalam proses pembelajarannya tidak ada yang terganggu ataupun terhambat.

Berikut ini merupakan kerangka berfikir.



F. Hipotesis

1. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang di peroleh melalui pengumpulan data.

Hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum ada jawaban yang empirik dengan data.¹⁹ Untuk Mengetahui pengaruh teknik *self-management* secara signifikan dalam mengurangi perilaku terlambat dengan layanan konseling kelompok pada peserta didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan. Berdasarkan latar belakang masalah, teori dan kerangka berfikir maka hipotesis yang peneliti ajukan adalah:

H₀: Tidak ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* terhadap perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

H_a: Terdapat Pengaruh Layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* terhadap perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

2. Hipotesis statistik

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

H₀ : $\mu_a = \mu_0$

H_a : $\mu_a \neq \mu_0$

¹⁹ *Ibid*, hal. 63.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹ Dengan adanya metode penelitian maka mempermudah peneliti untuk melakukan penelitian sehingga hasil penelitian dapat dibuktikan kebenarannya serta dapat dipertanggung jawabkan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif dimana hasil penelitian berupa angka-angka, pengolahan statistik, struktur dan percobaan kontrol.

Dalam penelitian *experiment* terdapat beberapa desain penelitian antara lain yaitu *pre-eksperimental designs*, *true eksperimenta designs*, *factorial designs* dan *quasi eksperimental designs*. Dari beberapa desain tersebut, peneliti menggunakan *pre-eksperimental designs* atau eksperimen. Alasannya karena terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen dan tidak mempunyai kelompok kontrol. Dan sampel dipilih secara random. Di dalam penelitian *pre-eksperimental designs* terdapat tiga jenis desain dan dalam penelitian ini peneliti menggunakan bentuk *One-Group pretest – posttest design* pada desain ini terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan dan dilakukan secara kelompok yaitu dalam bentuk konseling kelompok.²

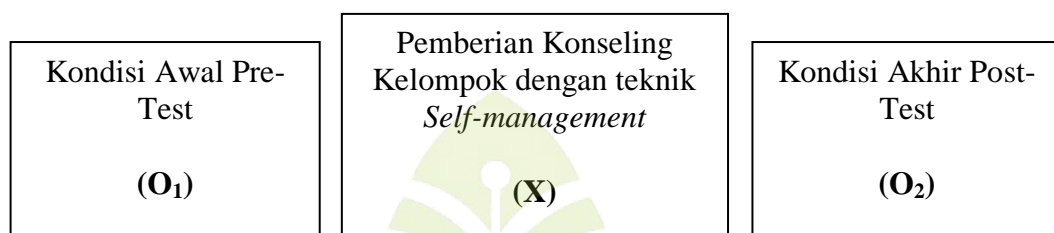
¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabet, 2017). h. 6.

² *Ibid*, h. 74.

Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut.

$O_1 \times O_2$

Atau dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2
pola *One-Group Pretest – Posttest Design*

Keterangan:

- O₁ : Nilai *pretest* (Sebelum Diberikan Konseling Kelompok dengan teknik *Self- Management*)
- X : Pemberian perlakuan dengan menggunakan Konseling Kelompok dengan teknik *Self-Management*
- O₂ : Nilai *posttest* (setelah diberikan Konseling Kelompok dengan teknik *Self-Management*)

Setiap desain penelitian memiliki kelebihan serta kelemahannya masing-masing. Kelemahan desain ini adalah eror yang disebabkan oleh efek testing dan pengaruh instrumen. Sedangkan kelebihanannya yaitu dengan diberikannya pretest sebelum perlakuan, dan adanya posttest setelah perlakuan, hal tersebut akan memperlihatkan keefektivitasan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* pada peserta didik yang mengalami perilaku terlambat datang ke sekolah sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Rancangan penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap *Pre-test*

Tujuan diadakannya *Pre-test* dalam penelitian ini adalah untuk melakukan pengukuran kepada sampel peneliti sebelum diberikan perlakuan yang berupa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

2. Pemberian *Treatment*

Perlakuan diberikan melalui pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku terlambat peserta didik. Pemberian layanan ini dilakukan 5-6 kali pertemuan demi memaksimalkan pencapaian tujuan kegiatan. Berikut adalah tabel tiap tahapan layanan:

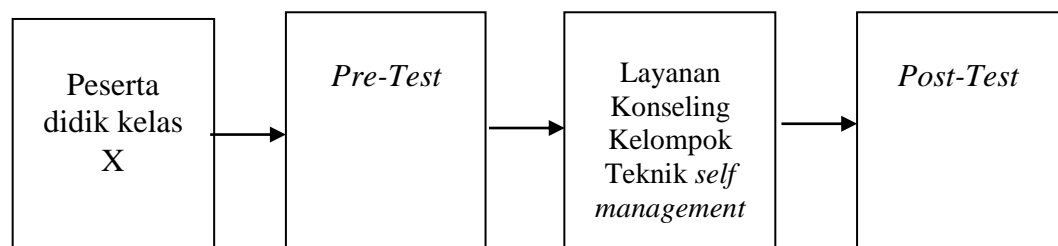
Tabel 2
Rancangan *Treatment* yang akan diberikan

No.	Tahapan	Kegiatan
1	Perencanaan	a. Identifikasi kebutuhan akan informasi bagi subyek (calon) konseli; b. Menetapkan materi sebagai layanan; c. Menetapkan subyek sasaran layanan; d. Menetapkan narasumber; e. Menyiapkan prosedur, perangkat, media layanan; dan f. Menyiapkan kelengkapan administrasi.
2	Pelaksanaan	a. Mengorganisasikan kegiatan layanan; b. Mengaktifkan peserta layanan; dan c. Mengoptimalkan penggunaan metode dan media.

3	Evaluasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Menetapkan materi evaluasi; b. Menetapkan prosedur evaluasi; c. Menyusun instrumen evaluasi; d. Mengaplikasikan instrument evaluasi; dan e. Mengolah hasil aplikasi instrument.
4	Analisi hasil evaluasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Menetapkan norma atau standar evaluasi; b. Melakukan analisis; c. Menafsirkan hasil analisis.
5	Tindak lanjut	<ul style="list-style-type: none"> a. Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut; b. Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak terkait; c. Melaksanakan rencana tindak lanjut.
6	Pelaporan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menyusun laporan layanan orientasi; b. Menyampaikan laporan kepada pihak terkait; c. Mendokumentasikan laporan.

3. Tahap *Post-Test*

Memberikan *post-test* kepada peserta didik yang telah diberikan perlakuan yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Berikut ini adalah langkah-langkah pemberian layanan.



Gambar 3
Langkah-langkah Pemberian Layanan

B. Lokasi, Populasi, Sampel dan Teknik Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan yang beralamat di Jalan Raya Krawangsari No. 123, Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

2. Populasi

Sugiyono menyatakan, populasi merupakan wilayah generasi yang terjadi atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari yang kemudian di tarik kesimpulan.³ populasi di artikan sebagai keseluruhan objek penelitian. populasi pada penelitian ini adalah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan. Berikut pengelompokannya:

Tabel 3
Jumlah populasi penelitian

No.	Kelas	Jumlah
1.	X1	26
2.	X2	28
	Jumlah	54

Sumber: Dokumentasi MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan

3. Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel juga mempunyai arti sebagai atau perwakilan populasi yang di teliti, kesimpulannya akan dapat

³ *Ibid*, h. 117.

diberlakukan untuk populasi.⁴ Jumlah sampel penelitian ini adalah 10 peserta didik yang memiliki perilaku terlambat.

4. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan *probability sampling (Random sample)*, *Random Sample* merupakan pengambilan sampel secara acak dimana unit populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk mendapatkan sampel yang representatif (mewakili) yang dapat menggambarkan populasinya.⁵

C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat, nilai dari orang, subjek kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁶ 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. Pada penelitian ini variabel bebasnya layanan konseling kelompok dengan teknik self management.

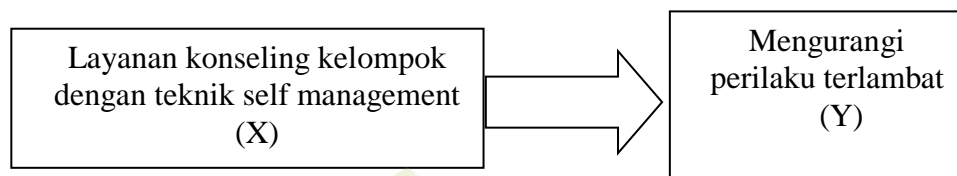
b. Variabel Terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Pada penelitian ini variabel terikatnya mengurangi perilaku terlambat.

⁴ *Ibid*, h. 118.

⁵ *Ibid*, h. 119.

⁶ *Ibid*, h. 61.

Berdasarkan uraian tersebut maka dalam penelitian ini symbol (X) merupakan variabel bebas yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik self management, sementara symbol (Y) merupakan variabel terikat yaitu mengurangi perilaku terlambat. Maka dapat di gambarkan korelasi antara dua variabel sebagai berikut:



Gambar 4
Variabel Penelitian

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu uraian yang berisikan tentang sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang akan digunakan yaitu variabel bebas penelitian adalah layanan konseling kelompok dengan teknik self management sedangkan variabel terikat penelitian ini adalah mengurangi perilaku terlambat. Maka devinisi operasional dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 4
Definisi Operasional

Variabel	Devinisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala ukur
Variabel bebas (X) konseling kelompok dengan teknik <i>self</i>	Konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam	1. Mengajak klien belajar memahami dirinya 2. membantu	Observasi	Materi konseling sesuai dengan langkah-langkah	Nominal

<p><i>managemen</i></p>	<p>kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi didalam kelompok itu. <i>Self management</i> berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal baik dan mengembangkan berbagai segi kehidupan pribadi. Tahap pelaksanaan konseling kelompok</p> <p>Tahap pembentukan Tahap peralihan Tahap kegiatan Tahap pengakhiran</p>	<p>melakukan monitoring</p> <p>3. mengajarkan klien bagaimana memvisualisasikan diri yaitu klien mampu melaksanakan kegiatan pembelajaran sehari-hari tanpa terganggu.</p>		<p>konseling kelompok dengan teknik self management</p>	
<p>Variabel terikat (Y) perilaku terlambat</p>	<p>Perilaku terlambat datang ke sekolah merupakan hal-hal yang menyimpang bagi siswa karena siswa tidak mematuhi tata tertib jam</p>	<p>1. sering tiba disekolah setelah jam pelajaran dimulai</p> <p>2. Memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan</p>	<p>Angket perilaku terlambat yang dierikan dengan 20 butir pertanyaan</p>		<p>Interval</p>

	masuk sekolah. Seandainya terus dibiarkan akan merusak moral dan menjadi kebiasaan siswa untuk datang terlambat ke sekolah.	3. sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai.			
--	---	---	--	--	--

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik pengumpulan data, yaitu:

1. Metode Observasi

Mengutip dari Anwar Sutoyo, observasi ialah suatu metode penelitian yang berupa pengamatan dengan memusatkan perhatian pada suatu objek dan gejala yang sedang diteliti, baik langsung maupun tidak langsung, serta dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu.⁷ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis observasi *kuasi partisipan* yaitu peneliti tidak terlibat secara aktif dalam pengamatan aktivitas subjek, tetapi peneliti terlibat langsung dalam memberikan layanan. Dalam penelitian ini dokumentasi ini didapat dari guru BK kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

⁷ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014). h. 69.

2. Wawancara

Wawancara merupakan salah satu teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.⁸ Peneliti yang valid, yaitu : peneliti membawa kerangka pertanyaan-pertanyaan tersebut disajikan tidak secara sistematis, atau pemberian pertanyaan dilakukan secara fleksibel sesuai dengan keadaan. Metode ini digunakan sebagai metode untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan sehingga data-data yang akurat dapat diperoleh. Teknik wawancara yang dilakukan peneliti guna mendapatkan informasi ditujukan kepada Guru BK dan peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

3. Kuisisioner atau Angket

Kuisisioner atau angket ialah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.⁹ Kuisisioner cocok digunakan apabila jumlah responden cukup besar atau banyak. Kuisisioner dapat berupa pertanyaan yang terbuka atau tertutup.¹⁰

Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab suatu pertanyaan dalam angket peneliti menggunakan bentuk jawaban skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat,

⁸ *Ibid*, h. 123.

⁹ Sugiyono, *Op.Cit.*, h. 142.

¹⁰ *Ibid*, h.142.

dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.¹¹

Metode ini digunakan pada saat *pre-test* untuk mengukur sejauh mana tingkat perilaku terlambat peserta didik. Sebelum diberikan perlakuan menggunakan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self-management*. Selain itu metode ini juga dilakukan pada saat *post-test*, yang berguna untuk mengukur sejauh mana keberhasilan dalam menggunakan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self-management* untuk mengurangi tingkat perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2019/2020.

Alternatif jawaban skala likert yang digunakan ialah 1-4 dengan tidak menggunakan alternatif netral agar tidak menimbulkan keraguan responden dalam menjawab pertanyaan. Adapun skor alternatif jawabannya dapat dilihat pada tabel 5 sebagai berikut :

Tabel 5
Alternatif Jawaban

Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak setuju (TS)	Sangat tidak setuju (STS)
Favorable (+)	4	3	2	1
Unfavorable (-)	1	2	3	4

¹¹ Sudjana, *Metode Statistika*, (Bandung: Tarsito, 2005), h. 47-48.

Kriteria skala perilaku terlambat peserta didik dikategorikan menjadi 4 yaitu: sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut :

$$Ji = (t - r) / Jk$$

Keterangan:

t = Skor tertinggi

r = Skor terendah

Jk= Jumlah kelas interval¹²

Berdasarkan langkah-langkah dalam rumus tersebut, menurut pendapat Eko maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Skor tertinggi : $4 \times 20 = 80$
- b. Skor Terendah : $1 \times 20 = 20$
- c. Rentang : $80 - 20 = 60$
- d. Jarak interval : $60 : 4 = 15$

Tabel 6
Kriteria perilaku terlambat

Interval	Kriteria
65-80	Sangat tinggi
50-64	Tinggi
35-49	Sedang
20-34	Rendah

¹² Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran Disekolah*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014). h. 144.

4. Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan transkrip, buku, surat kabar, majalah, agenda dan sebagainya.¹³ Dokumentasi pada penelitian ini didapat dari guru BK kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan yaitu data peserta didik yang memiliki perilaku terlambat tinggi.

E. Pengembangan Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ialah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian.¹⁴ Instrumen ini berisi pernyataan-pernyataan tentang disiplin waktu peserta didik. Agar data yang diperoleh sesuai dengan kebutuhan dan dapat menunjang tujuan penelitian, maka alat pengumpul data menggunakan angket skala likert. Peserta didik diminta untuk memberikan jawaban dengan memberi tanda “√” pada satu pilihan jawaban yang telah tersedia, yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).¹⁵

Pernyataan-pernyataan yang diberikan bersifat tertutup, mengenai pendapat peserta didik yang terdiri dari pernyataan-pernyataan positif dan negatif. Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini ialah data tentang berapa banyak peserta didik yang mengalami perilaku terlambat di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan. Adapun kisi-kisi pengembangan

¹³ M. Iqbal Hasan, *Metodologi Penelitian dan Aplikasinya* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002), h. 82.

¹⁴ Sugiyono, *Op.Cit.*, h. 102

¹⁵ Sudjana, *Op.Cit.*, h. 136

instrumen penelitian yang mencakup perilaku terlambat pada peserta didik ialah sebagai berikut :

Tabel 7
Kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian

Variabel	Indikator	Item	Ket
Perilaku terlambat	Sering tiba disekolah setelah jam pelajaran di mulai	1. Saya datang dan pulang sekolah tepat waktu	+
		2. Saya memberi keterangan jika tidak hadir ke sekolah	+
		3. Saya terlambat datang ke sekolah	-
		4. Saya tidak memberi keterangan jika tidak hadir ke sekolah	-
		5. Saya menyesal dan tidak pernah mengulangi kesalahan	+
	Memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan	6. Saya menggunakan seragam sekolah dengan atribut lengkap setiap hari	+
		7. Saya meminta izin guru piket ketika ingin meninggalkan sekolah	+
		8. Saya tidak menggunakan seragam dan atribut sekolah dengan lengkap	-
		9. Saya meninggalkan sekolah tanpa izin	-
		10. Saya mengulangi kesalahan meskipun telah mendapat sanksi	-
		11. Saya berkata dengan jujur saat tidak mengerjakan tugas	+
		12. Saat guru menjelaskan materi pelajaran, saya mengobrol dengan teman	-
		13. Ketika jam pelajaran berlangsung saya makan dikelas	-
		Sengaja melambat-	14. Saya mengikuti pelajaran sampai selesai jam pelajaran

lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai	15. Saat jam pelajaran dimulai saya pergi ke tempat lain	-
	16. Saat bel berbunyi saya tidak segera masuk, melainkan menunggu guru masuk kelas	-
	17. Saya lebih memilih tidur dikelas dari pada belajar	-
	18. Saya mengikuti pelajaran dikelas hanya dengan guru dan mata pelajaran yang saya sukai	-
	19. Saya mengerjakan tugas sendiri sesuai dengan kemampuan saya	+
	20. Saat pelajaran berlangsung saya jalan-jalan dikelas dan mengganggu teman	-

F. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Validitas Instrumen

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan data yang dilaporkan peneliti.¹⁶ Uji validitas digunakan untuk menguji validitas angket untuk keperluan ini diuji tehnik korelasi jawaban pada setiap item dikorelasikan dengan total skor. Dengan menggunakan bantuan program SPSS 20.

2. Reliabilitas Instrumen

Instrumen pokok pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan secara internal consistency. Pengujian reliabilitas secara internal consistency dilakukan dengan cara mencobakan instrument sekali saja, kemudian setelah data diperoleh

¹⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*, hal. 267.

selanjutnya dianalisis dengan teknik tertentu. Hasil analisis dapat digunakan untuk memprediksi reliabilitas instrument.¹⁷ Pengujian realibilitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 20.

G. Teknik Analisis Data

Peneliti menggunakan analisis data dengan statistik non parametrik, statistik non parametrik adalah uji yang dilakukan terhadap data yang terdistribusi normal. Apabila syarat tersebut tidak dipenuhi maka akan terjadi penyimpangan dan hasil analisisnya tidak valid. Peneliti dapat menggunakan uji non parametrik yang memilikipersyaratan yang lebih longgar. Data tidak harus berdistribusi normal, oleh karena itu uji ini sering disebut uji bebas distribusi.¹⁸

Untuk menguji pengaruh layanan konseling kelompok dengan tehnik *self-management* terhadap perilaku terlambat peserta didik, maka teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon yang digunakan untuk menguji hipotesis kompratif dua sampel independen. Penelitian ini akan menguji pretest dan posttest. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara pretest dan posttest melalui uji Wilcoxonini. Analisis data ini menggunakan bantuan program SPSS (Statistical Product and Service Solution) 20.

¹⁷*Ibid*, hal 131.

¹⁸*Ibid*, h. 150.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penulis melakukan penelitian di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan dengan judul “Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik self management untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020” yang dilakukan mulai tanggal 16 Juli sampai 16 Agustus 2019, jadwal dalam penelitian ini sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan sasaran penelitian. Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan wawancara dengan guru BK dan peserta didik, dilanjutkan dengan menyebarkan instrumen kepada peserta didik berupa angket guna mengetahui tentang perilaku terlambat peserta didik. Hasil penyebaran instrumen dijadikan sebagai analisis awal untuk perumus program layanan konseling kelompok dengan teknik self-management yang kemudian diuji coba guna memperoleh keefektivan.

1. Gambaran Umum perilaku terlambat

Berdasarkan hasil penyebaran instrumen tentang perilaku terlambat kepada 10 peserta didik MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020, maka diperoleh presentase tingkat perilaku terlambat yang disajikan pada tabel 8 sebagai berikut :

Tabel 8
Gambaran Umum *Pretest* Perilaku Terlambat Peserta Didik MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan

No	Subjek	Skor	Kategori
1	RR	67	Sangat Tinggi
2	DR	66	Sangat Tinggi
3	AP	55	Tinggi
4	R	69	Sangat Tinggi
5	IA	80	Sangat Tinggi
6	FY	80	Sangat Tinggi
7	MS	51	Tinggi
8	NF	66	Sangat Tinggi
9	DS	68	Sangat Tinggi
10	MR	63	Tinggi

Berdasarkan data tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat peserta didik yang memiliki tingkat perilaku terlambat (sangat tinggi dan tinggi) yaitu: terindikasi 7 (70%) peserta didik yang memiliki perilaku terlambat sangat tinggi, terindikasi 3 (30%) peserta didik yang memiliki perilaku terlambat tinggi.

2. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020
 - a. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020

Penulis melaksanakan penelitian di MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan mulai tanggal 16 Juli sampai 16 Agustus 2019. Berikut jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian:

Tabel 9
Jadwal Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan

No.	Tanggal	Kegiatan Yang Dilaksanakan
1.	16 Juli 2019	Menemui kepala sekolah dan guru BK untuk meminta izin melaksanakan penelitian.
2.	18 Juli 2019	<i>Pre-test</i>
3.	22 Juli 2019	Pertemuan 1
4.	25 Juli 2019	Pertemuan 2
5.	29 Juli 2019	Pertemuan 3
6.	1 Agustus 2019	Pertemuan 4
7.	7 Agustus 2019	<i>Post-test</i>

Berdasarkan tabel 9, dimana pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah dilakukan sebanyak empat kali, adapun gambaran pelaksanaan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik self management adalah sebagai berikut:

1) Pertemuan Pertama

Hari/tanggal : Kamis, 18 Juli 2019

Waktu : 09.30-10.00

Tempat : Ruang Kelas

Sebelum memberikan perlakuan terlebih dahulu penulis memberikan pretest, selanjutnya hasil pretest kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat perilaku terlambat peserta didik hal ini dilakukan untuk mendapat gambaran tentang perilaku terlambat. Kegiatan pretest diberikan kepada peserta didik yang berjumlah 10 yang mengalami perilaku terlambat. Pada tahap ini bertujuan untuk membangun hubungan dengan peserta didik dan menjelaskan maksud dan tujuan memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik self management serta mengidentifikasi kondisi awal sebelum pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik self management.

Selanjutnya penulis menjelaskan secara singkat mengenai tujuan dalam kegiatan layanan dan memberikan arahan dalam pengisian instrument penelitian mengenai perilaku terlambat, dari kegiatan tersebut terlihat sebagian besar peserta didik masih memiliki perilaku terlambat terlihat dari hasil jawaban angket yang diberikan. Hasil dari pemberian Pretest kemudian dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat perilaku terlambat peserta didik.

Hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran perilaku terlambat pada peserta didik MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

Berdasarkan hasil pengamatan, pelaksanaan pretest dapat dikatakan cukup lancar ditunjukkan dengan peserta didik yang mengisi seluruh item instrumen dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian. Kegiatan pelaksanaan berakhir pada waktu yang telah ditentukan.

2) Pertemuan Kedua

Hari/tanggal : Senin, 22 Juli 2019

Waktu : 10.00-10.45

Tempat : Ruang Kelas

Setelah melakukan *pretest* dan mengetahui tingkat perilaku terlambat peserta didik maka langkah selanjutnya yaitu Kegiatan Konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Kegiatan konseling kelompok dengan teknik *self-management* dimulai dengan mengucapkan salam. Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta didik atas kesediaannya untuk mengikuti konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Penulis memimpin doa dengan harapan supaya pelaksanaan konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat. Penulis mengawali untuk memulai perkenalan yang dilanjutkan oleh seluruh peserta didik dengan cara bermain game. 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 penulis bersama dengan para peserta didik menetapkan kontrak waktu untuk melaksanakan konseling kelompok dengan teknik *self-management*, waktu yang disepakati sekitar 45 menit untuk pertemuan konseling kelompok pada pertemuan pertama ini. Selanjutnya penulis mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok 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 kelompok dengan teknik *self-management*. Penulis memberi kesempatan kepada para peserta didik untuk bertanya kembali serta memberi lembar kesan secara tertulis kepada peserta didik. Selanjutnya, penulis menanyakan pesan dan kesan anggota secara bergantian serta membahas untuk pertemuan konseling kelompok berikutnya. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan doa dan salam.

3) Pertemuan Ketiga

Hari/tanggal : Kamis, 25 Juli 2019

Waktu : 10.00-10.45

Tempat : Ruang Kelas

Kegiatan konseling kelompok pada tahap permulaan dibuka dengan mengucapkan salam. Penulis mengucapkan terimakasih kepada peserta didik atas kesediaanya 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 konseling kelompok teknik *self-management*. Selanjutnya penulis bersama dengan peserta didik menetapkan kontrak waktu Pada tahap permulaan ini peserta didik terlihat lebih rileks dibandingkan dengan konseling kelompok sebelumnya. Pada tahap peralihan, penulis mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok teknik *self-management*. Setelah peserta didik dipastikan siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan konseling kelompok teknik *self-management* pun dilanjutkan. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini yakni pembahasan topik Pengertian dan Manfaat disiplin tata tertib sekolah serta mengenai permasalahan yang sering dihadapi oleh peserta didik yaitu tidak tepat waktu pada saat datang ke sekolah,

peserta didik sering tiba disekolah setelah jam pelajaran dimulai, memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan dan sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai. Pembahasan dan pemecahan masalah akan dilakukan oleh para peserta didik sesuai kesepakatan bersama. Peserta didik masih terlihat malu dan takut untuk mengungkapkan permasalahannya. Penulis berusaha sebisa mungkin dengan meyakinkan kepada para peserta didik bahwa pelaksanaan konseling kelompok teknik *self-management* ini dijamin kerahasiaannya. Satu persatu peserta didik bergantian mengungkapkan permasalahan kurang disiplin yang dialaminya meski masih terkesan grogi, untuk itu penulis memberikan cuplikan video untuk membangkitkan semangat kepada peserta didik. Penulis memberikan suatu konsep kedisiplinan dengan pertama memberi masukan kepada seluruh peserta didik untuk membuat manajemen waktu untuk mengontrol kegiatan sehari-hari dengan berkomitmen dan bertanggung jawab. Selanjutnya agar kegiatan teknik *self-management* lebih menarik, penulis memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk membuat manajemen waktu sebaik mungkin. Selanjutnya penulis menyimpulkan seluruh kegiatan konseling kelompok yang telah berlangsung. Penulis menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Selanjutnya peserta didik diberi lembar kesan

untuk diisi kemudian peserta didik diminta untuk mengungkapkan pesan dan kesan terhadap kegiatan konseling kelompok teknik *self-management* pertemuan kedua ini. Penulis bersama dengan peserta didik membahas untuk pelaksanaan konseling kelompok berikutnya, setelah disepakati layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* ditutup dengan doa dan salam.

4) Pertemuan Keempat

Hari/tanggal : Senin, 29 Juli 2019

Waktu : 10.00-10.45

Tempat : Ruang Kelas

Pada tahap permulaan konseling kelompok teknik *self-management* dibuka dengan salam dan berdoa. Penulis memberikan penjelasan singkat tentang kegiatan teknik *self-management*. Pada pertemuan yang ke tiga ini peserta didik menyepakati untuk membahas mengenai topik Management Waktu. Karena menurut mereka permasalahan yang dialami oleh mereka hampir sama yaitu sama-sama tidak bisa memanajemen waktu. Terdapat beberapa peserta didik yang masih belum berani mengeluarkan pendapat, sebelum ditanya atau ditunjuk terlebih dahulu. Sehingga dalam teknik *self-management (self-reinforcement)* ini sebisa mungkin penulis mendorong aktif

peserta didik untuk membantu dan mengeluarkan pendapat terkait pembahasan tersebut. Seperti biasa, kegiatan dilanjutkan dengan menyaksikan beberapa video sebagai pembakar semangat, mencairkan suasana dan membuat suasana menjadi *rileks*. Penulis menanyakan kembali masalah yang dihadapi peserta didik dalam manajemen waktu, dari beberapa peserta didik ada yang menyatakan bahwa sedikit kesulitan untuk mengatur dan bertanggung jawab dalam mengikuti manajemen waktu. Penulis pun memeberikan masukan atau pendapat agar peserta didik yang masih sering kurang berkomitmen agar memberikan reward kepada diri sendiri dan apabila masih sering tidak komitmen maka *punishment* kepada diri masing-masing. Pada tahap ini pemateri memberikan penguatan diri (*self-reinforcement*) memberikan suatu motivasi dengan memberikan suatu perlakuan melalui media cuplikan film yang kemudian dijelaskan secara detail oleh penulis, tujuannya tidak lain yakni agar peserta didik lebih yakin bahwa setiap dalam diri mereka bisa diubah menjadi lebih baik lagi terutama dalam hal disiplin. Peserta didik pun menyaksikan secara saksama. Penulis menginformasikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Peserta didik diminta untuk mengisi lembar kesan, kemudian penulis meminta kesan dan pesan dari para peserta didik terkait kegiatan teknik *self-management* pertemuan ketiga ini. Penulis

menyimpulkan kegiatan yang telah dilalui pada teknik *self-management* kali ini. Selanjutnya penulis dan peserta didik membahas waktu dan tempat untuk melaksanakan Layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* berikutnya. Kegiatan teknik *self-management* ditutup dengan do'a dan salam.

5) Pertemuan Kelima

Hari/tanggal : Kamis, 1 Agustus 2019

Waktu : 10.00-10.45

Tempat : Ruang Kelas

Tahap permulaan ini diawali dengan salam dan berdoa bersama. Penulis menjelaskan kembali mengenai kegiatan konseling kelompok kepada seluruh peserta didik. Penulis dan peserta didik menyepakati waktu yang akan ditempuh dalam layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* yaitu 45 menit. Pada tahap ini penulis mengulas kembali mengenai kegiatan yang akan ditempuh. Penulis memastikan kesiapan para 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 behavior yakni dimana sasaran perilaku peserta didik agar lebih bertanggung jawab dan berkomitmen dalam disiplin. Pada pertemuan keempat ini peserta didik sudah mulai sadar dan mau mengungkapkan pendapatnya terkait pembahasan topik Management waktu. Setiap peserta didik memberikan motivasi satu sama lain sehingga setiap peserta didik berani untuk memberikan pendapatnya. Penulis juga memberikan motivasi terhadap semua peserta didik. Kegiatan dihari keempat ini dilanjutkan dengan memberikan suatu penjelasan yakni Bersikap Tegas. Peserta didik begitu sangat antusias menyaksikan paparan penjelasan bagaimana manfaat dari Bersikap Tegas. Kemudian penulis juga memberikan suatu saran kepada peserta didik untuk membuat *dream book*, yaitu kumpulan-kumpulan impian yang ditulis peserta didik sehingga menjadi kenyataan. Penulis meminta kesan dan pesan terkait pelaksanaan konseling kelompok serta memberikan lembar kesan untuk diisi oleh seluruh peserta didik. Pada pertemuan ini peserta didik dan penulis secara bersama-sama saling menuliskan harapan dan diakhiri dengan salam dan doa.

6) Pertemuan Keenam

Hari/tanggal : Kamis, 8 Agustus 2019

Waktu : 10.00-10.30

Tempat : Musholla

Pertemuan diawali dengan salam, pada pertemuan ini penulis akan memantau hasil akhir pada peserta didik setelah beberapa kali melakukan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*, guna menghasilkan data yang valid dengan *Posttest* menggunakan angket skala perilaku terlambat, untuk mengetahui berhasil atau tidak nya layanan yang telah diberikan. Sebelum mengakhiri kegiatan penulis mengucapkan terima kasih kepada responden yang telah mengikuti kegiatan ini sampai pada tahap akhir, pertemuan diakhiri dengan salam.

b. Hasil *Posttest* Perilaku Terlambat Peserta Didik

Berdasarkan hasil penyebaran instrumen penelitian tentang perilaku terlambat peserta didik MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020 yang berjumlah 10 orang, maka diperoleh presentase hasil *posttest* perilaku terlambat yang disajikan dalam tabel 10 sebagai berikut :

Tabel 10
Hasil *Posttest* Perilaku Terlambat Peserta Didik

No	Subjek	Skor	Kategori
1	RR	21	Rendah
2	DR	25	Rendah
3	AP	22	Rendah
4	R	20	Rendah
5	IA	41	Sedang
6	FY	24	Rendah
7	MS	26	Rendah
8	NF	27	Rendah
9	DS	26	Rendah
10	MR	21	Rendah

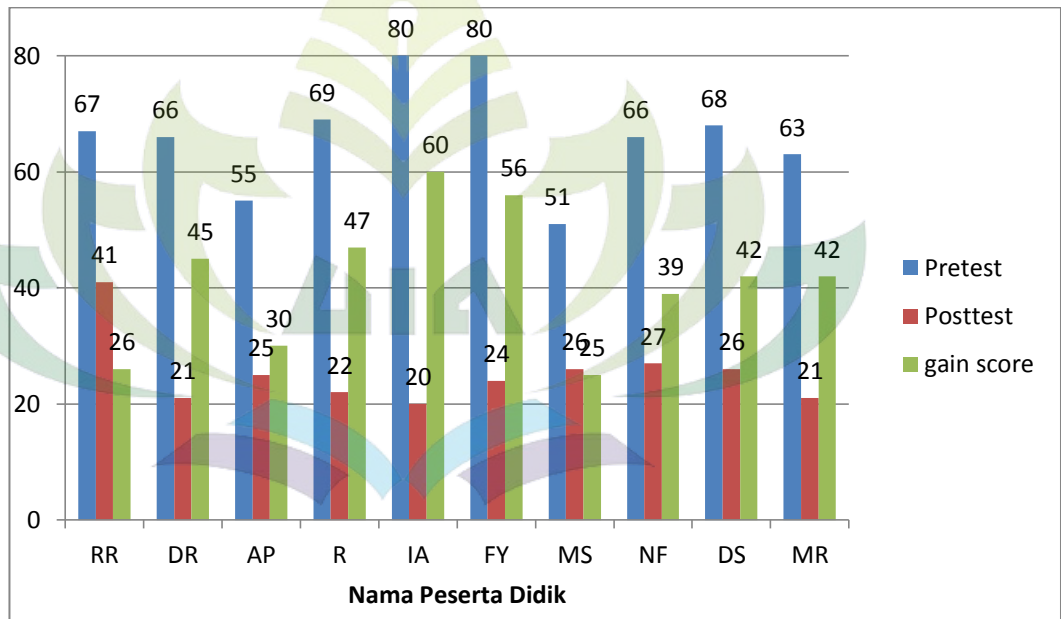
Berdasarkan hasil *Posttest* terdapat penurunan perilaku terlambat peserta didik terdapat 1 (10%) peserta didik yang memiliki perilaku terlambat sedang dan 9 (90%) peserta didik yang memiliki perilaku terlambat rendah.

Agar dapat mengetahui hasil skor peserta didik dari hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11
Uji Hasil *Pretest*, *Posttest* dan *Gain Score*

No	Subjek	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>
1.	RR	67	21	46
2.	DR	66	25	41
3.	AP	55	22	33
4.	R	69	20	49
5.	IA	80	41	39
6.	FY	80	24	56
7.	MS	51	26	25
8.	NF	66	27	39
9.	DS	68	26	42
10.	MR	63	21	42
Jumlah		665	253	412
Rata-rata dengan N=10		66.5	25.3	41.2

Dari data di atas dapat diketahui bahwa ada penurunan yang signifikan dari sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Rata-rata *pretest* pada perilaku terlambat peserta didik adalah 66,5 (termasuk kategori tinggi) dan rata-rata *posttest* pada perilaku terlambat peserta didik adalah 25,3 (termasuk kategori rendah), maka terlihat bahwa terdapat penurunan pada perilaku terlambat peserta didik sebelum dan sesudah adanya *treatment*. Penurunan ini dapat dilihat dari gambar berikut ini :



Grafik 1
Hasil *Pretest-Posttest* Perilaku Terlambat

- c. Hasil Uji Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *self-management* Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah Peserta Didik Kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan Tahun Ajaran 2019/2020

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H_0 = Tidak ada pengaruh konseling kelompok teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020.

H_a = Adanya pengaruh konseling kelompok teknik *self-management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang ke sekolah peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2019/2020.

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu_a = \mu_0$$

$$H_a : \mu_a \neq \mu_0$$

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* terhadap perilaku terlambat peserta didik didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 12
Wilcoxon Signed Ranks Test

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	10 ^a	5.50	55.00
Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties	0 ^c		
Total	10		

- a. posttest < pretest
- b. posttest > pretest
- c. posttest = pretest

Berdasarkan uji *wilcoxon* pada tabel diatas diperoleh skor *negative ranks* 10^a, skor ini menunjukkan bahwa ditemukan skor *posttest* peserta didik lebih besar dari skor *pretest*. Sedangkan *positive ranks* sebesar 0^b menunjukkan bahwa seluruh skor *posttest* peserta didik mengalami penurunan dibandingkan dengan *pretest*. Berikut hasil uji statistik *wilcoxon* pada kelompok eksperimen:

Tabel 13
Test Statistic
Test Statistics^a

	posttest - pretest
Z	-2.810 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

Dari tabel diatas dinyatakan jumlah Z hitung $-2.810 >$ dari Z tabel 0.05 dan jumlah nilai signifikan $0,005 < 0,05$, selain itu dapat dilihat tabel uji normalitas dibawah ini data *pretest* sebelum diberikan *treatment* dan *posttest* setelah diberikan *treatment*.

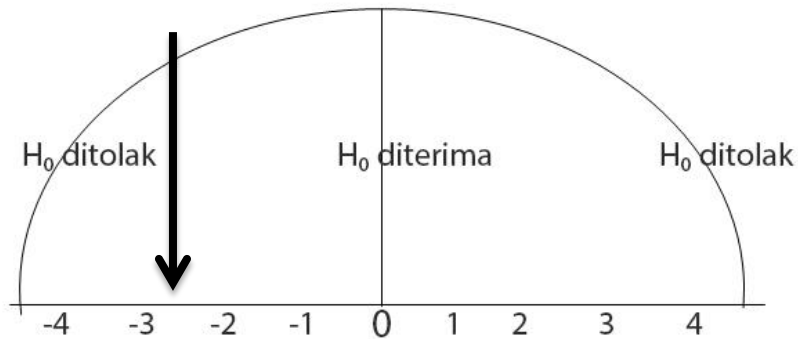
Tabel 14
Data Deskriptive Kelas Eksperimen
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	10	51	80	66.50	9.180
Posttest	10	20	41	25.30	6.038
Valid N (listwise)	10				

Pada tabel di atas diketahui bahwa z adalah -2.810^b . Dengan nilai mean pada *pretest* 66,5 nilai minimum sebesar 51 dan nilai maksimum sebesar 80. Setelah melaksanakan *posttest* hasilnya mengalami penurunan yaitu dengan nilai mean sebesar 25,3 nilai minimum 20 dan nilai maksimum sebesar 41. Dengan demikian perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan mengalami perubahan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*.

Z	0.00	0.01	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09
-3.9	0.00005	0.00005	0.00004	0.00004	0.00004	0.00004	0.00004	0.00004	0.00003	0.00003
-3.8	0.00007	0.00007	0.00007	0.00006	0.00006	0.00006	0.00006	0.00005	0.00005	0.00005
-3.7	0.00011	0.00010	0.00010	0.00010	0.00009	0.00009	0.00008	0.00008	0.00008	0.00008
-3.6	0.00016	0.00015	0.00015	0.00014	0.00014	0.00013	0.00013	0.00012	0.00012	0.00011
-3.5	0.00023	0.00022	0.00022	0.00021	0.00020	0.00019	0.00019	0.00018	0.00017	0.00017
-3.4	0.00034	0.00032	0.00031	0.00030	0.00029	0.00028	0.00027	0.00026	0.00025	0.00024
-3.3	0.00048	0.00047	0.00045	0.00043	0.00042	0.00040	0.00039	0.00038	0.00036	0.00035
-3.2	0.00069	0.00066	0.00064	0.00062	0.00060	0.00058	0.00056	0.00054	0.00052	0.00050
-3.1	0.00097	0.00094	0.00090	0.00087	0.00084	0.00082	0.00079	0.00076	0.00074	0.00071
-3.0	0.00135	0.00131	0.00126	0.00122	0.00118	0.00114	0.00111	0.00107	0.00103	0.00100
-2.9	0.0019	0.0018	0.0018	0.0017	0.0016	0.0016	0.0015	0.0015	0.0014	0.0014
-2.8	0.0026	0.0025	0.0024	0.0023	0.0023	0.0022	0.0021	0.0021	0.0020	0.0019
-2.7	0.0035	0.0034	0.0033	0.0032	0.0031	0.0030	0.0029	0.0028	0.0027	0.0026
-2.6	0.0047	0.0045	0.0044	0.0043	0.0041	0.0040	0.0039	0.0038	0.0037	0.0036
-2.5	0.0062	0.0060	0.0059	0.0057	0.0055	0.0054	0.0052	0.0051	0.0049	0.0048
-2.4	0.0082	0.0080	0.0078	0.0075	0.0073	0.0071	0.0069	0.0068	0.0066	0.0064
-2.3	0.0107	0.0104	0.0102	0.0099	0.0096	0.0094	0.0091	0.0089	0.0087	0.0084
-2.2	0.0139	0.0136	0.0132	0.0129	0.0125	0.0122	0.0119	0.0116	0.0113	0.0110
-2.1	0.0179	0.0174	0.0170	0.0166	0.0162	0.0158	0.0154	0.0150	0.0146	0.0143
-2.0	0.0228	0.0222	0.0217	0.0212	0.0207	0.0202	0.0197	0.0192	0.0188	0.0183
-1.9	0.0287	0.0281	0.0274	0.0268	0.0262	0.0256	0.0250	0.0244	0.0239	0.0233
-1.8	0.0359	0.0351	0.0344	0.0336	0.0329	0.0322	0.0314	0.0307	0.0301	0.0294
-1.7	0.0446	0.0436	0.0427	0.0418	0.0409	0.0401	0.0392	0.0384	0.0375	0.0367
-1.6	0.0548	0.0537	0.0526	0.0516	0.0505	0.0495	0.0485	0.0475	0.0465	0.0455
-1.5	0.0668	0.0655	0.0643	0.0630	0.0618	0.0606	0.0594	0.0582	0.0571	0.0559
-1.4	0.0808	0.0793	0.0778	0.0764	0.0749	0.0735	0.0721	0.0708	0.0694	0.0681
-1.3	0.0968	0.0951	0.0934	0.0918	0.0901	0.0885	0.0869	0.0853	0.0838	0.0823
-1.2	0.1151	0.1131	0.1112	0.1093	0.1075	0.1056	0.1038	0.1020	0.1003	0.0985
-1.1	0.1357	0.1335	0.1314	0.1292	0.1271	0.1251	0.1230	0.1210	0.1190	0.1170
-1.0	0.1587	0.1562	0.1539	0.1515	0.1492	0.1469	0.1446	0.1423	0.1401	0.1379
-0.9	0.1841	0.1814	0.1788	0.1762	0.1736	0.1711	0.1685	0.1660	0.1635	0.1611
-0.8	0.2119	0.2090	0.2061	0.2033	0.2005	0.1977	0.1949	0.1922	0.1894	0.1867
-0.7	0.2420	0.2388	0.2356	0.2327	0.2296	0.2266	0.2236	0.2206	0.2177	0.2148
-0.6	0.2743	0.2709	0.2676	0.2643	0.2611	0.2578	0.2546	0.2514	0.2482	0.2451
-0.5	0.3085	0.3050	0.3015	0.2981	0.2946	0.2912	0.2877	0.2843	0.2810	0.2776
-0.4	0.3446	0.3409	0.3372	0.3336	0.3300	0.3264	0.3228	0.3192	0.3156	0.3121
-0.3	0.3821	0.3783	0.3745	0.3707	0.3669	0.3632	0.3594	0.3557	0.3520	0.3483
-0.2	0.4207	0.4168	0.4129	0.4090	0.4052	0.4013	0.3974	0.3936	0.3897	0.3859
-0.1	0.4602	0.4562	0.4522	0.4483	0.4443	0.4404	0.4364	0.4325	0.4286	0.4247
-0.0	0.5000	0.4960	0.4920	0.4880	0.4840	0.4801	0.4761	0.4721	0.4681	0.4641

Gambar 6
Distribusi Tabel Z



Gambar 7
Kurva Wilayah Ho/Ha

Karena z hitung terletak di daerah H_0 maka keputusannya adalah menolak H_0 atau pemberian *self-management* dapat mengurangi perilaku terlambat peserta didik dengan melihat angka probabilitas pada output SIG adalah $0,005 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Hal ini berarti teknik *self-management* dapat mengurangi perilaku terlambat. Sedangkan dari perhitungan z hitung di dapat nilai z adalah -2,810 (tanda - tidak relevan karena hanya menunjukkan arah) lebih kecil dari z tabel yaitu 2,20.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang penulis lakukan dengan cara membandingkan antara hasil *pretest* dan *posttest* peserta didik kelas XI. Didapatkan hasil skor *pretest* sebesar 665 dengan nilai rata-rata atau *mean* 66.5. dan hasil skor *posttest* yang telah diperoleh sebesar 253 dengan jumlah nilai rata-rata atau *mean* 25.3 terdapat selisih antara skor *pretest* dan skor *posttest* sebesar 412 dengan nilai rata-rata 41.2. Dari hasil jumlah skor dan nilai rata-rata antara *pretest* dan *posttest* menunjukkan telah adanya penurunan perilaku terlambat peserta didik kelas XI setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management*. Hal ini juga dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest* (dengan jumlah nilai skor : $665 > 253$ atau rata-rata : $66.5 > 25.3$) dan dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-management* mempunyai pengaruh dalam mengurangi perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

Hal ini juga bisa dikaji dengan membandingkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Nurdjana Alamri dengan nilai pra siklus skor 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 siklus I ke siklus II yaitu sebesar 15,5 atau secara keseluruhan 27,88. Hasil ini telah menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-management*

dapat mengurangi secara signifikan perilaku terlambat peserta didik datang ke sekolah.¹

Perilaku terlambat datang ke sekolah merupakan hal-hal yang menyimpang bagi siswa karena siswa tidak mematuhi tata tertib jam masuk sekolah. Seandainya terus dibiarkan akan merusak moral dan menjadi kebiasaan siswa untuk datang terlambat ke sekolah. Bimbingan dan konseling ialah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu dengan menggunakan berbagai prosedur, cara dan bahan agar individu tersebut mampu mandiri dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya. Hal ini berarti bahwasanya guru BK disekolah berupaya untuk memfasilitasi peserta didik supaya peserta didik tersebut mampu mengatasi permasalahan dan perilaku terlambatnya, agar dapat sampai pada tujuan yang diharapkan dengan mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik. Dalam bimbingan dan konseling banyak teknik yang dapat digunakan salah satunya melalui konseling kelompok dengan teknik *Self-Management*.

Konseling kelompok merupakan layanan yang mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok, dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok. Konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Masalah pribadi itu dibahas melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh

¹ Nurdjana Alamri, *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X Sma 1 Gebog Tahun 2014/2015*, h. 6.

semua anggota dibawah pemimpin kelompok. Dimanapun layanan konseling kelompok ini dilakukan harus terjamin bahwa dinamika kelompok dapat berkembang dengan sebaik-baiknya untuk mencapai tujuan kelompok.

Salah satu teknik yang dipilih oleh peneliti dalam konseling kelompok 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 kearah yang lebih baik dan terdapat suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik sehingga teknik ini dapat berpengaruh terhadap peserta didik.

Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* dalam mengurangi perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan diberikan selama 6 kali pertemuan yang termasuk kedalam kegiatan *pretest* dan *posttest* serta sesi layanan yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan.

Berdasarkan dengan hasil *pretest* dan *posttest* yang telah diberikan di kelas XI terjadi penurunan antara jumlah skor kedua test tersebut. Telah diketahui peserta didik kelas XI sebelum diberikan layanan konseling kelompok sebesar 665 dengan jumlah nilai rata-rata atau *mean* 66.5, setelah diberikan layanan konseling kelompok terjadi penurunan pada

jumlah skor yang telah di dapat pada *posttest* sebesar 253 dengan jumlah nilai rata-rata atau mean 25.3.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* berpengaruh dalam mengurangi perilaku terlambat peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

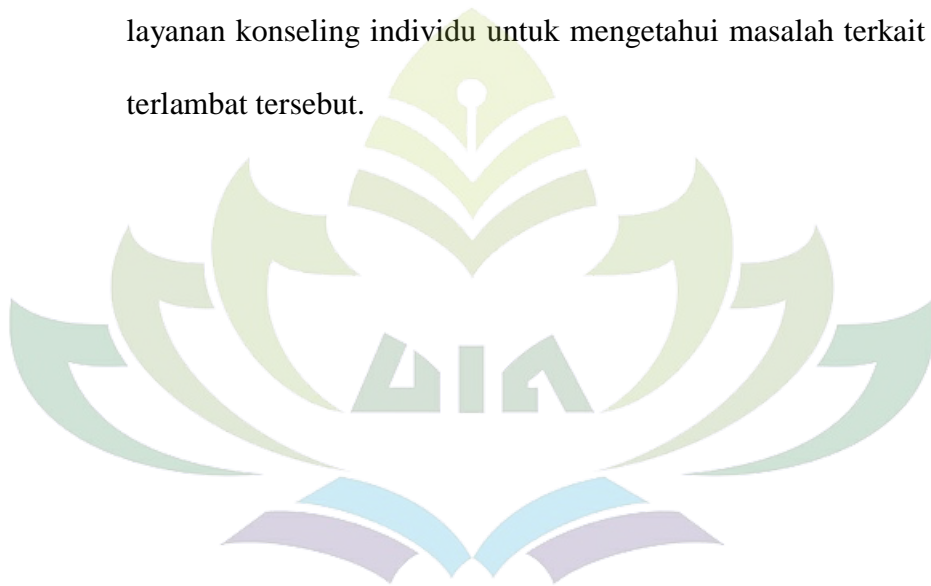
Berdasarkan pada tujuan penelitian dan hasil pembahasan penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *self-management* terhadap perilaku terlambat pada 10 peserta didik kelas XI MA Al-Khairiyah Natar Lampung Selatan.

B. Saran

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

1. Peserta didik perlu menindak lanjuti dan mengurangi perilaku terlambat sehingga dapat mencapai tujuan belajar dan prestasi belajar yang lebih baik.
2. Guru BK agar dapat memprogramkan dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling secara optimal untuk membantu mengurangi perilaku terlambat peserta didik. Di dalam proses konseling, konselor diharapkan mampu menggunakan teknik yang sesuai dengan permasalahan dan tidak menutup kemungkinan untuk menggabungkan teknik yang digunakan dengan teknik lain sebagai teknik pendukung.

3. Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan dua jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling untuk membantu perkembangan peserta didik.
4. Kepada penulis lain yang akan melakukan penelitian mengenai perilaku terlambat hendaknya dapat bekerjasama dengan pihak lain seperti orang tua maupun guru wali kelas/mata pelajaran, serta sebelum diadakan konseling kelompok diharapkan dapat memberikan layanan konseling individu untuk mengetahui masalah terkait perilaku terlambat tersebut.



DAFTAR PUSTAKA

- Dapartemen Agama RI. 1987. *Terjemah Al-Qur'an Al-Karim*. Bandung: PT. Alma'arif.
- Gie, The Liang. 2000. *Cara Belajar yang Baik bagi Mahasiswa edisi kedua*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Gunarsa, Singgih D. 2011. *Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: Libri.
- Hasan, M. Iqbal. 2002. *Metode Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Komalasari Gantina, Eka Wahyuni dan Karsih. 2016. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta : PT Indeks.
- Kurnanto, M.E. 2003. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Marwah Rusydiana. *Metode Konseling Individu Terhadap Siswa Terlambat Masuk Sekolah Di MAN Yogyakarta 1 (State Islamic University Sunan Kalijaga Yogyakarta)*.
- Nurdjana Alamri. *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X Sma 1 Gebog Vol. 01 Tahun 2014/2015)*.
- O'Donohue, William T. Fisher, Jane E. 2009. *General Principles and Empirically Supported Techniques of Cognitive Behavior Therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Prayitno 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Reza Febrianti. *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI APB Di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung T.A. 2017/2018*, (Skripsi Mahapeserta didik BKUIN Raden Intan Lampung).

Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.

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

Sukardi dan Kusumawati. 2008. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Supriyanto Agus. 2016. *Layanan Konseling Individual Pendekatan Teknik Shaping Untuk Mengatasi Perilaku Terlambat Datang Ke Sekolah*.

Sutoyo Anwar. 2014. *Pemahaman Individu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.

Widoyoko Eko Putro. 2014. *Penilaian Hasil Pembelajaran Disekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Suharsimi Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Winkel (dalam Kurnanto). 2003. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.