

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK
KELAS VII DI SMP ISLAM IBNU KHALDUN
BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

**NURUL FAUQAN NURIN
NIM. 150213079
Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING
2019 M/1441 H
BANDA ACEH**

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF MANAGMENT* UNTUK
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK
KELAS VII DI SMP ISLAM IBNU KHALDUN
BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi Untuk memperoleh Gelar Sarjana
Prodi Bimbingan dan Konseling

Diajukan Oleh

NURUL FAUQAN NURIN

NIM. 150213079

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Mashuri, S.Ag., M.A
197103151999031009

Wanty Khaira, S.Ag., M.Ed
197606132014112002

**EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK
KELAS VII DI SMP ISLAM IBNU KHALDUN
BANDA ACEH**

SKRIPSI

Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)
dalam Ilmu Pendidikan

Pada Hari/Tanggal :

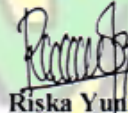
Rabu, 18 Desember 2019 M
21 Rabiul Akhir 1441 H

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

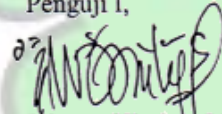
Ketua,


Mashuri, S.Ag., M.A
NIP. 197103151999031009

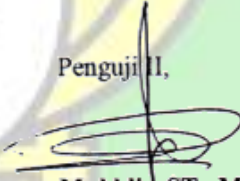
Sekretaris,


Riska Yuniar, S.Pd

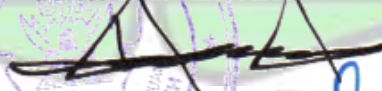
Penguji I,


Wanty Khaira, M. Ed
NIP. 197606132014112002

Penguji II,


Mukhlis ST., M.Pd
NIP. 197211102007011050

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh


Dr. Muslim Razali, Sh.M.Ag
NIP. 195903091989031001



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Fauqan Nurin
NIM. : 150213079
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Judul Skripsi : Efektivitas Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan
Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII di SMP Islam Ibnu
Khaldun Banda aceh

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggung jawabkan;
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain;
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber asli atau tanpa izin pemilik karya;
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data;
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggung jawab atas karya ini.

Bila di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat bertanggung jawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Banda Aceh, 18 Desember 2019

Yang menyatakan,



Nurul Fauqan Nurin)
NIM. 150213079

ABSTRAK

Nama : Nurul Fauqan Nurin
NIM : 150213079
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan dan Konseling
Judul : Efektivitas Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh
Tanggal Sidang : 18 Desember 2019
Tebal Skripsi : 132 Lembar
Pembimbing I : Mashuri, S.Ag., M.A
Pembimbing II : Wanty Khaira, S.Ag., M.Ed
Kata Kunci : Teknik *Self Managment*, Kedisiplinan

Disiplin adalah suatu perilaku peserta didik yang terbentuk melalui proses dari serangkaian kebiasaan yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, keteraturan dan ketertiban berdasarkan acuan nilai norma. Peserta didik yang memiliki disiplin akan menunjukkan ketaatan dan keteraturan terhadap perannya sebagai seorang pelajar yaitu pelajar secara terarah dan teratur. Penelitian ini dilakukan di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh dengan latar belakang masalah kurangnya peserta didik dalam mengelola waktu, karena SMP Islam Ibnu Khaldun merupakan sekolah berbasis asrama (dayah), oleh karena itu hampir seluruh peserta didik mengalami masalah pribadi terkhusus terhadap kedisiplinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui teknik *self management* sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dan menggunakan jenis penelitian *pre-experimental* (pra-eksperimen) dengan desain *One Group Pre-test dan Post-test Design*. Pengumpulan data yang digunakan adalah skala *likert*. Teknik analisis dengan menggunakan uji normalitas dan uji-t. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh. Berjumlah 61 peserta didik dengan kedisiplinan tinggi, sedang dan rendah, sedangkan sampelnya sebanyak 7 orang peserta didik yang mewakili dari kelas VII. Sampel di pilih melalui *sampling purposive* dengan pengkategorisasi peserta didik yang tingkat kedisiplinan terendah. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, hasil penelitian menunjukkan teknik *self management* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala, yang telah melimpahkan rahmat, hidayat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi. Shalawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan Alam Nabi Muhammad Shallallahu'alaihi Wa Sallam, keluarga dan para sahabatnya. Sujud syukurnya kusembahkan kepadamu Allah Subhanahu wa Ta'ala yang Maha Tinggi dan Maha Adil dan Maha Penyayang, atas takdirmu telah menjadikan kami manusia yang senantiasa berfikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal untuk meraih cita-cita.

Akhirnya, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Efektivitas Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh”**. Skripsi disusun dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi banyak terdapat kendala. Namun berkat bantuan, bimbingan, kerjasama dari berbagai pihak dan berkah dari Allah Subhanahu wa Ta'ala sehingga kendala-kendala yang dihadapi dapat diatasi. Maka dari itu pada kesempatan ini perkenankanlah penulis dengan senang hati mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Warul Walidin, AK.MA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang telah memberikan kesempatan belajar di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
2. Bapak Dr. Muslim Razali, SH.,M.Ag selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, pembantu dekan dan seluruh staf karyawan/karyawati FTK UIN Ar-Raniry yang telah memberikan izin untuk melanjutkan studi di program Studi Bimbingan dan Konseling.
3. Ibu Dr. Chairan M. Nur, M.Ag. selaku ketua prodi bimbingan dan konseling, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh dan Bapak Mashuri, S.Ag., M.A, selaku sekretaris jurusan Program Studi Bimbingan dan konseling, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
4. Bapak Mashuri, S.Ag., M.A Selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan arahan. Semoga Allah selalu meridhai dan memberkahi setiap langkah bapak dan keluarga, Amin.
5. Ibu Wanty Khaira, S.Ag., M.Ed selaku pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan serta motivasi yang sangat berharga. Terimakasih atas waktu yang selalu ibu luangkan, semoga ibu dan keluarga selalu dalam lindungan Allah SWT.
6. Seluruh dosen dan asisten dosen serta staf karyawan/i jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang telah banyak memberi ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.

7. Staf Administrasi dan staf perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
8. Ibu Erfitiawati Masri, S,Ag., MA selaku kepala sekolah SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan pengumpulan data pada SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.
9. Seluruh peserta didik SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh kelas VII yang telah bekerjasama pada penelitian.
10. Teristimewa kepada Ayahanda Zulkifli, SH dan Almh ibunda tercinta Siti Fathannah yang selama ini telah membantu peneliti dalam bentuk perhatian, kasih sayang, motivasi, dukungan serta do'a yang tiada henti-hentinya mengalir demi kelancaran dan kesuksesan peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
11. Kepada kakak, abang dan adik tercinta terimakasih atas motivasi, perhatian, dan semangatnya selama ini.
12. Kepada sahabat terkasih, Nada Nahria, Siti Safura, Rizka Wahyuni, Rihannah Tuzjuriah, Wardiana, Hummaira, Devi Maulidia, Eka Zulmika terimakasih untuk kebersamaannya selama ini dalam perjuangan kita menggapai impian sebagai konselor yang hebat. Terimakasih atas motivasinya serta semangat kita yang tiada henti-hentinya untuk mendapat gelar sarjana.

13. Kepada teman-teman angkatan 2015 program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, khususnya kepada teman-teman unit 03, terimakasih atas kerjasamanya selama ini.

Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. Terimakasih atas segala bantuan, dukungan dan kerjasama serta do'a. Semoga Allah memberikan pahala yang berlipat, Amin.

Banda Aceh, 18 Desember 2019

Nurul Fauqan Nurin
NIM. 150213079



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI	
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Hipotesis Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Definisi Operasional	9
 BAB II : KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori Mengenai Teknik <i>Self Managment</i>	13
1. Pengertian Teknik <i>Self Managment</i>	13
2. Tujuan Teknik <i>Self Managment</i>	15
3. Manfaat Teknik <i>Self Managment</i>	16
4. Aspek Teknik <i>Self Managment</i>	17
5. Karakteristik Teknik <i>Self Managment</i>	19
6. Faktor Yang Mempengaruhi Teknik <i>Self Managment</i>	19
7. Pelaksanaan Teknik <i>Self Managment</i>	21
B. Kajian Teori Mengenai Kedisiplinan	23
1. Pengertian Disiplin	23
2. Fungsi Disiplin.....	26
3. Macam-Macam Disiplin	26
4. Faktor-Faktor Disiplin	27
5. Ciri-Ciri Disiplin.....	29
6. Tujuan Disiplin	30
7. Unsur-Unsur Disiplin.....	31
C. Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Managment</i> Untuk Meningkatkan Kedisiplinan	32
1. Definisi Efektivitas	32
2. Aspek-Aspek Efektivitas	34
3. Cara Mengukur Efektivitas.....	35

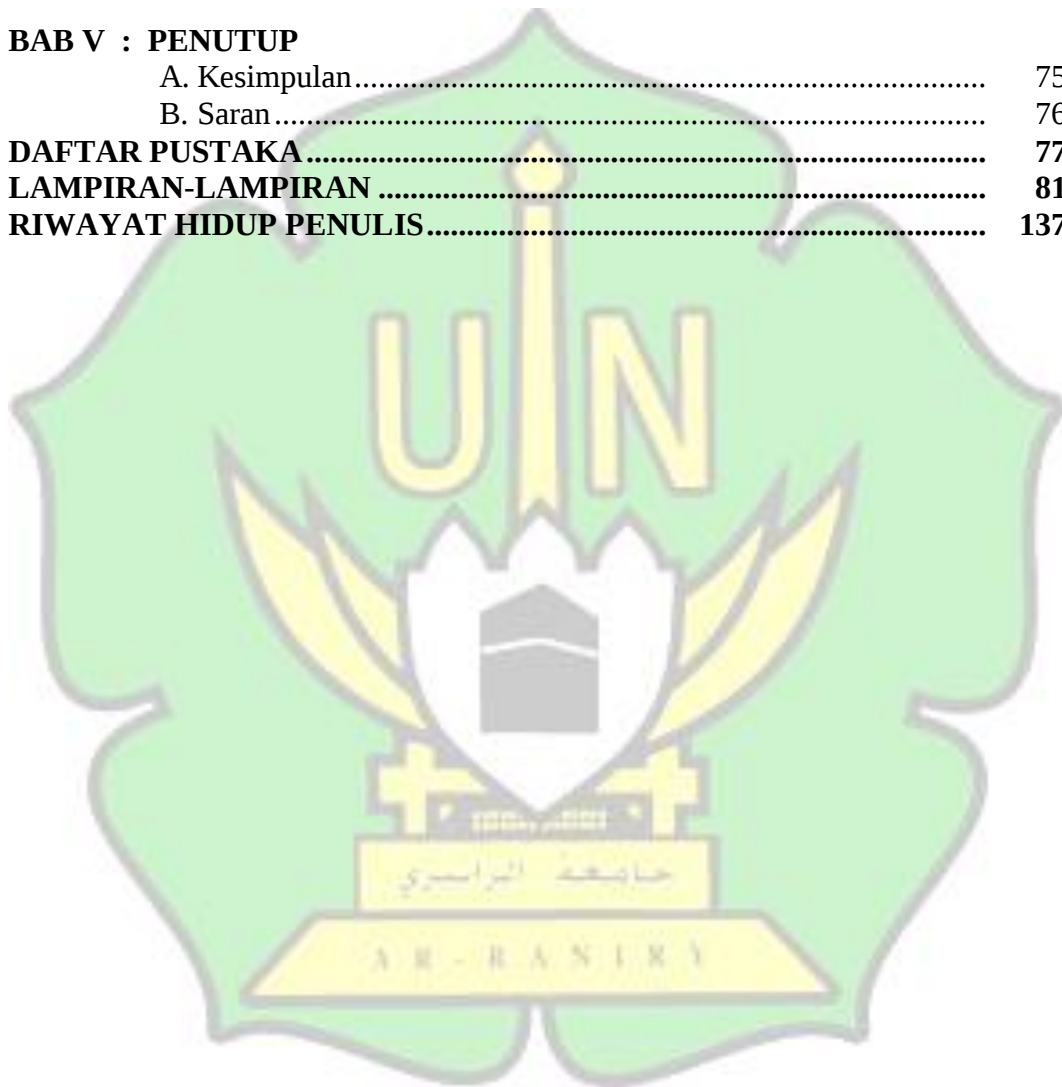
BAB III : METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	37
B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian.....	38
1. Lokasi.....	38
2. Populasi.....	38
3. Sampel	39
C. Instrumen Pengumpulan Data	40
1. Validitas Instrumen.....	42
2. Realiabilitas Instrumen	46
D. Teknik Pengumpulan Data	47
1. Observasi	47
2. Skala	47
E. Teknik Analisis Data	49
1. Uji Normalitas.....	49
2. Uji-t.....	50
F. Pedoman Penelitian.....	50

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
B. Hasil Penelitian.....	53
1. Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik <i>Self Managment</i> di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.....	54
2. Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik <i>Self Managment</i> di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	58
3. Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self Managment</i> Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.....	59
a. Uji Normalitas.....	59
b. Uji Hipotesis Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self Managment</i> Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	61
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	64
1. Pembahasan Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik <i>Self Management</i> Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	64
2. Pembahasan Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik <i>Self Management</i> Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	66

3. Pembahasan Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik <i>Self Management</i> Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.....	68
D. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling	69
a. <i>Pre-test</i>	70
b. Perlakuan (<i>Treatment</i>)	70
c. <i>Post-test</i>	73
BAB V : PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	75
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN-LAMPIRAN	81
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	137



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Standar Ukuran Efektivitas.....	35
Tabel 3.1	Rumus <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	37
Tabel 3.2	Jumlah Anggota Populasi Penelitian Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	39
Tabel 3.3	Jumlah Anggota Sampel Penelitian Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	40
Tabel 3.4	Kisi-Kisi Instrumen Kedisiplinan.....	41
Tabel 3.5	Hasil Penimbangan Angket Kedisiplinan.....	42
Tabel 3.6	Rumus <i>Product Moment</i> Perhitungan Validasi.....	43
Tabel 3.7	Hasil Uji Validitas Butir Item.....	44
Tabel 3.8	Skor <i>r</i> Hitung dan <i>r</i> Hasil Validitas Butir Item.....	44
Tabel 3.9	Output Uji Reabilitass	46
Tabel 3.10	Kategori Pemberian Skor Alternative Jawaban.....	48
Tabel 4.1	Jumlah Peserta Didik SMP Islam Ibnu Khaldun	53
Tabel 4.2	Kategori Kedisiplinan Peserta Didik	54
Tabel 4.3	Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	55
Tabel 4.4	Skor <i>Pre-test</i> Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Konseling dengan Teknik <i>Self Management</i>	57
Tabel 4.5	Skor <i>Post-test</i> Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Konseling dengan Teknik <i>Self Management</i>	58
Tabel 4.6	<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	60
Tabel 4.7	Perbandingan Skor <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	61
Tabel 4.8	Perbandingan Skor <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kedisiplinan Peserta Didik SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.....	62

Tabel 4.9	<i>Paired Sample Statistics</i>	63
Tabel 4.10	Uji t Berpasangan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Dalam Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh	63
Tabel 4.11	Efektivitas <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Teknik <i>Self</i> <i>Management</i> Kedisiplinan Peserta Didik	74



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keterangan Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian dari FTK UIN Ar-Raniry
- Lampiran 3 : Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Banda Aceh
- Lampiran 4 : Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Dari Kepala Sekolah SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh
- Lampiran 5 : Instrumen Respon Peserta Didik Setelah Pemberian *Treatmet Self Management*
- Lampiran 6 : Lembar Observasi
- Lampiran 7 : Lembar Kerja Peserta Didik
- Lampiran 8 : Lembar Monitoring Peserta Didik
- Lampiran 9 : Absensi Peserta Didik
- Lampiran 10 : RPL (Rancangan Pelaksanaan Layanan)
- Lampiran 11 : Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 12 : Biodata Peneliti



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, pemahaman dan belajar untuk menyesuaikan tingkah laku dengan kebutuhan peserta didik. Untuk memperoleh suatu pengetahuan, pemahaman, pengalaman yang baik, maka seseorang harus memiliki kedisiplinan diri yang baik juga. Pendidikan sangat berkaitan dengan adanya disiplin. Setiap peserta didik memiliki tingkat disiplin yang berbeda antara satu dengan lainnya.

Dalam mengajar, guru harus pandai menggunakan pendekatan secara arif dan bijaksana, bukan sembarangan yang bisa merugikan peserta didik. Pandangan guru terhadap peserta didik akan menentukan sikap dan perbuatan. Setiap guru tidak selalu mempunyai pandangan yang sama dalam menilai peserta didik. Dengan memberikan layanan yang terbaik kepada peserta didik, dengan menyediakan lingkungan yang menyenangkan. Oleh karena itu, guru Bimbingan Konseling harus memiliki kreativitas yang tinggi untuk mengubah dan menciptakan lingkungan yang lebih baik bagi peserta didik.¹

Dalam menciptakan lingkungan belajar yang baik bagi peserta didik, sekolah memiliki peraturan dalam mengembangkan dan melatih peserta didik untuk disiplin. Peraturan sekolah yang memberikan hukuman bagi peserta didik yang terlambat pergi ke sekolah akan membawa dampak positif dalam

¹ Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005), h. 5.

pengembangan diri peserta didik, selain itu pendidik juga harus memperhatikan perkembangan akhlak yang diperoleh oleh peserta didik. Tujuan orang tua menyekolahkan anaknya bukan hanya untuk memperoleh pengetahuan, tetapi juga dalam mempraktikkan akhlak yang baik dan juga disiplin dalam diri peserta didik, agar peserta didik dapat mandiri dalam melakukan kegiatan sesuai kebutuhan yang lebih terarah, begitupun peserta didik juga dapat berinteraksi sesuai dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat dan agama.

Pelayanan Bimbingan Konseling merupakan bagian integral dalam proses pendidikan. Program pelayanan Bimbingan dan Konseling merupakan upaya pengembangan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung Bimbingan Konseling. Kegiatan konseling akan selalu terkait dengan pendidikan, karena keberadaan konseling dalam pendidikan merupakan konsekuensi logis dari upaya pendidikan itu sendiri, karena program dalam Bimbingan dan Konseling meliputi aspek-aspek tugas perkembangan individu.²

Prestasi akademis yang kurang baik pada peserta didik dapat disebabkan oleh beberapa hal, terutama kedisiplinan mereka, baik di dalam kelas maupun luar kelas. Keberhasilan disiplin peserta didik di dalam kelas dapat kita lihat bagaimana peserta didik memiliki dan mengatur waktu dalam belajarnya sedangkan di luar kelas kita dapat melihat disiplin peserta didik dalam mentaati aturan-aturan yang telah ditetapkan di sekolah. Kedisiplinan peserta didik sangat

² Daryanto Mohammad Farid, *Bimbingan Konseling (Panduan Guru BK dan Umum)*, (Yogyakarta: Gava Media, 2002), h. 105.

dipengaruhi oleh perubahan lingkungan akademis yang mereka temui. Hasil belajar yang di peroleh akan sangat bergantung pada keterampilan seorang peserta didik dalam menerapkan strategi pengaturan diri mereka dalam belajar. Perilaku *self regulated learning* adalah aksi belajar yang merupakan inisiatif diri sendiri individu yang meliputi penentuan aturan dan tujuan yang ingin mereka capai. Jadi tugas guru Bimbingan Konseling di sekolah ialah memberikan bimbingan mengenai kedisiplinan peserta didik, agar peserta didik dapat lebih mandiri dalam mengelola dirinya, baik di lingkungan sekitar ataupun lingkungan baru.³

Setiap orang memerlukan untuk menjadi kreatif dan mengaktualisasikan diri. Disisi lain, kendali diri diperlukan sebagai regulasi atas dorongan dan kemampuan yang dimiliki, baik secara fisik, psikis, maupun perilaku. Disinilah peran *self management* sangat dibutuhkan untuk mengelola seluruh kemampuan tersebut. Menurut Sukadji, *self management* atau pengelolaan diri adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.

Pada teknik ini individu atau peserta didik terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar, yaitu menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan ditetapkan, melaksanakan dan mengevaluasi prosedur tersebut.⁴ Dengan kata lain, *self management* merupakan kemampuan yang dimiliki seorang individu untuk mengontrol dirinya baik dari segi emosi, perilaku, bahkan untuk merubah stimulus.

³ Koestoer, *Dinamika dalam Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Erlangga, 1983), h. 61.

⁴ Gantina Komalasari dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), h. 180.

Menurut penelitian yang sudah dilakukan oleh Loviana Desi pada tahun 2016 dengan judul “Penerapan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Di SMAN 5 Banda Aceh” menyimpulkan bahwa *self management* merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan individu. Mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan mampu mengaktualisasikan diri dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat kedisiplinan belajar siswa SMAN 5 Banda Aceh sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan bentuk *pra-experiment, one group pre-post test design*.

Penarikan sampel 10 orang dari 30 siswa yang diduga memiliki tingkat kedisiplinan belajar rendah. Pengumpulan data menggunakan angket kedisiplinan belajar dengan skala 1-4. Data penelitian dianalisis dengan uji *paired sample sign test*. Hasil analisis menunjukkan tingkat kedisiplinan belajar peserta didik mengalami peningkatan yang signifikan setelah diberikan layanan teknik *self management* sebanyak 10 kali pertemuan.

Menurut penelitian Ni Putu Megantari dengan judul penelitian “Penerapan Konseling Behavioral dengan Strategi *Self Management* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa X MIA-4 SMA Negeri 3 Singaraja”, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling penerapan behavioral dengan strategi *self management* untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas X MIA-4.

Subjek dalam penelitian ini kelas X MIA-4 yang memiliki disiplin belajar rendah. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan Bimbingan Konseling. Untuk mengumpulkan data yang diperlukan yaitu pedoman observasi dan *log sheet* sebagai data pendukung dan kuisioner sebagai alat pengumpulan data utama. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus yaitu siklus I dan siklus II. Setiap siklus terdiri dari enam tahap sebagai berikut identifikasi diagnosis, prognosis, konseling/*treatment*, evaluasi dan refleksi. Hasil penelitian ini menunjukkan terjadi peningkatan disiplin belajar siswa. Peningkatan persentase disiplin belajar siswa adalah sebagai berikut: pada pelaksanaan siklus I di peroleh rata-rata 126,8 dalam katagori sangat tinggi.

Hasil analisis data yang diperoleh pada siklus I dan siklus II bahwa dari 6 siswa sudah menunjukkan perilaku disiplin belajar, jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan *strategi self management* dapat meningkatkan disiplin belajar siswa kelas X MIA-4.

Sekolah SMP Islam Ibnu Khaldun merupakan lembaga pendidikan islam dapat disebut dayah atau pesantren. Seperti yang kita ketahui dayah atau pesantren memiliki asrama dan peserta didik diwajibkan untuk tinggal diasrama selama proses kegiatan belajar berlangsung baik dari kelas VII, VIII dan XI.

Kegiatan peserta didik yang tinggal diasrama dapat dikatakan jauh berbeda dengan peserta didik yang bersekolah umumnya. Peserta didik yang tinggal diasrama harus dapat mengatur dan mengelola waktu agar dapat mengerjakan semua aktivitasnya, mulai dari bangun tidur jam 4 pagi, shalat berjamaah, membaca al-qur'an, mengantri mandi, penambahan kosa-kata bahasa arab dan

inggris, membuat tugas yang diberikan guru, mencuci kain, sekolah, makan siang, belajar kitab dan siswa tetap melakukan kegiatan dan aktivitas yang sama dari bangun tidur sampai tidur lagi.

Fakta yang terjadi di lapangan hampir keseluruhan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun mengalami permasalahan pribadi lebih khususnya dalam mengatur dan mengelola waktu yang telah disediakan untuk melaksanakan kegiatan. Sangat banyak ditemukan peserta didik yang sering terlambat masuk kelas, tidak memakai seragam yang telah ditentukan sesuai peraturan, jarang masuk kelas dengan berbagai alasan, tidak membuat tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, tidur di dalam kelas, dan tidak membuat tugas dengan alasan terlalu padatnya kegiatan asrama seperti belajar malam, menghafal mufradhat bahasa Arab dan bahasa Inggris, belajar kitab maupun hafalan Al-Qur'an dan tahajjud malam sehingga peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun ini terlambat tidur dan terlambat pergi kesekolah.

Oleh karena itu, berdasarkan fenomena-fenomena diatas peneliti juga tertarik untuk mengangkat judul penelitian dengan menggunakan teknik *self management*. Karena menurut peneliti teknik ini salah satu layanan bimbingan yang efektif untuk diberikan kepada peserta didik kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Teknik *Self Management* efektif

untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh ?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui efektifitas teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah dugaan sementara terhadap masalah yang diteliti sampai menemukan bukti kebenarannya melalui data yang terkumpul. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu: Terdapat efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun.

H_a : Teknik *Self Management* efektif untuk meningkatkan disiplin siswa.

H_o : Teknik *Self Management* tidak efektif untuk meningkatkan disiplin siswa.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dari penelitian ini dapat menambah wawasan/pengetahuan tentang pengaruh teknik *self management* terhadap peningkatan kedisiplinan peserta didik melalui layanan bimbingan kelompok terhadap peserta didik SMP Ibnu Khaldun dengan membandingkan kenyataan yang ada di lapangan dengan teori yang ada. Sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang akan mengambil tema yang sama.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pendidik khususnya guru Bimbingan Konseling untuk mencari dan menuntaskan berbagai permasalahan-permasalahan yang terjadi pada peserta didik.

- a. Untuk mendorong para guru agar selalu membimbing peserta didik untuk meningkatkan kedisiplinan dalam belajar.
- b. Sebagai pedoman bagi guru Bimbingan Konseling agar dapat menerapkan strategi yang tepat untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.
- c. Agar peserta didik sadar bahwa sikap kurang disiplin yang dilakukan selama ini tidak baik dalam belajarnya dan perlu diubah.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Sekolah

Bagi sekolah, menjadi *alternative* pendekatan untuk kemandirian dalam melakukan tugas peserta didik.

b. Bagi Guru

Dapat membantu para guru untuk membimbing peserta didiknya mengenai kedisiplinan diri.

c. Bagi Peserta Didik

Dapat membantu peserta didik untuk mengembangkan dirinya dalam mengatur diri.

F. Definisi Operasional

1. Efektivitas

Efektivitas berasal dari kata efektif mempunyai arti efek, pengaruh, akibat atau dapat membawa hasil. Jadi efektivitas adalah keaktifan, daya guna, adanya kesesuaian dalam suatu kegiatan orang yang melaksanakan tugas dengan sasaran yang akan dituju. Efektivitas menekankan pada hasil yang dicapai.⁵

Efektivitas yang dimaksud dalam Kamus Bahasa Indonesia adalah dia ditugasi untuk memantau.⁶ Efektivitas dalam penelitian ini adalah kesesuaian dalam suatu kegiatan orang yang melaksanakan tugas dengan sasaran yang dituju. Sehingga efektivitas menunjukkan pada taraf tercapainya hasil.

2. Pengertian Teknik *Self Managment*

Teknik *Self Managment* adalah teknologi untuk menyelesaikan permasalahan manusia. Hal ini diselesaikan melalui pengetahuan dan pengalaman praktis yang diterapkan untuk mendesain objek atau proses yang berguna.⁷ Teknik *Self Management* juga merupakan penerapan ilmu melalui suatu keterampilan pengelolaan diri, dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Selain itu manajemen diri merupakan bagaimana cara individu menetapkan tujuan hidup dalam dirinya.

⁵ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Cet. Ke-5*, (Jakarta: Pustaka Phoenix, 2010), h. 625.

⁶ Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa, Edisi Keempat, (Jakarta: PT. Gramedia, 1995), h. 352.

⁷ Luthfi Fauzan, *Praktik Teknik Konseling Self Management*, (2009). Diakses pada tanggal 13 April 2018 dari situs web <https://luthfifauzan.wordpress.com/2009/12/23/praktik-teknik-konseling-self-managment/>

“Menurut L. James Havery, teknik adalah prosedur logis dan rasional untuk merancang suatu rangkaian komponen yang berhubungan satu dengan yang lainnya untuk kesatuan dalam usaha mencapai suatu tujuan yang telah ditentukan”

Jadi teknik yang dimaksud peneliti disini adalah suatu penerapan ilmu yang menggunakan berbagai prosedur tertentu untuk menyelesaikan berbagai permasalahan yang ada pada manusia, Sedangkan pengertian *Self* adalah individu sebagai makhluk yang sadar. *Self* merupakan kepribadian atau organisasi sifat-sifat.

Menurut G.W Allort, *self* adalah milik sendiri atau penghayatan tubuh, kesadaran pada individu mengenai identitasnya, kesinambungannya, usaha atau perjuangannya dan gambaran-gambaran atau kesan bayangan-bayangannya.⁸

Self yang dimaksud dari pengertian di atas ialah suatu kepribadian, sifat, penghayatan tubuh, kesadaran individu terhadap identitas, ego atau hal-hal yang terlibat dalam diri seseorang. *Management* adalah suatu seni untuk melaksanakan suatu pekerjaan melalui orang lain.⁹

Menurut peneliti teknik *self management* merupakan suatu penerapan ilmu sesuai prosedur melalui seni dan keterampilan dalam pengelolaan diri, dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Selain itu manajemen diri merupakan bagaimana cara individu menetapkan tujuan hidup dalam dirinya.

Teknik *Self Management* merupakan salah satu model dalam *cognitive-behaviortherapy*, *self Management* meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), *reinforcement* perilaku yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan

⁸ Kartini Kartono, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Bandung: Raja Grafindo Persada, 2011), h. 451.

⁹ James A.F Stoner Sirait, *Management*, (Jakarta:PT Sinar Grafika, 1989), h.7.

diri sendiri (*self-contracting*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*). *Components of Self Management: self-monitoring, self-evaluation, self-reinforcement, and self instruction.*¹⁰

Teknik *self management* dalam penelitian ini adalah suatu proses dimana akan membuat seseorang menjadi lebih baik. *Managment* diri mendorong diri untuk lebih maju. Diharapkan setiap orang memiliki manajemen diri yang baik khususnya bagi peserta didik atau pelajar. Peserta didik adalah seorang yang akan menjadi generasi penerus bangsa kedepannya, jadi diperlukannya *self management* agar kehidupan kedepannya lebih teratur dan lebih terarah.

3. Disiplin

Disiplin adalah tindakan yang menunjukkan perilaku tertib dan patuh pada berbagai ketentuan dan peraturan.¹¹ Jadi disiplin merupakan hal yang sangat mempengaruhi kegiatan kita dalam sehari-hari. Apabila ada satu kegiatan yang tidak kita lakukan sesuai dengan jadwal yang sudah ditetapkan, maka kegiatan tersebut akan menjadi tidak sesuai yang kita harapkan.

Selain itu, disiplin juga merupakan sikap yang akan memiliki pola hidup yang teratur serta dapat mengelola waktu yang dimilikinya dengan sebaik-baiknya. Dengan adanya sikap disiplin akan membuat peserta didik memiliki

¹⁰ Eka Nuryanti, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun 2018/2019". *Jurnal Konseling*, h. 22.

¹¹ Husamah, *A to Z Kamus Lengkap Super Lengkap*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2015), h. 85

integritas, serta dapat memiliki rasa tanggung jawab dan dapat memecahkan masalah dengan cara yang baik.¹²



¹² Mughnifar Ilham, *Pengertian Disiplin, Tujuan, Macam, Manfaat dan Contohnya*, di posted pada tanggal 1 September 2019. Diakses pada tanggal 14 September 2019 dari situs web: <https://materibelajar.co.id/pengertian-disiplin/mughnifar-ilham-01-09-2019/>

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Teknik *Self Management*

1. Pengertian Teknik *Self Management*

Teknik *Self Management* merupakan salah satu teknik yang dipilih oleh peneliti untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh. Teknik *Self Management* merupakan salah satu model dalam *cognitive-behaviortherapy*, *self Management* meliputi pemantuan diri (*self-monitoring*), *reinforcement* perilaku yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*), dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).¹³ *Components of Self Management: self-monitoring, self-evaluation, self-reinforcement, and self instruction.*¹⁴

Teknik *Self Management* adalah suatu cara mengatur diri, memotivasi diri, menyusun diri, mengendalikan diri serta dapat mengembangkan diri dalam merancang kehidupan tentang apa yang akan dikerjakan. Teknik *self management* yang di maksud dalam penelitian ini adalah dimana peserta didik akan diberikan cara-cara dalam pengaturan diri agar dapat menyesuaikan jadwal kegiatannya.

Banyak pengertian yang dikemukakan oleh para ahli tentang teknik *self management*, diantaranya Nursalim mengemukakan bahwa “*self management*

¹³ 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)”, *Jurnal Konseling Gusjigang* 1, no.1 (2015), h.3.

¹⁴ Eka Nuryanti, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung Tahun 2018/2019”. *Jurnal Konseling*, h.22.

merupakan suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan satu strategi atau kombinasi strategi”.

Teknik *self management* adalah suatu proses dimana akan membuat seseorang menjadi lebih baik. *Managment* diri mendorong diri untuk lebih maju. Diharapkan setiap orang memiliki manajemen diri yang baik khususnya bagi peserta didik atau pelajar. Peserta didik adalah seorang yang akan menjadi generasi penerus bangsa kedepannya, jadi diperlukannya *self management* agar kehidupan kedepannya lebih teratur dan lebih terarah.¹⁵

Para ahli yang lain juga mengemukakan pendapatnya mengenai *self management*, pendapat Gie yang mengatakan

“*self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsure kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna”.

Dapat dikatakan *self management* adalah suatu tindakan dimana kita akan membuat diri untuk menjadi lebih baik dalam mengendalikan dirinya. Dari hasil pendapat-pendapat diatas dapat kita simpulkan bahwa *self management* itu adalah suatu cara mengelola diri atau suatu usaha memotivasi diri. *Self management* sangat diperlukan bagi manusia agar dapat menjadi manusia yang mempunyai manfaat bagi kehidupan sehari-hari khususnya bagi siswa yang tinggal di asrama, karena lebih banyak kegiatan-kegiatan yang harus diikuti.

¹⁵ Luthfi Fauzan, *Praktik Konseling Teknik Self Managmnent*, di upload pada tahun 2009. Diakses pada tanggal 20 Maret 2018, dari situs web: <http://Luthfifauzan'sBlog.htm>.

Penelitian ini teknik *self management* lebih difokuskan pada siswa-siswa yang mengalami proktasinasi akademiknya agar siswa mampu mengatur dirinya dengan baik dalam menjalankan berbagai kegiatan di asrama. *Self management* akan ditingkatkan di dalam diri dengan dorongan dan motivasi. Pada saat individu mampu mengendalikan pikiran, perasaan, dan juga tingkah lakunya maka dapat kita ambil kesimpulan bahwa seseorang tersebut memiliki *self management* yang baik di dalam dirinya.¹⁶

“Menurut Woolfolk, *self management* yang efektif ialah seorang individu yang mampu memajemen perilaku sendiri dan pengambilan taggung jawab atas tindakan sendiri, serta penggunaan prinsip-prinsip belajar perilaku untuk mengubah perilaku. Pelajar membuat pilihan dan berhadapan dengan konsekuensi, menyusun tujuan dan prioritas, manajemen waktu, berkolaborasi dalam proses belajar dan membangun hubungan yang dapat dipercaya dengan guru dan teman sekelas yang dapat dipercaya”¹⁷

2. Tujuan Teknik Self Management

Self Management merupakan teknik pengelolaan diri, agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang hendak peserta didik hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. Dalam arti individu dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan hal-hal yang baik dan benar. Adapun tujuan *Self Management*:

¹⁶ Warsito, Hada dkk, *Penggunaan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Lingkungan Pesantren*, (UNESA: 2010), h. 27.

¹⁷ <http://repository.usu.ac.id/bit/handle/123456789/34173/Chapter%20II.pdf;sequence=5>. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2018.

- a. Memberikan peran yang lebih aktif pada siswa dalam proses konseling.
- b. Keterampilan siswa dapat bertahan sampai diluar sesi konseling.
- c. Perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.
- d. Menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan.
- e. Siswa dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan.¹⁸

3. Manfaat Teknik *Self Management*

Penerapan teknik pengelolaan diri (*Self Management*) tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli.¹⁹

Teknik *Self Management* sangat memberikan pengaruh yang sangat positif bagi pelakunya, dan terlebih untuk orang lain. Seseorang yang memiliki pengaturan diri yang baik akan menjadi manusia yang bijaksana, adil dan sadar terhadap diri sendiri.²⁰

¹⁸ Siti Nurzaakiyah dan Nandang Budiman, *Teknik Self-Management dalam Mereduksi Body Dysmorphic Disorder*. Diakses pada tanggal 22 Juli 2019 dari situs web: http://file.upi.edu/Direktori/fip/jur._psikologi_pend_dan_bimbingan/197102191998021-nandang_budiman/teknik_self_management.pdf, h. 15.

¹⁹ Monica, Mega Aria, dan Ruslan Abdul Gani. "Efektifitas Layanan Konseling *Behavioral* dengan Teknik *Self Management* untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. No 1 (2016), h.172.

²⁰ Wiwik Setiyani, *Keragaman Perilaku Beragama*, di upload pada tanggal 17 Agustus 2014. Diakses pada tanggal 22 Juli 2019 dari situs web: <http://jurnal.um-palembang.ac.id/bora/manajemen-diri-self=management>

4. Aspek Teknik *Self Management*

Self management dapat membentuk individu kearah lebih baik sesuai dengan perilaku mana yang akan diubah, ditingkatkan atau dikurangi sehingga mampu membantu individu untuk memotivasi individu.²¹

a. *Self motivation* (pendorong diri)

Self motivation atau pendorong diri itu dapat berasal dari dalam diri seseorang atau berada dari luar diri seseorang. Dorongan yang berasal dari dalam diri itu berarti dorongan untuk mengetahui sesuatu itu dari dalam diri seperti keinginan untuk belajar atau bisa juga keinginan atau hasrat untuk maju dan berkembang, dan jika dorongan tersebut datangnya dari luar seperti disuruh mengerjakan pekerjaan tugas oleh orang tua atau ikut-ikutan teman untuk ikut les.

Self motivation yang ada dalam diri seseorang sebaiknya lebih besar dipengaruhi dari dalam diri karena akan lebih memperkuat keinginan-keinginan yang akan dilakukan, akan tetapi dorongan dari luar tidak jadi masalah jika ada karena akan membantu, tetapi alangkah lebih baiknya jika dorongan tersebut datangnya dari dalam.

b. *Self organization* (penyusunan diri)

Self organization atau pengorganisasian adalah suatu yang dilakukan untuk mengatur diri. Jika seseorang mampu mengatur dirinya maka hidupnya akan berjalan baik, *Self organization* adalah suatu penyusunan yang akan menyusun segala yang ada di dalam diri baik dari pikiran, waktu maupun tempat yang akan mendukung terbentuknya *self management* yang baik.

²¹ Supriyati, Anik. *Upaya Peningkatan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok* (Unesa: 2013), h. 117.

c. *Self Control* (pengendalian diri)

Self Control menjadi salah satu jalan untuk menuju kehidupan dengan manajemen yang baik. Jadi, dengan adanya *Self Control* yang baik dapat membuat seseorang berkeinginan kuat atau bertekad kuat dalam menjalankan sesuatu dikarenakan ketika orang memanajemen dirinya dengan baik tapi kontrol di dalamnya tidak ada maka sesuatu yang dirancang tidak dapat berjalan dengan baik. *Self Control* atau pengendalian diri yang kuat dapat memberikan penguatan diri sehingga terhindar dari hal-hal yang tidak penting dan lebih mementingkan prioritas yang ada.

d. *Self Development* (pengembangan diri)

Self Development atau pengembangan diri ini adalah suatu tindakan dimana kita melakukan perubahan kearah-arah yang positif untuk perkembangan diri. Pengembangan diri ini mencakup kecerdasan pikiran untuk menambah pengetahuan dan keterampilan yang bermanfaat, watak kepribadian agar perilaku atau berbudi baik, hasrat kemasyarakatan agar kita dapat membantu orang-orang yang kurang beruntung dan juga untuk memelihara kesehatan jasmani dan rihani, semuanya penting ada didalam diri untuk pengembangan diri kearah yang lebih baik.

Paparan di atas dapat disimpulkan bahwa *self management* akan membawa kearah yang lebih positif. Dalam manajemen diri adanya pengelolaan waktu yang baik, hubungan antara manusia harus terjalin dengan baik dan juga perspektif diri harus baik demi mencapai kehidupan yang positif nantinya. Selain itu, pengelolaan diri, penyusunan diri, pengendalian diri, dan pengembangan diri

harus baik demi terwujudnya *self management* yang baik di dalamnya kehidupan individu. *Self management* akan merubah seseorang kearah yang lebih baik sesuai dengan perilaku apa yang akan diubah.

5. Karakteristik Teknik *Self Management*

- a. Kombinasi dari strategi mengelola diri sendiri biasanya lebih berguna dari pada sebuah strategi tunggal.
- b. Penggunaa strategi yang konsisten adalah esensial.
- c. Penggunaan penguatan diri sendiri merupakan komponen yang penting.
- d. Tunjangan yang diberikan oleh lingkungan harus dipertahankan.
- e. Perlu ditetapkan target yang realistis dan kemudian dievaluasi.
- f. Dukungan lingkungan mutlak perlu untuk memelihara perubahan-perubahan yang merupakan hasil dari suatu program *self management*.²²

6. Faktor yang Mempengaruhi Teknik *Self Management*

Self management dalam kedisiplinan juga tidak terlepas dari adanya faktor-faktor di dalamnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self management* adalah sebagai berikut: (1) Perhatian terhadap waktu, (2) Kondisi sosial, (3) tingkat kondisi ekonomi, (4) tingkat pendidikan, (5) kendala lingkungan sosial (6) Diri sendiri (7) Motivasi.

²² Krristinawati, Elita dkk, *Penerapan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Worship Pagi di Sekolah Berasrama*, (Jurnal Bk UNESA), h. 160.

a. Perhatian terhadap waktu.

Dapat dilihat bagaimana cara seorang individu sangat menghargai waktunya, bahkan ada juga yang menyiakannya.

b. Kondisi sosial.

Dimana dapat kita lihat, kondisi social dapat mempengaruhi control diri atau cara mengatur waktu seorang individu. Tingkat kondisi ekonomi. Fakta yang terjadi dilapangan, banyak siswa yang bekerja untuk membantu perekonomian keluarganya, seharusnya setiap individu harus mampu mengelola waktu nya dengan baik, agar suatu kegiatan yang dilakukan tidak mempengaruhi kegiatan lainnya.

c. Tingkat pendidikan

Memperoleh tingkat pendidikan yang semakin tinggi, maka seorang individu lebih mendapatkan proses pengalaman yang lebih, sehingga individu yang mempunyai tingkatan pendidikan semakin tinggi maka akan semakin mudah dalam mengatur waktu, begitupun sebaliknya.

d. Kendala lingkungan sosial

Lingkungan sosial terkadang membuat kita terkendala dalam melakukan suatu kegiatan yang sesuai dengan jadwal yang telah kita atur.

e. Diri sendiri

Seorang individu memiliki kepribadian dan tingkah laku yang berbeda beda, jadi bagaimanapun dan apapun yang terjadi pada suatu individu dipengaruhi oleh dirinya sendiri.

f. Motivasi

Motivasi merupakan dorongan dalam diri kita yang membuat kita bertindak, motivasi juga suatu proses yang membuat kita memulai untuk tertarik melakukan sesuatu hal demi tercapainya suatu tujuan tertentu.²³

7. Pelaksanaan Teknik *Self Management*

Dalam *self management* ada tahap-tahap yang harus dilalui seperti yang dikemukakan oleh komalasari menyatakan bahwa *self management* dilakukan dengan mengikuti tahap-tahap dimulai dari tahap monitoring diri atau observasi diri, tahap evaluasi, terakhir tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman.

- a. Monitoring diri atau observasi diri yaitu suatu tindakan yang dilakukan dimana dapat kita observasi diri kita sendiri dan mencatat segala perilaku kita sendiri dan mencatat segala perilaku kita sendiri dengan teliti.
- b. Tahap evaluasi yaitu membandingkan perilaku sebelum dengan perilaku yang akan diubah.
- c. Tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman yaitu tahap dimana seseorang mengatur dirinya sendiri.²⁴

²³ Suwardani, dkk. *Penetapan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Konsep Diri*, (E-Jurnal Undiksa 2014). Vol 2

²⁴ Jawwad dan Ahmad Abdul, *Faktor-Faktor Management Diri*, (Bandung: Savei Generation, 2007), h. 14.

Selain paparan yang ada di atas, pendapat lain tentang tahapan *self management* juga dikemukakan oleh Uno mengatakan bahwa secara umum *self management* terdiri atas tiga langkah yaitu menentukan tujuan, memonitoring dan mengevaluasi kemajuan, dan memberikan penguatan diri. Dari pendapat tersebut dapat kita jelaskan sebagai berikut:

- a. Menentukan tujuan, dalam menentukan tujuan kita harus tau apa yang ingin dicapai dari apa yang kita lakukan. Tujuan harus ditentukan oleh diri sendiri berdasarkan kreatifitas diri sendiri, tujuan yang telah disusun akan efektif diri sendiri, tujuan yang telah disusun akan efektif jika dapat dicapai dalam waktu singkat bukan dalam jangka panjang.
- b. Mencatat dan mengevaluasi kemajuan, setiap yang kita lakukan setiap yang kita ubah dicatat dan dievaluasi sejauh mana perubahan yang terjadi atau adakah peningkatan, misalnya seperti ketika guru meminta kita untuk menyelesaikan tugas tanpa adanya control dari guru atau orang lain, disini individu belajar untuk mandiri.
- c. Penguatan diri, penguatan diri disini ada sisi positif dan negatifnya, jika kita berhasil kita memberi penghargaan untuk diri kita sendiri dan jika negative kita beri hukuman pada diri sendiri karena telah gagal melakukannya.²⁵

²⁵ Fitri dan Anike Dian, *Penerapan Strategi Pengelolaan Diri untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif pada Siswa x-11 SMAN 15 Surabaya*, (Jurnal), h. 26.

Jadi dapat kita simpulkan bahwa mengelola diri atau *self management* yang baik memilih tahapan-tahapan yang harus kita lalui agar semua berjalan dengan baik. Dari tiga tahap yaitu tahap monitoring diri, tahap evaluasi, dan tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman dan pendapat lain juga tentang tahapannya menentukan tujuan, mencatat dan mengevaluasi kemajuan, penguatan diri. Kedua sama-sama memiliki tiga tahapan yang isinya dapat dikatakan sama. Tahapan ini harus dilewati setiap proses agar memiliki kemampuan *self management* yang baik.

B. Kedisiplinan Peserta Didik

1. Pengertian Disiplin

Kedisiplinan adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban. Karena sudah menyatu dengannya, maka sikap atau perbuatan yang dilakukan bukan lagi atau sama sekali tidak dirasakan sebagai beban, bahkan sebaliknya akan membebani dirinya bila mana ia tidak berbuat sebagaimana lazimnya.²⁶

Kedisiplinan peserta didik dalam lingkungan sekolah memiliki peranan yang sangat penting. Sikap disiplin dalam sekolah adalah sangat perlu, karena kedisiplinan akan menghasilkan karya yang diharapkan. Kedisiplinan peserta didik berarti, bagaimana peserta didik melaksanakan aturan yang telah ditentukan

²⁶ Tuntut Tampi, *Efektivitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Kota Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017*. Di upload pada tahun 2017 (Jurnal: 2017), h. 26. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2018, dari situs web: http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2017/cc261e4255d64114fdc0612a3064f26.pdf

sekolah, misalnya berseragam, bersepatu datang kesekolah tepat waktu dan lain sebagainya. Selain itu, kedisiplinan siswa dapat berupa pemanfaatan waktu yang baik untuk belajar akan menimbulkan kesadaran terhadap pentingnya waktu.

Harlock mengemukakan bahwa disiplin itu berasal dari kata “Discipline” yaitu seseorang yang belajar atau sukarelawan yang mengikuti seorang pemimpin. Selanjutnya dikemukakan bahwa ada dua konsep mengenai disiplin, yaitu yang positif dan negative, yang dimaksud dengan negative adalah yang berhubungan dengan control seseorang berdasarkan otoritas luar yang biasanya dilakukan secara terpaksa, dan dengan cara yang kurang menyenangkan. dalam kehidupan sehari-hari sering kali orang mengatakan bahwa si A adalah orang yang memiliki perilaku disiplin tinggi, sedangkan si B orang yang kurang disiplin. Sebutan orang yang memiliki disiplin tinggi biasanya tertuju kepada orang yang selalu hadir tepat waktu, taat peraturan, berperilaku sesuai dengan norma-norma yang berlaku, dan sejenisnya. Sebaliknya, sebutan sebagai siswa yang tidak disiplin ditujukan kepada siswa yang kurang atau tidak menaati peraturan yang berlaku.²⁷

Menurut permana menyatakan bahwa “perilaku disiplin merupakan suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dan serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban. “manusia adalah makhluk yang dapat dipandang dari berbagai sudut pandang. Sebagaimana dikenal adanya manusia sebagai makhluk yang berpikir atau “*homo sapiens*” makhluk yang berbentuk atau “*homo faber*”, makhluk yang

²⁷Umami Misaroh, *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management dalam Mengurangi Tingkat Perilaku Agresif Siswa Kelas XII IPS SMA Negeri Sulang*, (Skripsi IKIP Semarang PGRI, 2013), h.110-111.

dapat dididik atau “*home educandum*”, dan sebagainya. Kesamaan itu memperoleh pandangan tentang manusia yang dapat digunakan untuk menetapkan cara pendekatan yang akan dilakukan untuk membentuk manusia tersebut. Berbagai pandangan itu dibuktikan bahwa manusia adalah makhluk yang kompleks.

Berdasarkan gambaran di atas dapat disimpulkan bahwa disiplin adalah suatu bentuk tingkah laku dimana seseorang menaati suatu peraturan dan kebiasaan-kebiasaan sesuai dengan waktu dan tempatnya. Dalam kaitannya dengan pendidikan akan lebih ditekankan hakikat manusia sebagai kesatuan sifat makhluk individu dan makhluk sosial, sebagai keseluruhan jasmani dan rohani, dan sebagai makhluk Tuhan dengan menempatkan hidupnya dunia sebagai persiapan kehidupan diakhirat. Tata cara kehidupan mengandung arti bahwa tingkah laku seseorang “diatur” oleh keharusan untuk memperlihatkan suatu perilaku dan batas-batas yang memberikan petunjuk apa yang tidak boleh dan tidak dilakukan.

Seseorang diharuskan mengenai dan dapat memperlihatkan suatu perilaku yang sesuai dengan seharusnya dan batas-batas yang sudah digariskan dalam lingkungan hidupnya. Perilaku demikian seharusnya sudah terbiasa sejak kecil dan terbentuk melalui disiplin. Disiplin pada anak terkait dengan batas-batas kebebasan dari perbuatan-perbuatan yang boleh dan tidak boleh dilakukan.

Depdiknas dalam Walidi disiplin adalah “tingkat konsisten dan konsekuen seseorang terhadap suatu komitmen atau kesepakatan bersama yang berhubungan dengan tujuan yang akan dicapai waktu dan proses pelaksanaan suatu kegiatan”. Disiplin merupakan cara masyarakat mengajar anak berperilaku moral yang disetujui kelompok.

Berdasarkan pendapat tentang disiplin dari beberapa para ahli, dapat kita simpulkan bahwa disiplin adalah suatu perilaku siswa yang terbentuk melalui proses dari serangkaian kebiasaan yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, keteraturan dan ketertiban berdasarkan acuan nilai norma. Siswa yang memiliki disiplin akan menunjukkan ketaatan dan keteraturan terhadap perannya sebagai seorang pelajar yaitu pelajar secara terarah dan teratur. Dengan demikian peserta didik yang disiplin akan lebih mampu mengarahkan dan mengendalikan perilakunya. Disiplin memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia terutama peserta didik di sekolah.

2. Fungsi Disiplin

Berdisiplin akan membuat seseorang memiliki kecakapan mengenai cara belajar yang baik, juga merupakan bentuk proses kearah pembentukan yang baik, yang akan menciptakan suatu pribadi yang luhur.

3. Macam-macam Disiplin

Menurut G.R Terry yang dikutip oleh Rahman, mengatakan bahwa macam-macam untuk menciptakan sebuah kedisiplinan yang akan dapat timbul baik dari diri sendiri maupun dari perintah, yang terdiri dari:

- a. *Self Imposed Discipline* yaitu kedisiplinan yang timbul dari diri sendiri atau dasar kerelaan, kesadaran dan bukan timbul atas paksaan. Kedisiplinan ini timbul karena seseorang merasa terpenuhi kebutuhannya dan merasa telah menjadi bagian dari organisasi sehingga orang akan tergugah hatinya untuk sadar dan secara sukarela memenuhi segala peraturan yang berlaku.
- b. *Command Discipline* yaitu kedisiplinan yang timbul karena paksaan, perintah dan hukuman serta kekuasaan. Jadi kedisiplinan ini bukan timbul karena perasaan ikhlas dan kesadaran akan tetap timbul karena adanya paksaan/ancaman dari orang lain.

Adapun menurut Conny R. Semiawan, disiplin dapat terbagi dalam tiga macam diantaranya, meliputi disiplin dalam waktu, belajar dan tata krama.

- a. Disiplin dalam waktu. Kedisiplinan dalam hal ini berarti peserta didik harus belajar untuk terbiasa dalam mengatur waktu dalam kehidupan sehari-hari. Pengaturan waktu ini bisa bermula dari perbuatan kecil seperti, datang tepat waktu ke sekolah, tidak membolos dan lain-lain.
- b. Disiplin dalam belajar. Siswa yang mempunyai kedisiplinan dalam belajar adalah siswa yang mempunyai jadwal serta motivasi belajar di sekolah dan di rumah. Seperti halnya dalam mengerjakan tugas dari guru dan membaca pelajaran.
- c. Disiplin dalam tata krama. Adapun disiplin dalam bertatakrama adalah kedisiplinan yang berkaitan dengan sopan santun, akhlak atau etika peserta didik, baik kepada guru, teman dan lingkungan. Mendidik disiplin dalam bertatakrama hendaknya dilakukan sedini mungkin dimulai dari lingkungan keluarga dengan membiasakan bertingkah laku yang terpuji sebelum tertanam sifat yang buruk.²⁸

4. Faktor-faktor Disiplin

Beberapa faktor yang mempengaruhi disiplin adalah sebagai berikut:

- a. Kesadaran diri, berfungsi sebagai pemahaman diri bahwa disiplin dianggap penting bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Selain

²⁸ Syafrina Dariza, *Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Disiplin Siswa di SMP Al-Ghazali Bogor*, Skripsi, h.6-7.

kesadaran diri menjadi motif sangat kuat bagi terbentuknya disiplin.

- b. Pengikut dan ketaatan, sebagai langkah penerapan dan praktik atas peraturan-peraturan yang mengatur perilaku individunya.
- c. Hal ini sebagai kelanjutan dari adanya kesadaran diri yang dihasilkan oleh kemampuan dan kemauan diri yang kuat.
- d. Alat pendidikan, untuk mempengaruhi, mengubah, membina, dan membentuk perilaku yang sesuai dengan nilai yang ditentukan dan diajarkan.
- e. Hukuman, sebagai upaya menyandarkan, mengoreksi dan meluruskan yang salah sehingga orang kembali pada perilaku yang sesuai dengan harapan.²⁹

Pada dasarnya kedisiplinan peserta didik dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling terkait, sehingga tidak ada faktor tunggal yang bisa berdiri sendiri. Adapun faktor yang mempengaruhi terhadap ketaatan peserta didik untuk mematuhi tata tertib terdiri dari dalam diri peserta didik (internal) dan ada faktor dari luar diri peserta didik (eksternal). Faktor dari peserta didik meliputi: niat, motivasi, pemahaman dan kesadaran diri peserta didik. Sedangkan faktor dari luarmeliputi: bimbingan pengajar, lingkungan dayah dan faktor budaya. Konteks ini tentu saja masih banyak masalah-masalah yang dapat ditentukan berkaitan

²⁹ Tulus Tu'u, *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*, (Jakarta: Grasindo, 2004), h. 48-49.

dengan ketaatan peserta didik dalam memahami dan mematuhi pembinaan yang ada di sekolah.³⁰

5. Ciri-ciri Disiplin

Disiplin memiliki peran yang sangat penting dalam upaya memperoleh hasil belajar dan mengelola berbagai kegiatan yang baik. Disiplin dalam menggunakan dan menentukan cara atau strategi belajar, disiplin terhadap pemanfaatan waktu dan disiplin terhadap tata tertib. Adapun penjelasannya adalah :

- a. Disiplin peserta didik dalam menentukan dan menggunakan cara atau strategi belajar.

Disiplin belajar dalam diri peserta didik ditandai dengan kemampuan dalam menentukan cara belajar yang baik, artinya peserta didik mampu menentukan strategi belajar yang seperti apa yang sesuai dengan dirinya.

- b. Disiplin terhadap pemanfaatan waktu

Disiplin terhadap pemanfaatan waktu artinya dapat mengatur waktu dengan baik, sehingga tidak ada waktu yang terhubung percuma. Peserta didik yang dapat mengatur waktu tentunya memiliki jadwal tersendiri untuk melakukan kegiatan, juga waktu untuk bermain.

- c. Disiplin terhadap tata tertib

Peserta didik yang disiplin akan tata tertib ditandai dengan adanya sikap patuh serta mau mengikuti aturan sekolah, tanpa adanya paksaan dari guru

³⁰ Choirul Anam, *Model Pembinaan Disiplin Santri*, (Jurnal: 2007), diakses pada tanggal 23 Juli 2019 dari situs web: <http://Jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/indephp/jurnal.pendidikankewarg>.

orang tua, maupun pihak sekolah, sehingga siswa dengan sukarela melaksanakan peraturan yang telah ditetapkan tersebut.

d. Melaksanakan kegiatan secara teratur

Peserta didik yang disiplin maka akan senantiasa melaksanakan kegiatan sekolah dengan teratur, artinya peserta didik tersebut memiliki kemauan untuk melaksanakan kegiatan sekolah dan asrama dengan baik tanpa menunggu perintah dari guru, sehingga dapat dikatakan peserta didik aktif dalam berbagai kegiatan yang diadakan di sekolah dan asrama.

e. Menyelesaikan tugas-tugas tepat pada waktunya.

Peserta didik yang disiplin akan menyelesaikan tugas pada waktunya, artinya tidak menunda untuk mengerjakan tugas dan menindihkan berbagai kegiatan-kegiatan yang telah ditetapkan di sekolah dan asrama. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang disiplin dalam mengatur dan mengelola waktu ditandai dengan adanya kepatuhan terhadap tata tertib sekolah, sehingga peserta didik dapat memanfaatkan waktu secara maksimal untuk belajar dan melakukan kegiatan-kegiatan di asrama.

6. Tujuan Disiplin

Penanaman atau penerapan sikap disiplin di sekolah tentunya memiliki tujuan dan manfaat tersendiri bagi peserta didik. Hal ini tidak bermaksud untuk mengekang atau memberikan batasan bagi siswa dalam berperilaku. Akan tetapi, penanaman disiplin belajar lebih mengarah pada pembentukan sikap tanggung jawab serta dapat berperilaku dengan baik dan benar di lingkungan manapun peserta didik berada.

Disiplin menurut Tu'ub dalam Trisnawati bertujuan memberi dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang, membantu peserta didik memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, untuk mengatur keseimbangan individu satu dengan individu lainnya, menjauhi peserta didik melakukan hal-hal yang dilarang oleh sekolah, positif dan bermanfaat baginya serta lingkungannya dan lingkungannya.³¹

7. Unsur-Unsur Disiplin

Kurtinez & Greif dalam Prakoso menyatakan bahwa disiplin sebagai kebutuhan perkembangan dan sekaligus upaya pengembangan peserta didik untuk berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang ditetapkan oleh masyarakat mempunyai lima unsur penting:

- a. Aturan sebagai pedoman tingkah laku.
- b. Kebiasaan-kebiasaan.
- c. Hukuman untuk pelanggaran aturan.
- d. Penghargaan untuk perilaku yang sejalan dengan peraturan yang berlaku.
- e. Konsistensi dalam menjalankan aturan.

Kelima unsur disiplin tersebut saling berkaitan dan apabila salah satu dari kelima unsur tersebut hilang, maka akan mengakibatkan sikap yang tidak menguntungkan dalam perkembangan diri peserta didik dan dapat menimbulkan perilaku yang tidak sesuai dengan standar sertaharapan sosial. Misalnya, peserta didik yang mendapatkan sanksi yang tidak adil akan merasa bahwa usahanya

³¹ Destya Dwi Trisnawati, "Membangun Disiplin dan Tanggung Jawab Siswa SMA Khadijah Surabaya Melalui Implementasi Tata Tertib Sekolah," *jurnal Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 2, no.1 (2013), h. 399.

kurang dihargai, maka motivasinya untuk memenuhi harapan dan norma sosial yang berlaku dimasyarakat akan melemah.³²

C. Efektivitas Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Disiplin Peserta Didik

1. Definisi Efektivitas

Efektivitas adalah kemampuan untuk memilih tujuan yang tepat atau peralatan yang tepat untuk pencapaian tujuan yang telah ditetapkan.³³ Efektivitas selalu terkait dengan hubungan antara hasil yang diharapkan dengan hasil yang sesungguhnya dicapai.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu proses pemberian bimbingan (bantuan) kepada individu (peserta didik) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan dan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi perkembangan ataupun pemecahan masalah yang dialami individu (peserta didik) yang menjadi anggota kelompok.³⁴ Peneliti mengambil layanan bimbingan kelompok untuk menangani masalah yang diangkat karena tujuan umum dari bimbingan kelompok adalah berkembangnya sosialisasi peserta didik, khususnya kedisiplinan peserta

³² Markus Apriadi Joko, "Peningkatan Kedisiplinan di Sekolah Melalui *Token Economic* Pada Anak Kelompok A TK Taman Indria Dlingo, "*Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2016, h. 304.

³³ Hasnun Jauhari Ritonga, *Manajenmen Organisasi, Pengantar Teori dan Praktek*, (Medan: Perdana Publishing, 2015), h. 3.

³⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2013), h. 164.

didik.³⁵ Serta tujuan lainnya yaitu untuk melatih peserta didik lebih berani dan mampu mengelola waktunya dengan baik.³⁶

Selain bimbingan kelompok, peneliti juga memberikan teknik *self managment* untuk mendukung pelaksanaan bimbingan kelompok agar peserta didik lebih dapat mendalami *treatment* yang diberikan. Teknik *self managment* menurut Cormier & Nurius adalah melibatkan klien (peserta didik) untuk mengamati perilakunya, menetapkan tujuan bagi dirinya sendiri, mengidentifikasi penguat yang cocok, merencanakan langkah-langkah yang diberi nilai untuk mencapai tujuannya dan menetapkan kapan menerapkan konsekuensi. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar dengan menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut dan mengevaluasi prosedur.³⁷ Teknik ini dipilih sebagai teknik pendukung untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik ketika melakukan kegiatan-kegiatan secara teratur dan tertib, baik di sekolah maupun di asrama.

³⁵ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, h. 155.

³⁶ Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. h. 25.

³⁷ Irfan Prabowo, Teknik Pengelolaan Diri (*Self Management*), di *upload* pada tanggal 31 Maret 2012, di akses pada tanggal 18 September 2019 dari situs web: <http://irvanhavefun.blogspot.com/2012/03/teknik-pengelolaan-diri-self-managment.html?m=1>

2. Aspek-Aspek Efektivitas

Efektivitas suatu program yang dapat dilihat dari aspek-aspek sebagai berikut

a. Aspek tugas dan fungsi

Individu dapat dianggap efektif jika dapat melaksanakan tugas dan fungsinya dapat dilaksanakan dengan baik.

b. Aspek rencana atau program

Suatu kegiatan dapat dinilai efektif jika memiliki suatu rencana yang akan dilaksanakan untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai, misalnya berupa materi yang terwujud dalam sebuah kurikulum yang telah ditetapkan.

c. Aspek ketentuan atau aturan

Peraturan dibuat untuk menjaga kelangsungan suatu kegiatan berjalan sesuai dengan rencana. Peraturan atau ketentuan merupakan sesuatu yang harus dilaksanakan agar suatu kegiatan dianggap sudah berjalan secara efektif.

d. Aspek tujuan atau kondisi ideal

Suatu program atau kegiatan dikatakan efektif jika tujuan atau kondisi ideal program tersebut dicapai. Penilaian aspek ini dapat dilihat dari prestasi yang dicapai peserta didik.³⁸

³⁸ Wiguna Miharja, Skripsi: *Efektifitas Program Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kenakalan Santriwati* (Studi Kasus di Pondok Pesantren Modern Darul Ulum 1 Bnatar Kemang Bogor), (UIN Syarif Hidayatullah: 2017), h. 42.

3. Cara Mengukur Efektivitas

Efektivitas adalah akibat dari suatu kegiatan, pengaruh dari sebuah aktivitas, menunjang tujuan atau mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Efektivitas sebuah ukuran untuk mencapai keberhasilan, efektivitas sendiri memiliki ukuran yang bervariasi. Fatah mengemukakan ada tiga macam ukuran yang produktivitas (hasil), derajat kedisiplinan dan intensitas perilaku (perasaan rasa puas).³⁹

Efektivitas diukur dengan menggunakan standar sesuai dengan acuan Libang Depgri seperti tabel 2.1

Tabel 2.1 Standar Ukuran Efektivitas Sesuai Acuan Libang Depdagri

Rasio Efektivitas	Tingkat Capaian
Dibawah 40	Sangat Tidak Efektif
40-59,99	Tidak Efektif
60-79,99	Cukup Efektif
Diatas 80	Sangat Efektif

Sumber: Libang Depdagri

Pengukuran dapat dilakukan dengan melihat hasil kerja yang dicapai. Efektivitas dapat diukur melalui berhasil tidaknya suatu kegiatan. Apabila suatu organisasi atau individu berhasil mencapaitujuan, maka organisasi atau individu tersebut dapat dikatakan telah berjalan dengan efektif. Hal terpenting adalah efektivitas tidak menyatakan tentang berapa besar biaya yang dikeluarkan untukmencapai tujuan tersebut melainkan hanya melihat apakah proses program atau kegiatan tersebut telah mencapai tujuan yang telah ditetapkan.⁴⁰

³⁹ Suyadi, Prawirosentono, Manajemen Sumber Daya Manusia Kebijakan Kinerja Karyawan, (Yogyakarta: BFPFE, 2008), h. 2753.

⁴⁰ Ulum, Ihyaul, *Akuntansi Sekor Publik*, (Malang:UMM Press, 2004), h. 294.

Untuk itu dapat diketahui alat ukur efektivitas teknik *self management* untuk meningkatkan disiplin peserta didik, meliputi kesadaran diri, Individu mampu mengatur, mengelola dirinya dengan baik, mampu melakukan sebuah tindakan dengan mengetahui dampak yang didapatnya.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu menggambarkan suatu kondisi atau peristiwa secara sistematis, actual dan akurat mengenal fakta, sifat serta hubungan antara fenomena yang diselidiki dengan menggunakan perhitungan statistik. Dalam penelitian ini, penelitian kuantitatif bertujuan untuk mendesripsikan bagaimana pengaruh *self management* terhadap kedisiplinan, menggunakan perhitungan statistik agar lebih sistematis, aktual dan akurat dengan menggunakan pendekatan eksperimen.

Pada penelitian eksperimen ini peneliti menggunakan *pre-exsprimental design* dengan bentuk *one group pre-test post-test design*. Dimana pada *design* ini terdapat *pre-test* sebelum diberikan perlakuan, dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberinya perlakuan.⁴¹

Tabel 3.1 Rumus Pretest dan Posttest

Pre-Test	Variable Terikat	Post-Test
O ₁	X	O ₂

Sumber: Buku S.Margono

Keterangan:

X = Adanya perlakuan dengan menggunakan teknik *Self Managmet*.

O₁ = Kondisi kedisiplinan peserta didik sebelum diberikan perlakuan.

O₂ = Kondisi akhir kedisiplinan peserta didik setelah diberikan perlakuan.

⁴¹ S. Margono, *Metodelogi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), h. 18.

Desain diatas, peneliti melakukan satu kali pengukuran pada suatu objek di depan (*pre-test*) sebelum adanya pelaku (*treatment*) tertentu dan setelah itu dilakukan pengukuran lagi untuk kedua kalinya (*post-test*). Sehingga kita dapat melihat dari banyaknya peserta didik yang enggan mengerjakan tugas yang diberikan guru, sering terlambat kesekolah, tidak menjaga fasilitas belajar dengan baik, jarang masuk kelas, tidur di asrama saat proses pembelajaran dan tidur di kelas karena telat tidur malam.

B. Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

1. Lokasi

Lokasi penelitian adalah SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh tahun ajaran 2018/2019, yang beralamat di Jalan Tgk H M Hasan No. 38 Lueng Bata. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan jumlah guru BK di SMP Islam Ibnu Khaldun berjumlah 1 orang dan bukan latar belakang pendidikan Bimbingan Konseling, melainkan latar belakang pendidikan Biologi.

2. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek dalam penelitian atau objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁴² Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan.⁴³ Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh yang jumlah keseluruhannya 111 peserta

⁴² Jhon W. Creswell, *Research Desaign (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed)*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2012), h. 218.

⁴³ S. Margono, *Metodelogi Penelitian.....*,h 118.

diidik yang terdiri dari empat kelas. Jumlah populasi tersaji dalam table 3.2 sebagai berikut:

Tabel 3.2 Jumlah anggota populasi penelitian peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

No	Kelas	Anggota Populasi
1	VII-1	11
2	VII-2	9
3	VII-3	18
4	VII-4	23
Total		61 Siswa

Sumber: Data sekolah, 2019

3. Sampel

Sampel adalah sebagai bagian dari populasi, yang mewakili seluruh karakteristik dari populasi.⁴⁴ Untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini maka peneliti menggunakan *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu.⁴⁵ Peneliti akan berusaha agar dalam sampel itu terdapat wakil-wakil dari segala lapisan populasi. Sampel *Purposive* dilakukan dengan megambil orang-orang yang benar-benar terpilih oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel tersebut.⁴⁶ Disini peneliti memilih

⁴⁴ Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Raja Perindo, 2008), h. 118.

⁴⁵ M. Burhan Bungin, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2005), h. 111.

⁴⁶ Afid Burhannuddin, Ariesta Ridlo dan Ayu Susilo, *Metodelogi Penelitian*, di upload pada tanggal 24 september 2013. Diakses pada tanggal 1 September 2019 dari situs: <https://www.google.com/amp/s/afidburhannuddin.wordpress.com/2013/09/24/populasi-dan-sampel-4/amp>.

peserta didik yang mempunyai tingkat disiplin yang benar-benar rendah berdasarkan ciri-ciri ketidak disiplin siswa karena kurang nya diri siswa dalam mengatur waktu untuk melakukan kegiatan-kegiatan di dayah dan sekolah, seperti kurang nya mengatur waktu tidur, belajar, mandi, menyuci, menyetrika baju, membuat tugas, membersihkan kamar, menghafal Al-Qur'an, belajar kitab dan pergi sekolah.

Jadi, sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII-1, VII-2, VII-3, VII-4 yang berjumlah 7 orang, dimana siswa tersebut terdiri dari 5 laki-laki dan 2 perempuan di SMP Islam Ibnu Khaldun. Jumlah anggota sampel penelitian peserta didik kelas VII ditampilkan pada tabel 3.3 sebagai berikut:

Table 3.3 Jumlah sampel penelitian peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

No	Kelas	Jenis Kelamin	Jumlah Peserta Didik
1	VII-1	Perempuan	1
2	VII-2	Perempuan	1
3	VII-3	Laki-Laki	2
4	VII-4	Laki-Laki	3
Jumlah			7 Siswa

Sumber: Data Sekolah 2019

C. Instrument Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala yang merupakan alat bantu bagi peneliti untuk mengumpulkan data, skala yang terdiri dari beberapa pertanyaan untuk melihat efektifitas teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan pada peserta didik dengan jawaban berbentuk skala dengan menggunakan skala likert, butir-butir skala yang dibuat dalam bentuk

skala likert. Pernyataan ini terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

Pemberian skor bergerak antara empat sampai satu untuk setiap item. Untuk mendapatkan data yang diperoleh, maka instrument yang akan digunakan harus memiliki validitas dan reabilitas. Validitas dan reabilitas merupakan tolak ukur pengumpulan data yang normal. Dari hasil penimbangan menunjukkan bahwa terdapat 51 item yang dapat digunakan. Setelah itu dilanjutkan dengan uji validitas dan reabilitas instrumen.

Kisi-kisi instrumen mengungkapkan kedisiplinan perfoma peserta didik dikembangkan dari macam-macam disiplin yang disajikan pada tabel 3.4 sebagai berikut:

Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Variabel	Aspek	Indikator	Pernyataan		Total
			Favorable	Unfavorable	
Kedisiplinan Peserta Didik	Disiplin waktu dalam kegiatan sehari-hari	Sekolah	1, 2, 7, 13	3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 16	16
		Asrama	18, 20, 21, 23,	17, 19, 22, 24, 25, 26, 27, 28	12
	Disiplin Belajar	Keuletan Dalam Belajar	29, 30,	31, 32, 33, 34, 35, 36	8
		Keteraturan dalam Belajar	37, 42, 44, 45	38, 39. 40, 41, 43,	9

	Disiplin Tata Krama	Etika Peserta Didik dalam Bertingkah Laku Terhadap Guru	46, 47, 48 49,51	50	6
Total					51

Adapun hasil penimbangan dari ahli ditampilkan pada tabel 3.5 sebagai berikut:

Tabel 3.5 Hasil Penimbangan Angket Kedisiplinan

Hasil penimbangan Pakar	Nomor Item	Jumlah
Memadai	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51	51

1. Validitas Instrumen

Menguji validitas ini mengukur kegunaan instrument dan isi. Instrument yang digunakan untuk mengukur ketetapan isi instrument tersebut. Untuk memperoleh alat ukur yang valid dalam penelitian ini item-item harus berdasarkan konsep operasional variable, agar dapat diperoleh alat yang memiliki kesesuaian teoritik suatu variable yang hendak diukur. Sedangkan untuk kesahihan alat ukur dalam penelitian ini diperoleh dari hasil uji coba.

Lebih jelasnya hasil perhitungan validitas dengan menggunakan rumus *product moment* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variable x dan variabel y, dua variable yang dikorelasikan (*product moment*)
 N : *Number of Cases*.
 $\sum XY$: Jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y
 $\sum X$: Jumlah seluruh skor X
 $\sum Y$: Jumlah seluruh skor Y

Selanjutnya, hasil dari perhitungan validitas tersebut dianalisis dengan menggunakan tabel koefisien korelasi jika r hitung $\geq r$ tabel (uji dua sisi dengan signifikansi 0.05) maka instrument tersebut berkorelasi signifikan terhadap skor total dan dinyatakan valid. Namun sebaliknya, apabila r hitung $\leq r$ tabel (uji dua sisi dengan signifikansi 0.05) maka instrument tersebut tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total, dan ini berarti instrument tersebut dinyatakan tidak valid.

Pengujian validitas data pada penelitian ini menggunakan uji antara butir item dengan skor totalnya. Pengujian validitas terhadap 51 pernyataan dengan jumlah 30 siswa. Dari 51 item tersebut diperoleh 24 pernyataan yang valid dan 27 pernyataan tidak valid. Hasil uji validitas butir item tersebut dapat dilihat pada tabel 3.7 sebagai berikut:

Tabel 3.7 Hasil Uji validitas Butir Item

Kesimpulan	Item	Jumlah
Valid	4, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 20, 21, 24, 26, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 38, 39, 40, 44, 45, 47, 50	24
Tidak valid	1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 16, 18, 19, 22, 23, 25, 27, 28, 29, 36, 37, 41, 42, 43, 46, 48, 49, 51	27

Berikut ini hasil perhitungan validitas dengan menggunakan rumus *product moment* tersaji pada tabel berikut ini:

Tabel 3.8 Skor r Hitung dan r Tabel Hasil Validitas Butir Item

No pernyataan	r hitung	r table	Kesimpulan	Keterangan
1	0.002	0.361	Invalid	Dibuang
2	0.002	0.361	Invalid	Dibuang
3	0.167	0.361	Invalid	Dibuang
4	0.376	0.361	Valid	Diterima
5	0.106	0.361	Invalid	Dibuang
6	0.286	0.361	Invalid	Dibuang
7	0.036	0.361	Invalid	Dibuang
8	0.225	0.361	Invalid	Dibuang
9	0.032	0.361	Invalid	Dibuang
10	0.456	0.361	Valid	Diterima
11	0.540	0.361	Valid	Diterima
12	0.264	0.361	Invalid	Dibuang
13	0.399	0.361	Valid	Diterima
14	0.454	0.361	Valid	Diterima
15	0.648	0.361	Valid	Diterima
16	0.198	0.361	Invalid	Dibuang
17	0.604	0.361	Valid	Diterima

18	0.148	0.361	Invalid	Dibuang
19	0.035	0.361	Invalid	Dibuang
20	0.385	0.361	Valid	Diterima
21	0.385	0.361	Valid	Diterima
22	0.180	0.361	Invalid	Dibuang
23	0.172	0.361	Invalid	Dibuang
24	0.512	0.361	Valid	Diterima
25	0.335	0.361	Invalid	Dibuang
26	0.499	0.361	Valid	Diterima
27	0.291	0.361	Invalid	Dibuang
28	0.093	0.361	Invalid	Dibuang
29	0.307	0.361	Invalid	Dibuang
30	0.390	0.361	Valid	Diterima
31	0.603	0.361	Valid	Diterima
32	0.480	0.361	Valid	Diterima
33	0.635	0.361	Valid	Diterima
34	0.626	0.361	Valid	Diterima
35	0.508	0.361	Valid	Diterima
36	0.312	0.361	Invalid	Dibuang
37	0.292	0.361	Invalid	Dibuang
38	0.488	0.361	Valid	Diterima
39	0.424	0.361	Valid	Diterima
40	0.524	0.361	Valid	Diterima
41	0.357	0.361	Invalid	Dibuang
42	0.301	0.361	Invalid	Dibuang
43	0.239	0.361	Invalid	Dibuang
44	0.454	0.361	Valid	Diterima
45	0.444	0.361	Valid	Diterima
46	0.066	0.361	Invalid	Dibuang
47	0.385	0.361	Valid	Diterima

48	0.154	0.361	Invalid	Dibuang
49	0.307	0.361	Invalid	Dibuang
50	0.524	0.361	Valid	Diterima
51	0.002	0.361	Invalid	Dibuang

Sumber: SPSS Versi 22

2. Reabilitas Instrumen

Menurut Margono, menyatakan bahwa ada tiga aspek yang diukur dalam reabilitas (a) kemantapan (b) ketetapan (c) homogenitas, dengan memperhatikan tiga aspek ini, maka data yang diukur walaupun berulang tetap dengan hasil yang sama. Dalam menguji reabilitas ini dapat dilakukan dengan tes *re-test*, parallel, belah dua. Dengan kata lain reabilitas itu merupakan keandalan yang harus dimiliki oleh alat ukur atau SPSS mencapai 0,802 dengan kategori sangat tinggi.⁴⁷

Peneliti mengambil 30 orang peserta didik untuk menguji valid data, disini peneliti mendapatkan hasil valid dengan nilai 0,668 artinya nilai dibawah 0,668 dinyatakan tidak valid atau dibuang.

Adapun output SPSS seri 22 uji reliabilitas instrument yang telah di uji oleh peneliti sebagai berikut:

Tabel 3.9 Output Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
0,668	51

Sumber: Output SPSS Versi 22.

⁴⁷ Chaedar Alwasilah, *Dasar-dasar Melakukan Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: PT Dunia Pustaka Jaya, 2008), h. 186.

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan observasi dan skala

1. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Kalau wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain.⁴⁸

Jadi dalam observasi ini, penelitian terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau digunakan sebagai sumber data penelitian. Sambil melakukan pengamatan, peneliti ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, dan ikut merasakan suka dukanya. Dengan observasi partisipan ini, maka data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam, dan sampai mengetahui pada tingkat makna dari setiap perilaku yang muncul.

2. Skala

Skala merupakan pengukuran merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengkuantifikasi informasi yang diberikan oleh objek jika mereka diharuskan menjawab pertanyaan yang telah dirumuskan dalam suatu kuesioner.⁴⁹ Dalam skala ada empat pilihan jawaban, dimana peneliti disini menggunakan skala

⁴⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Penerbit Alfabeta 2008), h. 145.

⁴⁹ Fikroturrofiah, *Hipotesis Penelitian*, di *upload* pada tanggal 15 Desember 2014. Diakses pada tanggal 16 Juni 2018, dari situs web: <https://www.eurekapedidikan.com.html?m=1>,

ordinal, yaitu skala yang memberikan informasi mengenai jumlah relative karakteristik berbeda yang dimiliki oleh suatu objek atau individu tertentu.

Tingkat pengukuran ini mempunyai informasi skala nominal ditambah dengan sarana peringkat relative tertentu yang memberikan informasi apakah suatu objek memiliki karakteristik yang lebih atau kurang tetapi bukan untuk mencari tahu berapa banyak kekurangan dan kelebihanannya.

Jadi, dalam skala ini peserta didik diwajibkan untuk menjawab 24 pernyataan yang telah disiapkan oleh peneliti dengan berbagai pernyataan mengenai kedisiplinan dalam mengatur waktu, belajar dan tata karma ketika peserta didik melakukan berbagai kegiatan-kegiatan di asrama maupun di sekolah.

Skala disini bersifat relative, karena setiap jawaban yang ditanggapi akan berbeda-beda dan sesuai dengan sikap atau perilaku yang dialami peserta didik. Pembuatan *skala likert*, periset membuat beberapa pernyataan yang berhubungan dengan suatu isu atau objek, lalu subjek atau responden diminta untuk mengidentifikasi tingkat dengan beberapa kata beserta skor disajikan pada tabel 3.10 sebagai berikut:

Table 3.10 Kategori Pemberian Skor Alternative Jawaban

No	Jawaban	Bobot Nilai	
		+	-
1	Sangat Sesuai	4	1
2	Sesuai	3	2
3	Tidak Sesuai	2	3
4	Sangat Tidak Sesuai	1	4

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan suatu bagian yang penting dalam penelitian untuk mengolah dan menganalisa data yang diuji kebenarannya dalam penelitian dan untuk menjelaskan data-data yang diperoleh agar dapat dipahami hal ini dilakukan untuk dapat menarik kesimpulan berdasarkan data dipahami hal ini dilakukan untuk dapat menarik kesimpulan berdasarkan data yang dikumpulkan.

Jadi, data yang diperoleh kemudian dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan uji normalitas dan uji t (*paired pre test*) yaitu untuk membandingkan dan menghitung data dari hasil treatment (sebelum dan sesudah) dilakukan teknik *self management*.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan bantuan *software SPSS versi 22* dengan uji statistic *Kolmogorov-Smirnov*.⁵⁰ Hipotesis dari uji normalitas adalah sebagai berikut:

H_0 : Data berdistribusi normal ($\text{sig.} > 0.05$).

H_a : Data tidak berdistribusi normal ($\text{sig.} < 0.05$).⁵¹

Tahapan kriteria pengujian yang diambil berdasarkan nilai probabilitas adalah jika probabilitas (sig.) $> 0,05$, maka H_0 diterima dan jika probabilitas (sig.) $< 0,05$, maka H_0 ditolak.⁵² Jika nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 maka

⁵⁰ Jonathan Sarwono dan Hendra Nur Salim, *Prosedur-Prosedur Populer Statistik Untuk Analisis Data Riset Skripsi*, (Yogyakarta: Gava Media, 2017), h. 135.

⁵¹ Setia Prama, Ricky Yordani, dkk, *Dasar-Dasar Statistika Dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, (Bogor: Penerbit In Media, 2016), h.169.

⁵² Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h. 153-167.

Ho diterima dan jika nilai probabilitas lebih kecil dari 0,05 maka Ho ditolak.

Untuk membuktikan normalitas data maka diuji dengan menggunakan spss.

2. Uji-T

Skor t hasil penelitian menggunakan program SPSS versi 22 dengan menggunakan teknik analisis *Paired-Samples T-Test*. Uji-t bertujuan mengkaji efektivitas suatu perlakuan (treatment) dalam mengubah suatu perilaku dengan cara membandingkan antara sebelumnya dengan keadaan sesudah perlakuan.⁵³

Kriteria pengujian yang digunakan adalah sebagai berikut:

Jika $\text{sig} > 0.05$ maka H_a diterima, dilain pihak H_o ditolak

Jika $\text{sig} < 0.05$ maka H_a ditolak, dilain pihak H_o diterima

F. Pedoman Penelitian

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini, peneliti berpedoman pada buku pedoman penulisan karya ilmiah yaitu “Panduan Akademik dan Penulisan Skripsi FTK UIN Ar-Raniry” yang diterbitkan oleh FTK Ar-Raniry Press Darussalam Banda Aceh 2016.

⁵³ Furqon, *Statistik Terapan Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 198.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Sekolah

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh yang berada di Lueng Bata, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh. Sekolah Menengah Pertama (SMP) Islam Ibnu Khaldun adalah salah satu sekolah yang didirikan pada tanggal 25 Juli 2006. Selain itu, SMP Islam Ibnu Khaldun adalah salah satu sekolah yang berbasis asrama yang dikenal dengan Dayah Markaz Az-ziziyah.

2. Identitas Sekolah

- a. Nama Sekolah : SMP Islam Ibnu Khaldun
- b. Tempat : Lueng Bata
- c. Tanggal SK Pendirian : 25 Juli 2006
- d. SK Izin Operasional : 420/A3/6170/2007
- e. Kode Pos : 23247
- f. Provinsi : Aceh
- g. Kabupaten/Kota : Kota Banda Aceh
- h. Kecamatan : Lueng Bata

3. Visi, Misi dan Tujuan Sekolah SMP Islam Ibnu Khaldun

a. VISI:

“TERWUJUDNYA PESERTA DIDIK YANG BERIMAN, BERTAQWA, BERAKHLAK MULIA, CERDAS, TERAMPIL, MANDIRI DAN BERWAWASAN IPTEK”.

b. MISI:

1. Menanamkan Keimanan dan Ketaqwaan melalui pengamalan ajaran Islam.
2. Mengoptimalkan proses pembelajaran dan pembimbingan.
3. Mengembangkan bidang Ilmu Pengetahuan dan Teknologi berdasarkan minat, bakat, peserta didik.
4. Membina kemandirian peserta didik melalui kegiatan pembiasaan, dan pengembangan diri yang terencana dan berkesinambungan.
5. Menjalin kerjasama yang harmonis antar warga sekolah, yayasan, dan lembaga lain yang terkait.

c. Tujuan: Mengacu pada Visi dan Misi sekolah, tujuan sekolah dalam mengembangkan pendidikan ini adalah :

1. Mengembangkan budaya sekolah yang relegius.
2. Mengembangkan berbagai kegiatan dalam proses belajar dikelas dengan melaksanakan pendekatan pembelajaran aktif yang berkarakter.

3. Peningkatan kemampuan siswa dibidang agama, seni dan olah raga.
4. Terwujudnya lingkungan sekolah yang Islami, bersih, aman, nyaman dan tentram.
5. Peningkatan kelengkapan sarana dan prasarana penunjang serta menjalin kerjasama dengan lembaga lain dalam merealisasikan program sekolah.

Adapun jumlah peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.1 Jumlah Peserta didik SMP Islam Ibnu Khaldun

No	Kelas	Lk	Pr	Jumlah
1	VII-1	-	32	32
2	VII-2	-	31	31
3	VII-3	24	-	24
4	VII-4	24	-	24
5	VIII-1	-	21	21
6	VIII-2	-	23	23
7	VIII-3	33	-	33
8	IX	15	28	43
Total				231 Siswa

Sumber: Data Sekolah 2019

B. Hasil Penelitian

Proses pelaksanaan penelitian pengumpulan data dilaksanakan di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh kelas VII pada tanggal 02 Oktober 2019 s/d 04 Oktober 2019. Hasil penelitian diperoleh melalui penyebaran instrument yang bertujuan untuk memperoleh data tentang rendahnya kedisiplinan peserta didik disekolah tersebut.

Bagian hasil penelitian mendeskripsikan hasil-hasil penelitian, yaitu data-data mengenai: 1) Tingkat kedisiplinan peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self managment* di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh; 2) Tingkat kedisiplinan peserta didik sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self managment* di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh; 3) Keefektifan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self managment* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

1) Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Self Management Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Gambaran kedisiplinan peserta didik dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu: tinggi, sedang dan rendah. Berikut tingkat kedisiplinan peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self managment* di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh yang disajikan pada tabel 4.2

Tabel 4.2 Kategori Kedisiplinan Peserta Didik

No	Batas Nilai	Kategori
1	>83	Tinggi
2	66-83	Sedang
3	<66	Rendah

Dari tabel di atas menyatakan bahwa batas nilai >83 berada pada kategori tingkat tinggi kedisiplinan peserta didik, batas nilai antara 66-83 berada pada kategori tingkat sedang kedisiplinan peserta didik, dan batas nilai <66 berada pada kategori tingkat rendah kedisiplinan peserta didik. Secara keseluruhan tingkat

kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh dikelompokkan menjadi tiga katagori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Persentase tingkat kedisiplinan peserta didik dapat dihitung dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{F \text{ (skor yang dicapai)}}{N \text{ (jumlah skor maksimal)}} \times 100\%.^{55}$$

Tingkat kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.3 Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Kategori	F	%
Tinggi	10	16,4
Sedang	44	72,13
Rendah	7	11,47
Jumlah	61	100

Tabel 4.3 Tingkat Kedisiplinan Peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh kelas VII Tahun Ajaran 2019/2020 yang diwakili oleh 61 peserta didik yaitu: sebanyak 7 peserta didik (11,47%) dari jumlah subjek penelitian berada pada kategori rendah artinya peserta didik mencapai tingkat kedisiplinan yang rendah pada sebagian ciri-cirinya.

Dimana peserta didik kesulitan dalam mengelola waktu, peserta didik sering terlambat ke sekolah, peserta didik sering tidak membuat PR, peserta didik sering tidur di dalam kelas, peserta didik kurang mampu menunjukkan sikap yang

⁵⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 95.

baik terhadap orang yang lebih tua, tidak ada waktu luang untuk belajar, dan sering terlambat setiap mengikuti kegiatan di asrama.

Sebanyak 44 peserta didik (72,13%) dari jumlah subjek penelitian berada pada kategori sedang artinya peserta didik mencapai tingkat kedisiplinan yang sedang pada setiap ciri-cirinya, peserta didik mampu mengatur waktu secara teratur, peserta didik hanya belajar ketika ada tugas, dan peserta didik menunjukkan bahwa perilaku adalah cerminan diri.

Sebanyak 10 peserta didik (16,4%) dari jumlah penelitian berada pada kategori rendah artinya peserta didik mencapai tingkat kedisiplinan tinggi pada setiap ciri-cirinya, menunjukkan bahwa peserta didik mampu mengatur waktu dengan baik, justru peserta didik lebih menjadwalkan target kegiatannya, peserta didik belajar ketika waktu luang, dan peserta didik juga menunjukkan sikap yang baik terhadap orang yang lebih dewasa. Berdasarkan persentase, tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Aceh berada pada kategori sedang.

Hasil tabel di atas dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang memiliki tingkat kedisiplinan rendah berjumlah 7 orang, peserta didik yang tingkat kedisiplinan sedang berjumlah 44 orang dan peserta didik yang tingkat kedisiplinan tinggi berjumlah 10 orang peserta didik.

Berdasarkan tabel di atas, peserta didik yang dipilih untuk menjadi sampel sebanyak 7 orang peserta didik yang memiliki kategori tingkat rendah terhadap kedisiplinan untuk diberikan perlakuan (*treatment*). Adapun data hasil

skor *pre-test* kedisiplinan peserta didik yang di peroleh dijelaskan pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.4 Skor *Pre-Test* sebelum diberikan Layanan Bimbingan dengan menggunakan Teknik *Self Management*

No	Responden	<i>Pre-test</i>
1	SM	64
2	MR	63
3	S	63
4	MZ	60
5	MA	53
6	AF	58
7	MAL	46
	Jumlah	407

Berdasarkan tabel di atas dijelaskan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* maka dapat dilihat nilai tingkat kedisiplinan peserta didik dari hasil jawaban *pre-test*. Hasil skor jawaban *pre-test* dari 7 orang peserta didik yang belum mendapatkan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managmet* adalah 86, 85, 87, 89, 84, 80, 83. Peserta didik yang dipilih untuk diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* adalah peserta didik yang memiliki tingkat kedisipinan rendah.

2) Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Peserta didik yang dipilih sebagai sampel dengan kategori tingkat kedisiplinan rendah dengan skor yang rendah setelah diberikan perlakuan (*treatment*) maka nilai skor yang diperolehnya mengalami peningkatan. Berikut penjelasannya dalam tabel dibawah ini:

Tabel 4.5 Skor *Post-Test* sesudah diberikan Layanan Bimbingan dengan menggunakan Teknik *Self Management*

No	Responden	<i>Post-test</i>
1	SM	86
2	MR	85
3	S	87
4	MZ	89
5	MA	84
6	AF	80
7	MAL	83
	Jumlah	594

Berdasarkan tabel di atas menjelaskan bahwa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* maka dapat dinilai perubahan tingkat kedisiplinan peserta didik dari hasil jawaban *post-test*. Hasil skor jawaban *post-test* dari 7 orang peserta didik yang mendapat perlakuan (*treatment*) adalah 86, 85, 87, 89, 84, 80, 83.

Hasil *post-test* menunjukkan terdapat perubahan skor kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Perlakuan (*treatment*) teknik *self management* dilakukan sebanyak 3 kali dengan berbeda topik, adapun tujuan dari pemberian atau pelaksanaan *post-test* ialah untuk

membantu peserta didik mengukur tingkat kedisiplinan setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sehingga peserta memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah kedisiplinan yang dihadapi.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum peserta didik yang menjadi sampel penelitian menunjukkan peningkatan dalam kedisiplinan peserta didik. Perubahan dilihat dari perilaku dan psikologis peserta didik yang selama diberikannya perlakuan (*treatment*) oleh peneliti yaitu berupa kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

3) Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi dalam variabel yang digunakan dalam penelitian. Data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian adalah data yang berdistribusi normal. Uji normalitas yang dilakukan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Normal tidaknya sebaran data penelitian dapat dilihat dari pengambilan keputusan jika $\text{sig} > 0.05$ maka data berdistribusi normal. Sedangkan jika $\text{sig} < 0.05$ maka data tidak berdistribusi normal.⁵⁶ Hasil yang diperoleh dari analisis uji normalitas tersaji pada tabel 4.6 berikut:

⁵⁶ V. Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), h. 55.

Tabel 4.6 *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

		Unstandardized Residual
N		7
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.58027840
	Most Extreme Differences	.227
Test Statistic	Absolute Positive	.186
	Absolute Negative	-.227
	Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel 4.6 diperoleh nilai uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* data kedisiplinan peserta didik adalah 0.200 lebih besar dari ($\text{sig} > 0.05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kecemasan *performa* peserta didik dengan teknik *self management* berdistribusi normal.

Setelah dipastikan sebaran data berdistribusi normal, langkah berikutnya adalah menguji hipotesis yang diajukan, yaitu:

a. Hipotesis Nihil (H_0): Layanan Bimbingan Keompok dengan Teknik *Self Management* tidak efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

b. Hipotesis Alternatif (H_a): Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* efektif untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

b. Uji Hipotesis Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Managment* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Salah satu cara untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada peserta didik adalah dengan membandingkan skor kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*.

Perubahan yang dimaksud adalah peningkatan skor kedisiplinan peserta didik dengan dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik. Secara rinci perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan peserta didik pada pengukuran awal dan pengukuran akhir disajikan pada tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7 Perbandingan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Responden	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1	SM	64	86
2	MR	63	85
3	S	63	87
4	MZ	60	89
5	MA	53	84
6	AF	58	80
7	MAL	46	83
	Jumlah	407	594

Tabel 4.5 menunjukkan hasil perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan peserta didik mengalami peningkatan secara signifikan. Secara rinci perbandingan skor kedisiplinan pada pengukuran awal dan pengukuran akhir disajikan pada tabel 4.8 berikut:

Tabel 4.8 Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Pos-test* Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

No	Kategori	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Tinggi	0	0	6	85,72
2	Sedang	0	0	1	14,28
3	Rendah	7	100	0	00.0
Jumlah		7	100	7	100

Berdasarkan hasil skor tabel 4.8 menunjukkan hasil dari perbandingan skor *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan, dimana sebanyak 7 orang peserta didik yang berkategori rendah pada saat *pre-test* (belum adanya perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* mengalami perubahan peningkatan berkategori tinggi dan sedang setelah diberikannya perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

Persentase dari 6 orang peserta didik yang berkategori tinggi sebanyak 85,72%, persentase dari 1 orang peserta didik berkategori sedang sebanyak 14,28%, dan kategori rendah 00.0%. Maka dari hasil skor rata-rata layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* yang diujikan dalam penelitian memiliki daya pengaruh yang sangat baik, yaitu mampu menghasilkan peningkatan yang signifikan pada perubahan skor kedisiplinan peserta didik pada *pre-test* dan *post-test*, dan dapat dilihat pada tabel 4.9 seperti berikut:

Tabel 4.9 Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	58.14	7	6.568	2.483
	posttest	84.86	7	2.911	1.100

Sumber: SPSS Versi 22

Tabel 4.9 menunjukkan rata-rata *pre-test* sebesar 58, 14, sedangkan rata-rata *post-test* sebesar 84,86. Artinya rata-rata *post-test* lebih tinggi dari rata-rata *pre-test*. Melihat skor *post-test* lebih tinggi dari skor *pre-test* dapat dikatakan terjadi peningkatan pada tingkat kedisiplinan peserta didik setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*.

Tabel 4.10 Uji t Berpasangan *Pre-test* dan *Pos-test* Kedisiplinan Peserta Didik
Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest – posttest	-26.714	5.823	2.201	-32.099	-21.329	-12.138	6	.000

Berdasarkan tabel 4.10 diperoleh nilai t sebesar 12.138 dengan signifikan 0,00 yang berarti $0,00 < 0,05$ jadi H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini membuktikan bahwa hasil uji hipotesis kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* mempunyai skor skala dan klasifikasi yang lebih tinggi. Dapat disimpulkan bahwa ada

pengaruh yang signifikan antara layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan peserta didik.

H_a diterima artinya ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*) bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dan artinya perlakuan (*treatment*) yang diberikan memberikan efek positif, sehingga kedisiplinan peserta didik sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* lebih tinggi dari pada sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Pembahasan Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Management* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Secara umum tingkat kedisiplinan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dalam penelitian ini sebanyak 7 orang peserta didik dengan kategori rendah artinya peserta didik mencapai tingkat kedisiplinan yang rendah pada sebagian ciri-cirinya, dimana peserta didik kesulitan dalam mengelola waktu, peserta didik sering terlambat ke sekolah, peserta didik sering tidak membuat PR, peserta didik sering tidur di dalam kelas, peserta didik kurang mampu menunjukkan sikap yang baik terhadap orang yang lebih dewasa, tidak ada waktu luang untuk belajar, dan sering terlambat setiap mengikuti kegiatan di asrama.

Penelitian pada kedisiplinan peserta didik merujuk pada tiga macam disiplin yang dikemukakan oleh Conny R. Semiawan, disiplin dapat terbagi dalam tiga macam diantaranya, meliputi disiplin dalam waktu, belajar dan tata krama.

- a. Disiplin dalam waktu. Kedisiplinan dalam hal ini berarti peserta didik harus belajar untuk terbiasa dalam mengatur waktu dalam kehidupan sehari-hari. Pengaturan waktu ini bisa bermula dari perbuatan kecil seperti, datang tepat waktu kesekolah, tidak membolos dan lain-lain.
- b. Disiplin dalam belajar. Siswa yang mempunyai kedisiplinan dalam belajar adalah siswa yang mempunyai jadwal serta motivasi belajar di sekolah dan di rumah. Seperti halnya dalam mengerjakan tugas dari guru dan membaca pelajaran.
- c. Disiplin dalam tata krama. Adapun disiplin dalam bertatakrama adalah kedisiplinan yang berkaitan dengan sopan santun, akhlak atau etika peserta didik, baik kepada guru, teman dan lingkungan. Mendidik disiplin dalam bertata krama hendaknya dilakukan sedini mungkin dimulai dari lingkungan keluarga dengan membiasakan bertingkah laku yang terpuji sebelum tertanam sifat yang buruk.⁵⁷

⁵⁷ Syafrina Dariza, *Peran Guru.....*,h.6-7

2. Pembahasan Tingkat Kedisiplinan Peserta Didik Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self Managment* Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Peningkatan yang signifikan terjadi setelah pemberian perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*. Hasil *post-test* menunjukkan terdapat perubahan skor kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

Perlakuan (*treatment*) teknik *self managment* dilakukan sebanyak 3 kali dengan topik yang berbeda-beda, adapun tujuan dari pemberian atau pelaksanaan *post-test* ialah untuk membantu peserta didik mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* sehingga peserta memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah kedisiplinan yang dihadapinya.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti saat pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*, bahwa peserta didik menunjukkan perubahan yang baik pada setiap pertemuan. Pada pertemuan terakhir peserta didik sudah mampu mengenal dirinya, apa saja tugas yang seharusnya di perbuat, sudah mampu mengelola target kegiatan di setiap harinya, pada saat pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* semua peserta didik terlihat aktif.

Hasil penelitian menunjukkan, kedisiplinan peserta melalui tahapan *self management* juga dikemukakan oleh Uno mengatakan bahwa secara umum *self management* terdiri atas tiga langkah yaitu menentukan tujuan, memonitoring dan mengevaluasi kemajuan, dan memberikan penguatan diri. Dari pendapat tersebut dapat kita jelaskan sebagai berikut:

- a. Menentukan tujuan, dalam menentukan tujuan kita harus tau apa yang ingin dicapai dari apa yang kita lakukan. Tujuan harus ditentukan oleh diri sendiri berdasarkan kreatifitas diri sendiri, tujuan yang telah disusun akan efektif diri sendiri, tujuan yang telah disusun akan efektif jika dapat dicapai dalam waktu singkat bukan dalam jangka panjang.
- b. Mencatat dan mengevaluasi kemajuan, setiap yang kita lakukan setiap yang kita ubah dicatat dan dievaluasi sejauh mana perubahan yang terjadi atau adakah peningkatan, misalnya seperti ketika guru meminta kita untuk menyelesaikan tugas tanpa adanya control dari guru atau orang lain, disini individu belajar untuk mandiri.
- c. Penguatan diri, penguatan diri disini ada sisi positif dan negatifnya, jika kita berhasil kita memberi penghargaan untuk diri kita sendiri dan jika negative kita beri hukuman pada diri sendiri karena telah gagal melakukannya.⁵⁸

⁵⁸ Fitri dan Anike Dian, *Penerapan Strategi*,...h. 26.

Jadi dapat kita simpulkan bahwa mengelola diri atau *self management* yang baik memilih tahapan-tahapan yang harus kita lalui agar semua berjalan dengan baik. Dari tiga tahap yaitu tahap monitoring diri, tahap evaluasi, dan tahap pemberian penguatan, penghapusan atau hukuman dan pendapat lain juga tentang tahapannya menentukan tujuan, mencatat dan mengevaluasi kemajuan, penguatan diri.

Kedua sama-sama memiliki tiga tahapan yang isinya dapat dikatakan sama. Tahapan ini harus dilewati setiap proses agar memiliki kemampuan *self management* yang baik. Dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan perlakuan (treatment) berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* efektif digunakan untuk dapat meningkatkan kedisiplinan peserta didik, sehingga terjadi perubahan yang termasuk kategori rendah menjadi tinggi.

3. Pembahasan Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

Secara umum kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh tahun ajaran 2019/2020 berada pada kategori tinggi. Peserta didik pada kategori tinggi diasumsikan telah mencapai tingkat kedisiplinan yang efektif pada setiap aspek dan macam-macam disiplin, seperti:

1). Disiplin Waktu

Peserta didik sudah mampu mengelola waktu sesuai pencapaian target di setiap harinya.

2). Disiplin Belajar

Peserta didik sudah mampu mengatur waktu untuk mengerjakan tugas dan PR tanpa paksaan.

3). Disiplin Tata Krama

Peserta didik sudah mampu mengkondisikan sikap terhadap orang yang lebih dewasa, terutama kepada guru di sekolah tersebut.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan adanya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* mampu meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

D. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Managment* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik

Proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh. Dalam penelitian ini terdiri dari tiga kali pemberian perlakuan (*treatmen*). Untuk mengetahui kedisiplinan peserta didik sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) maka peneliti memberikan pengukuran variabel yang berbentuk skala (*pre-test*), setelah itu peneliti mendapatkan jumlah 7 sampel dengan kategori rendah sesuai dengan tingkat kedisiplinan peserta didik yang akan diberikan perlakuan (*treatment*), dan selanjutnya peneliti kembali memberikan skala (*post-test*) untuk mengetahui efektivitas dari perlakuan (*treatment*) yang telah diberikan.

a. *Pre-Test*

Pre-test dilaksanakan pada hari Kamis di kelas VII yang dilaksanakan pada tanggal 26 September 2019 yang berjumlah 61 peserta didik. Adapun tujuan dilakukan *pretest* yaitu untuk mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Hasil *pre-test* menyatakan ada 7 orang peserta didik yang memiliki kategori rendah yang akan dijadikan sampel dalam penelitian ini yang sesuai dengan macam-macam kedisiplinan. Peserta didik yang berada pada kategori rendah adalah peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengelola waktu.

b. Perlakuan (*Treatment*)

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, pada kelompok eksperimen sebanyak tiga kali pertemuan pada tanggal 2, 3 dan 4 Oktober 2019. Perlakuan (*treatment*) pertama diberikan topik “Mengetahui diri dalam mengelola waktu (*self management*)”, perlakuan (*treatment*) kedua dengan topik “pentingnya membiasakan diri untuk disiplin”, dan pada perlakuan (*treatment*) ketiga juga diberikan satu topik yaitu “disiplin dulu, baru sukses !”.

1) Perlakuan (*treatment*) Pertama

Perlakuan (*treatment*) pertama diberikan pada tanggal 02 Oktober 2019. Pemberian perlakuan (*treatment*) ini berupa pembahasan mengenai *self management* yang berjudul topik “Mengetahui diri dalam mengelola waktu”, tujuan dari judul pembahasan dalam monitoring ini dapat meningkatkan rasa berharga

dalam diri untuk lebih meningkatkan kualitas diri pada peserta didik ketika ingin melakukan suatu tindakan dan kegiatan sehari-hari.

Tahap awal ini, peneliti memperkenalkan diri dan setiap peserta didik diberi kesempatan untuk memperkenalkan diri masing-masing, lalu memberikan *ice breaking*, setelah itu peneliti memberikan penjelasan mengenai tahapan dalam teknik *self management* serta memberikan penegasan bahwa adanya *punishment* dan *reward* di setiap akhir pertemuan, contohnya peserta didik yang memiliki target pencapaian yang sesuai dan tepat waktu akan diberikan *reward* oleh peneliti, sedangkan pencapaian target terendah dan tidak disiplin dalam melakukan kegiatan, peserta akan diberikan *punishment* berupa menjelaskan kendala peserta didik ketika tidak tercapai target hariannya di hadapan teman-temannya. Dalam kegiatan ini terbagi 1 kelompok yang terdapat 7 orang peserta didik.

Tahapan di dalam teknik *self management*, peneliti menjelaskan membagikan dan menjelaskan kertas monitoring selama 3 hari kedepan untuk mencatat semua kendala dan pencapaian target peserta didik, kemudian dilanjutkan dengan pembahasan materi, lalu setelah menanyakan kesimpulan kepada masing-masing peserta didik mengenai materi yang diberikan.

Setelah setiap peserta didik menyampaikan kesimpulannya masing-masing, peneliti memberikan kesimpulan secara umum dan menutup perjumpaan pada hari ini. Kesimpulan yang didapat dari pembahasan monitoring pertama ini yaitu peserta didik yang masih belum mengenal siapa dirinya dan apa tugasnya sudah dapat mengelola dirinya secara signifikan.

2) Perlakuan (*treatment*) Kedua

Perlakuan (*treatment*) kedua diberikan pada tanggal 03 Oktober 2019. Pemberian perlakuan (*treatment*) berupa materi monitoring yang berjudul “disiplin itu penting”. Tujuan dari materi ini agar peserta didik lebih disiplin terhadap diri sendiri sesuai kemampuan yang dimilikinya. Sebelum pemberian materi layanan bimbingan kelompok, peneliti memberikan *reward* dan *punishment* sesuai perjanjian di awal pertemuan.

Setelah selesai monitoring dengan pemberian materi dan motivasi peneliti menanyakan kembali kepada masing-masing peserta didik kesimpulan yang dapat di ambil. Setelah itu, peneliti juga menyampaikan kesimpulan secara umum.

Hasil kesimpulan yang di dapat dari monitoring *self managment* ini adalah peserta didik yang sudah mulai disiplin dalam berkegiatan, seperti tidak terlambat kesekolah, langsung merapikan tempat tidur setelah bangun, mengerjakan tugas dengan tepat waktu dan mampu mengelola kegiatan sehari-harinya sesuai pencapaian target.

3) Perlakuan (*treatment*) Ketiga

Perlakuan (*treatment*) ketiga diberikan tanggal 04 Oktober 2019. Pemberian perlakuan (*treatment*) berupa monitoring *self managment* yang berjudul “disiplin dulu, baru sukses !”. Tujuan dari materi ini agar peserta didik mampu untuk meningkatkan kepercayaan dalam diri bahwa disiplin membawa kita selangkah menuju kesuksesan.

Sebelum melaksanakan *self managment*, peneliti memberikan arahan yang sama seperti pada perlakuan (*treatment*) pertama dan kedua, pada tahap ini peneliti langsung memberikan *reward* dan *punishment* kepada peserta didik.

Peserta didik membentuk kelompok seperti biasanya, kemudian peneliti memonitoring dengan materi ketiga. Kemudian peneliti menanyakan kembali kepada masing-masing peserta didik kesimpulan yang dapat di ambil. Setelah itu, peneliti juga menyampaikan kesimpulan secara umum.

Hasil kesimpulan yang di dapat dari materi monitoring teknik *self managment* ini adalah peserta didik tampak lebih meningkat dalam mengatur waktu dalam melakukan kegiatan-kegiatan di asrama maupun di sekolah, peserta didik semakin sadar bahwa disiplin itu banyak membawa manfaat dalam diri sendiri.

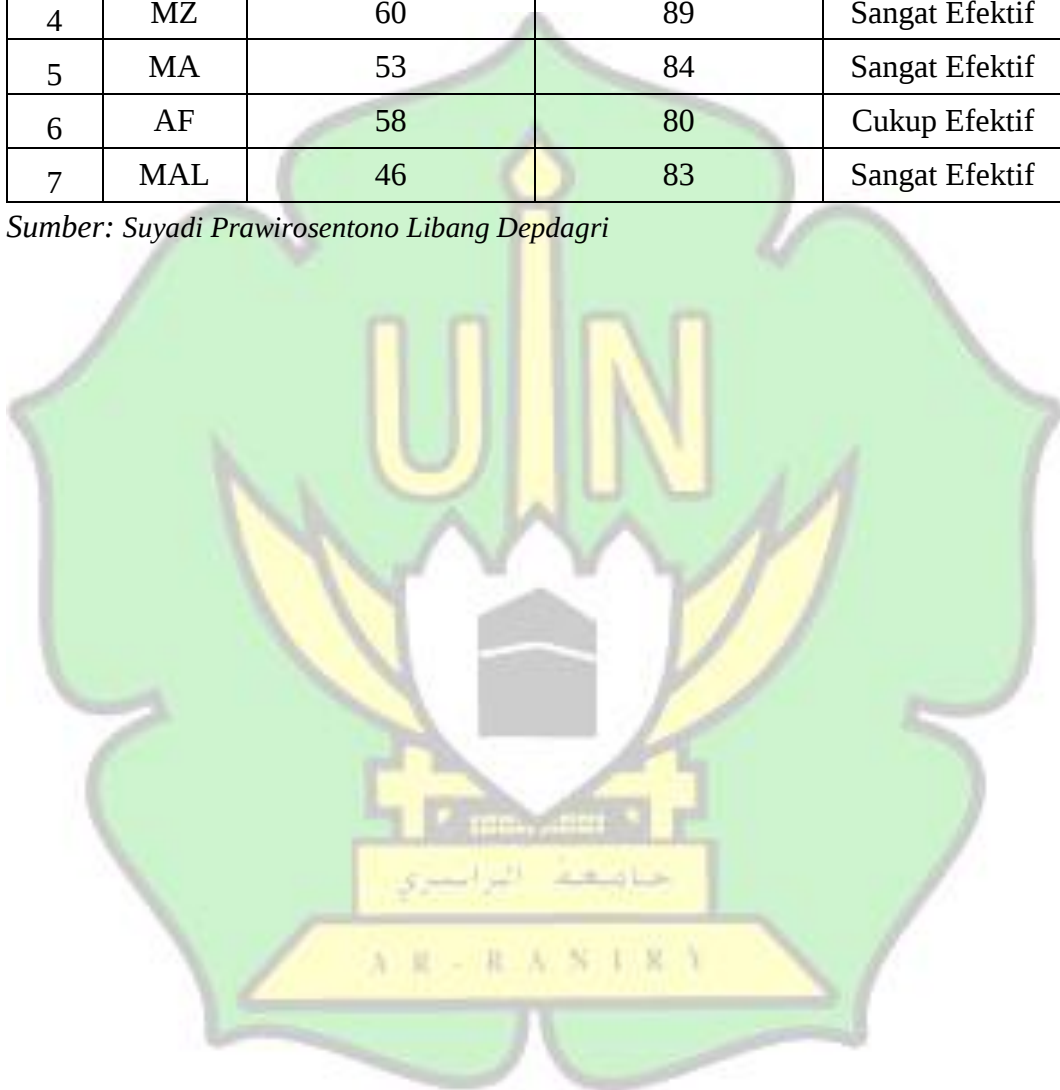
c. Post Test

Post-test dilaksanakan pada tanggal 05 Oktober 2019 yang berjumlah 7 orang peserta didik. Adapun tujuan dilakukan *post test* yaitu untuk mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*. Hasil *post-test* menyatakan ada 6 orang peserta didik yang mengikuti penelitian ini termasuk kedalam kategori sangat efektif dan 1 peserta didik kategori cukup efektif. Adapun kategori efektivitas teknik *self management* dengan hasil skor disiplin peserta didik sebagai berikut:

Tabel 4.11 Standar Ukuran Efektivitas Sesuai Acuan Libang Depdagri

No	Nama	Skor Kedisiplinan <i>Pre-Test</i>	Skor Kedisiplinan <i>Post-Test</i>	Kategori Efektivitas
1	SM	64	86	Sangat Efektif
2	MR	63	85	Sangat Efektif
3	S	63	87	Sangat Efektif
4	MZ	60	89	Sangat Efektif
5	MA	53	84	Sangat Efektif
6	AF	58	80	Cukup Efektif
7	MAL	46	83	Sangat Efektif

Sumber: Suyadi Prawirosentono Libang Depdagri



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* berada pada kategori rendah.
2. Kedisiplinan peserta didik kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh sesudah mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* berada pada kategori tinggi.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan kedisiplinan peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment*. Dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan peserta didik VII SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Guru Bimbingan Konseling atau konselor diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self managment* minimal 12 kali dalam satu semester untuk dapat meningkatkan dan mempertahankan kedisiplin peserta didik.
2. Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat kepada peserta didik SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh untuk dapat meningkatkan kedisiplinan dengan mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dan layanan Bimbingan Konseling lainnya.
3. Pelaksanaan teknik *self managment* ini dapat dilakukan dengan lebih kreatif dan bervariasi tetapi harus sesuai dengan prosedur pelaksanaan teknik *self managment* supaya mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan.
4. Kepada pembaca, disarankan agar nilai-nilai positif dari penelitian ini dapat dikembangkan. Dan kepada peneliti selanjutnya kiranya dapat menjadi masukan dan memperkaya ilmu pengetahuan dan referensi tentang penelitian yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afid Burhannuddin, Ridlo Ariesta, dkk. (2013). *Metodelogi Penelitian*, diakses dari situs: <https://www.google.compress.com/2013/09/24/populasi-dan-sampel-4/amp>.
- Alwasilah, Chaedar. (2008). *Dasar-dasar Melakukan Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: PT Dunia Pustaka Jaya.
- Ani Supriyati. (2003). “Upaya Peningkatan Self Management dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok”. Jurnal: Unesa.
- Choirul Anam. (2007) “Model Pembinaan Disiplin Santri, diakses pada dari situs web: <http://Jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal.pendidikankewargaan>
- Daryanto Mohammad Farid. (2002). *Bimbingan Konseling (Panduan Guru BK dan Umum)*, Yogyakarta: Gava Media.
- Dwi Destya Trisnawati. (2013), “Membangun Disiplin dan Tanggung Jawab Siswa SMA Khadijah Surabaya Melalui Implementasi Tata Tertib Sekolah.” *jurnal Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*.
- Eka Nuryanti. (2008/2009), “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 3 Bandar Lampung, *Jurnal Konseling*.
- Fikroturrofiah. (2014) “Hipotesis Penelitian”. dari situs web: <https://www.eurekapendidikan.com.html?m=1>.
- Fitri dan Dian Anike. (2008) “Penerapan Strategi Pengelolaan Diri untuk Mengurangi Perilaku Konsumtif pada Siswa x-11 SMAN 15 Surabaya”. jurnal.
- Furqon. (2009). *Statistik Terapan Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta.
- Husamah. (2015). *A to Z Kamus Lengkap Super Lengkap*, Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Ihyaul Ulum. (2004). “Akuntansi Sekor Publik”. Malang: UMM Press.
- Irfan Prabowo. (2012) “Teknik Pengelolaan Diri (Self Management)”. Di akses dari situs web: <http://irvanhavefun.blogspot.com/2012/03/teknik-pengelolaan-diri-self-managment.html?m=1>
- Jawwad dan Ahmad Abdul. (2007), *Faktor-Faktor Management Diri*, Bandung: Savei Generation.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa (1995). Edisi Keempat, Jakarta: PT. Gramedia.
- Kartini Kartono. (2009). *Kamus Lengkap Psikologi*, Bandung: Raja Grafindo Persada.

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI (2010). *Kamus Besar Bahasa Indonesia, Cet. Ke-5*, Jakarta: Pustaka Phoenix.
- Koestoe. (1983). *Dinamika dalam Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Erlangga.
- Komalasari, Gantina dkk. (2016). *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Indeks.
- Kristinawati, Elita dkk. (2003) “Penerapan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Worship Pagi di Sekolah Berasrama”. jurnal Bk Unesa.
- Luthfi Fauzan. (2009). “Praktik Konseling Teknik Self Managmment”. Dari situs web: <http://Luthfifauzan'sBlog.htm>.
- _____. (2009) “Praktik Teknik Konseling Self Management”. Dari situs web <https://luthfifauzan.wordpress.com/2009/12/23/praktik-teknik-konseling-self-managment/>
- M. Burhan Bungin. (2005). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Prenada Media Group.
- Markus Apriadi Joko. (2016). “Peningkatan Kedisiplinan di Sekolah Melalui Token Economic Pada Anak Kelompok A TK Taman Indria Dlingo, “*Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Monica, Mega Aria, dan Ruslan Abdul Gan. (2015/2016). “Efektifitas Layanan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Mengembangkan Tanggung Jawab Belajar Pada Peserta Didik Kelas XI SMA AL-AZHAR 3 Bandar Lampung, *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*
- Mughnifar Ilham. (2019). *Pengertian Disiplin, Tujuan, Macam, Manfaat dan Contohnya*, dari situs web: <https://materibelajar.co.id/pengertian-disiplin/mughnifar-ilham-01-09-2019/>.
- Nurdjana Alamri. (2014/2015). “Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog.
- Nurzaakiyah, Siti dan Nandang Budiman. (2018). “Teknik Self-Management dalam Mereduksi Body Dysmorphic Disorder”. Dari situs web: http://file.upi.edu/Direktori/fip/jur._psikologi_pend_dan_bimbingan/197102191998021-nandang_budiman/teknik_self_management.pdf.
- Prama Setia, Ricky Yordani, dkk. (2016), *Dasar-Dasar Statistika Dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, Bogor: Penerbit In Media.
- Prasetyo, Bambang dan Jannah Lina Miftahul. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Raja Perindo.
- Ritonga Hasnun Jauhari. (2015). *Manajenmen Organisasi, Pengantar Teori dan Praktek*, Medan: Perdana Publishing.
- S. Margono .(2005). *Metodelogi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sirait, James A.F Stoner. (1998). *Management*, Jakarta: PT Sinar Grafika.

- Skripsi. Syafrina Dariza, *Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Disiplin Siswa di SMP Al-Ghazali Bogor*
- Sugiyono (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Penerbit Alfabeta.
- _____. (2012), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, V. Wiratn. (2015). *SPSS untuk Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Suwardani, dkk. (2014). “Penetapan Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Konsep Diri”. E-Jurnal Undiksa.
- Suyadi Prawirosentono. (2008). *Manajemen Sumber Daya Manusia Kebijakan Kinerja Karyawan*, Yogyakarta: BFPFE.
- Syaiful Bahri Djamarah. (2005). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Syofian Siregar. (2014). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tu’u, Tulus. (2004). *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*, Jakarta: Grasindo.
- Tuntut Tampi. (2017). “Efektivitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Disiplin Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Kota”. Dari situs web: http://simki.unpkediri.ac.id/mahasiswa/file_artikel/2017/cc3261e4255d64114fdc0612a3064f26.pdf.
- Ummi Misaroh. (2013). “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Melalui Teknik Self Management dalam Mengurangi Tingkat Perilaku Agresif Siswa Kelas XII IPS SMA Negeri Sulang”. Skripsi IKIP Semarang PGRI.
- W, Creswell Jhon. (2012). *Research Design (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed)*, Yogyakarta: Pustaka Belajar. Jonathan Sarwono dan Hendra Nur Salim (2017), *Prosedur-Prosedur Populer Statistik Untuk Analisis Data Riset Skripsi*, Yogyakarta: Gava Media.
- Warsito, Hada dkk. (2010). “Penggunaan Strategi Self Management untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri di Lingkungan Pesantren”. Jurnal: Unesa.
- Wiguna Minharja. (2017). Skripsi: “Efektifitas Program Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Kenakalan Santriwati (Studi Kasus di Pondok Pesantren Modern Darul Ulum 1 Bnatar Kemang Bogor), UIN Syarif Hidayatullah”.
- Wiwik Setiyani. (2018). “Keragaman Perilaku Beragama”. Dari situs web: <http://jurnal.um-palembang.ac.id/bora/manajemen-diri-self=management>.

Lampiran 1

Surat Keterangan Pengangkatan Pembimbing

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH
NOMOR: B-13589/Un.08/FTK/KP.07.6/12/2018

TENTANG:
PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

- Menimbang** : a. bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi dan ujian munaqasyah mahasiswa pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh maka dipandang perlu Menunjuk pembimbing skripsi tersebut yang dituangkan dalam Surat Keputusan Dekan;
- b. bahwa saudara yang tersebut namanya dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Sistem Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah No. 74 Tahun 2012 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah RI Nomor 23 Tahun 2005 tentang Pengelolaan Keuangan Badan Layanan Umum;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
6. Peraturan Presiden Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh menjadi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;
7. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang Organisasi & Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
8. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 Tahun 2015, tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Keputusan Menteri Agama Nomor 492 Tahun 2003, tentang Pendelegasian Wewenang Pengangkatan, Pemindahan, dan Pemberhentian PNS di Lingkungan Depag. RI;
10. Keputusan Menteri Keuangan Nomor 293/KMK.05/2011 tentang Penetapan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh pada Kementerian Agama sebagai Instansi Pemerintah yang Menerapkan Pengelolaan Badan Layanan Umum;
11. Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian Wewenang Kepada Dekan dan Direktur Pascasarjana di Lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
- Memperhatikan** : Keputusan Sidang/Seminar Proposal Skripsi Prodi Bimbingan Konseling, tanggal 15 November 2018
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan** :
PERTAMA : Menunjuk Saudara:
- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| 1. Mashuri, M.Ag | Sebagai pembimbing pertama |
| 2. Wanty Khaira, S.Ag., M.Ed | Sebagai pembimbing kedua |
- Untuk membimbing skripsi :
- Nama : Nurul Fauzan Nurin
- NIM : 150213079
- Program Studi : Bimbingan dan Konseling
- Judul Skripsi : Efektivitas Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun
- KEDUA** : Pembiayaan honorarium pembimbing pertama dan kedua tersebut di atas dibebankan pada DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh
- KETIGA** : Surat Keputusan ini berlaku sampai akhir semester Ganjil Tahun Akademik 2019/2020
- KEEMPAT** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
 Pada tanggal : 06 Desember 2018
 An. Rektor
 Dekan



Tembusan

1. Rektor UIN Ar-Raniry di Banda Aceh;
2. Ketua Prodi Bimbingan Konseling;
3. Pembimbing yang bersangkutan untuk dimaklumi dan dilaksanakan;
4. Yang bersangkutan.

Lampiran 2

Surat Izin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
 Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
 Telp. (0651) 7551423 Fax (0651) 7553020 Situs: ftk.uin-ar-raniry.ac.id

Nomor B-14278/Un.08/FTK.1/TL.00/09/2019
 Lamp -
 Hal : Mohon Izin Untuk Mengumpul Data
 Menyusun Skripsi

25 September 2019

Kepada Yth.

Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Banda Aceh

Di -

Tempat

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK) UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh dengan ini memohon kiranya saudara memberi izin dan bantuan kepada:

N a m a : Nurul Fauzan Nurin
 N I M : 150 213 079
 Prodi / Jurusan : Bimbingan Konseling
 Semester : IX
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Darussalam.
 A l a m a t : Komplek Bayu Regency Blok D No.17 A.Besar

Untuk mengumpulkan data pada:

SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Dalam rangka menyusun Skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry yang berjudul:

Efektifitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VII di SMP Islam Ibnu Khaldun.

Demikianlah harapan kami atas bantuan dan keizinan serta kerja sama yang baik kami ucapkan terima kasih.

An. Dekan,
 Wakil Dekan Bidang Akademik
 dan Kelembagaan,

[Signature]
 Mustafa

Kode 7240

Lampiran 3

Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan



PEMERINTAH KOTA BANDA ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
JALAN. P. NYAK MAKAM NO. 23 GP. KOTA BARU TEL. (0651) 7555136
E-mail: dikbud@bandaacehkota.go.id Website: www.dikbud.bandaacehkota.go.id

Kode Pos : 23125

SURAT IZIN MENGUMPULKAN DATA

NOMOR: 074/A4/4463

Dasar : Surat dari Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Nomor : B-14278/Un.08/FTK.1/FL.00/09/2019 tanggal 25 September 2019, perihal mohon izin untuk mengumpulkan data menyusun skripsi.

MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : **Nurul Fauzan Nurin**
NIM : 150213079
Prodi : Bimbingan Konseling
Alamat : Banda Aceh
Untuk : Melakukan pengumpulan data di SMP Islam Ibnu Khaldun Kota Banda Aceh dalam rangka penyelesaian skripsi dengan judul :

"EFEKTIFITAS TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP ISLAM IBNU KHALDUN"

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Harus berkonsultasi langsung dengan Kepala Sekolah yang bersangkutan dan sepanjang tidak mengganggu proses belajar mengajar.
2. Bagi yang bersangkutan supaya menyampaikan foto copy hasil pengumpulan data sebanyak 1 (satu) eksemplar ke Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Banda Aceh.
3. Surat ini berlaku sejak tanggal 02 Oktober s.d 30 November 2019.
4. Diharapkan kepada mahasiswa yang bersangkutan agar dapat menyelesaikan pengumpulan data tepat pada waktu yang telah ditetapkan.
5. Kepala sekolah dibenarkan mengeluarkan surat keterangan hanya untuk yang benar-benar telah melakukan pengumpulan data.

Demikian untuk dimaklumi dan terima kasih.

Banda Aceh, 2 Oktober 2019 M
3 Shafar 1441 H

a.n. KEPALA DINAS PENDIDIKAN DAN
KEBUDAYAAN KOTA BANDA ACEH
KABID PEMBINAAN SMP,



SULAIMAN BAKRI, S.Pd, M.Pd
Pembina Tk.I
NIP.19690210 199801 1 001

Tembusan :

1. Wakil Dekan Bidang Akademik Fak. Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh
2. Kepala SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh.

Lampiran 4

Surat Keterangan Hasil Penelitian



SURAT PERNYATAAN

Nomor : 05/SMP-IK/SP.P/X/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Erfitriawati Masri, S.Ag., MA.
 Jabatan : Kepala Sekolah
 Instansi : SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh

dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Nurul Fauqan Nurin
 NIM : 150213079
 Prodi : Bimbingan Konseling
 Jenjang : S-1

benar yang namanya tersebut diatas telah melakukan penelitian dan mengumpulkan data dalam penyusunan skripsinya yang berjudul "EFEKTIFITAS TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP ISLAM IBNU KHALDUN".

Demikianlah surat pernyataan ini di perbuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 04 Oktober 2019

Kepala Sekolah,

Erfitriawati Masri, S.Ag., MA.

Nip. -

Lampiran 5

Instrumen Respon Peserta Didik Setelah Pemberian Treatmet Self Management

Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Nama : M. Al. Farid
Kelas : VII⁴

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang di setuju jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

KETERANGAN

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak masuk sekolah karena malas mengikuti pelajaran			✓	
2	Saya lebih suka memakai sandal ketika pergi kesekolah			✓	
3	Saya bolos ketika tidak ada guru di kelas			✓	

4	Saya memberi keterangan saat tidak hadir	✓			
5	Saya membiarkan seragam sekolah kusut			✓	
6	Sekolah saya kurang disiplin, sehingga saya tidak terbiasa disiplin			✓	
7	Saya terlambat bangun pagi			✓	
8	Saya bangun tidur langsung merapikan tempat tidur	✓			
9	Melaksanakan tugas piket dengan tanggung jawab	✓			
10	Menumpuk pakaian kotor ketika di kamar asrama			✓	
11	Saya sering tidur terlambat, karena kegiatan asrama yang padat			✓	

12	Saya mengerjakan tugas tepat waktu yang di berikan guru	✓			
13	Menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan guru		✓		
14	Saya malas jika harus meminjam buku di perpustakaan		✓		
15	Saya belajar jika ada kawan yang mengajak		✓		
16	Saya menyontek pada teman jika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas	✓			
17	Saya malas bertanya kepada guru meskipun saya belum memahami			✓	
18	Saya mengantuk jika sudah membaca buku pelajaran		✓		

19	Pura-pura belajar, padahal mengerjakan pekerjaan lain ketika di dalam kelas	✓			
20	Saya rasa belajar hanya cukup di sekolah saja			✓	
21	Meluangkan waktu jika ada tugas	✓			
22	Mengerjakan PR sebelum jam 11 malam	✓			
23	Saya menghormati guru yang saya senangi saja		✓		
24	Jika proses pembelajaran berlangsung, saya keluar kelas tanpa izin dengan guru bersangkutan				✓

“Terimakasih Atas Partisipasinya”

Instrumen Respon Peserta Didik Setelah Pemberian Treatmet Self Managment

Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Nama : Arfina Falicha
Kelas : VII - 1

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang di setujui jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

KETERANGAN

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak masuk sekolah karena malas mengikuti pelajaran				✓
2	Saya lebih suka memakai sandal ketika pergi kesekolah			✓	
3	Saya bolos ketika tidak ada guru di kelas			✓	

12	Saya mengerjakan tugas tepat waktu yang di berikan guru		✓		
13	Menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan guru			✓	
14	Saya malas jika harus meminjam buku di perpustakaan			✓	
15	Saya belajar jika ada kawan yang mengajak			✓	
16	Saya menyontek pada teman jika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas		✓		
17	Saya malas bertanya kepada guru meskipun saya belum memahami				✓
18	Saya mengantuk jika sudah membaca buku pelajaran		✓		

4	Saya memberi keterangan saat tidak hadir	✓			
5	Saya membiarkan seragam sekolah kusut	✓			
6	Sekolah saya kurang disiplin, sehingga saya tidak terbiasa disiplin			✓	
7	Saya terlambat bangun pagi			✓	
8	Saya bangun tidur langsung merapikan tempat tidur	✓			
9	Melaksanakan tugas piket dengan tanggung jawab	✓			
10	Menumpuk pakaian kotor ketika di kamar asrama				✓
11	Saya sering tidur terlambat, karena kegiatan asrama yang padat	✓			

19	Pura-pura belajar, padahal mengerjakan pekerjaan lain ketika di dalam kelas		✓		
20	Saya rasa belajar hanya cukup di sekolah saja			✓	
21	Meluangkan waktu jika ada tugas	✓			
22	Mengerjakan PR sebelum jam 11 malam	✓			
23	Saya menghormati guru yang saya senangi saja	✓			
24	Jika proses pembelajaran berlangsung, saya keluar kelas tanpa izin dengan guru bersangkutan			✓	

"Terimakasih Atas Partisipasinya"

Instrumen Respon Peserta Didik Setelah Pemberian Treatmet Self Management

Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Nama : M. AZ KAR MUDARIS
Kelas : VII

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang di setuju jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

KETERANGAN

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak masuk sekolah karena malas mengikuti pelajaran			✓	
2	Saya lebih suka memakai sandal ketika pergi kesekolah				✓
3	Saya bolos ketika tidak ada guru di kelas			✓	

12	Saya mengerjakan tugas tepat waktu yang di berikan guru		✓		
13	Menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan guru	✓			
14	Saya malas jika harus meminjam buku di perpustakaan	✓			
15	Saya belajar jika ada kawan yang mengajak	✓			
16	Saya menyontek pada teman jika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas				✓
17	Saya malas bertanya kepada guru meskipun saya belum memahami		✓		
18	Saya mengantuk jika sudah membaca buku pelajaran			✓	

4	Saya memberi keterangan saat tidak hadir			✓	
5	Saya membiarkan seragam sekolah kusut				✓
6	Sekolah saya kurang disiplin, sehingga saya tidak terbiasa disiplin			✓	
7	Saya terlambat bangun pagi			✓	
8	Saya bangun tidur langsung merapikan tempat tidur	✓			
9	Melaksanakan tugas piket dengan tanggung jawab	✓			
10	Menumpuk pakaian kotor ketika di kamar asrama		✓		
11	Saya sering tidur terlambat, karena kegiatan asrama yang padat			✓	

19	Pura-pura belajar, padahal mengerjakan pekerjaan lain ketika di dalam kelas				✓
20	Saya rasa belajar hanya cukup di sekolah saja	✓			
21	Meluangkan waktu jika ada tugas		✓		
22	Mengerjakan PR sebelum jam 11 malam				✓
23	Saya menghormati guru yang saya senangi saja	✓			
24	Jika proses pembelajaran berlangsung, saya keluar kelas tanpa izin dengan guru bersangkutan				✓

“Terimakasih Atas Partisipasinya”

Instrumen Respon Peserta Didik

Setelah Pemberian Treatmet *Self Management*

Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Nama : M. Rabi
Kelas : VII 3

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang di setuju jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

KETERANGAN

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak masuk sekolah karena malas mengikuti pelajaran				✓
2	Saya lebih suka memakai sandal ketika pergi kesekolah				✓
3	Saya bolos ketika tidak ada guru di kelas				✓

12	Saya mengerjakan tugas tepat waktu yang di berikan guru	✓			
13	Menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan guru			✓	
14	Saya malas jika harus meminjam buku di perpustakaan			✓	
15	Saya belajar jika ada kawan yang mengajak			✓	
16	Saya menyontek pada teman jika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas			✓	
17	Saya malas bertanya kepada guru meskipun saya belum memahami			✓	
18	Saya mengantuk jika sudah membaca buku pelajaran			✓	

4	Saya memberi keterangan saat tidak hadir	✓		✓	
5	Saya membiarkan seragam sekolah kusut			✓	
6	Sekolah saya kurang disiplin, sehingga saya tidak terbiasa disiplin			✓	
7	Saya terlambat bangun pagi			✓	
8	Saya bangun tidur langsung merapikan tempat tidur	✓			
9	Melaksanakan tugas piket dengan tanggung jawab	✓			
10	Menumpuk pakaian kotor ketika di kamar asrama			✓	
11	Saya sering tidur terlambat, karena kegiatan asrama yang padat			✓	

19	Pura-pura belajar, padahal mengerjakan pekerjaan lain ketika di dalam kelas			✓	
20	Saya rasa belajar hanya cukup di sekolah saja			✓	
21	Meluangkan waktu jika ada tugas	✓		✓	
22	Mengerjakan PR sebelum jam 11 malam	✓		✓	
23	Saya menghormati guru yang saya senangi saja			✓	
24	Jika proses pembelajaran berlangsung, saya keluar kelas tanpa izin dengan guru bersangkutan			✓	

"Terimakasih Atas Partisipasinya"

Instrumen Respon Peserta Didik Setelah Pemberian Treatmet *Self Management*

Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Nama : *Syafiqin*
Kelas : *VIIA*

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang di setuju jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

KETERANGAN

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak masuk sekolah karena malas mengikuti pelajaran				✓
2	Saya lebih suka memakai sandal ketika pergi kesekolah				✓
3	Saya bolos ketika tidak ada guru di kelas				✓

4	Saya memberi keterangan saat tidak hadir	✓			✓
5	Saya membiarkan seragam sekolah kusut				✓
6	Sekolah saya kurang disiplin, sehingga saya tidak terbiasa disiplin		✓		
7	Saya terlambat bangun pagi				✓
8	Saya bangun tidur langsung merapikan tempat tidur	✓			
9	Melaksanakan tugas piket dengan tanggung jawab		✓		
10	Menumpuk pakaian kotor ketika di kamar asrama	✓			✓
11	Saya sering tidur terlambat, karena kegiatan asrama yang padat	✓			

12	Saya mengerjakan tugas tepat waktu yang di berikan guru	✓			
13	Menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan guru				✓
14	Saya malas jika harus meminjam buku di perpustakaan	✓			
15	Saya belajar jika ada kawan yang mengajak				✓
16	Saya menyontek pada teman jika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas	✓			
17	Saya malas bertanya kepada guru meskipun saya belum memahami				✓
18	Saya mengantuk jika sudah membaca buku pelajaran	✓			

19	Pura-pura belajar, padahal mengerjakan pekerjaan lain ketika di dalam kelas	✓			
20	Saya rasa belajar hanya cukup di sekolah saja	✓			
21	Meluangkan waktu jika ada tugas				✓
22	Mengerjakan PR sebelum jam 11 malam	✓			
23	Saya menghormati guru yang saya senangi saja				✓
24	Jika proses pembelajaran berlangsung, saya keluar kelas tanpa izin dengan guru bersangkutan	✓			

"Terimakasih Atas Partisipasinya"

Instrumen Respon Peserta Didik Setelah Pemberian Treatmet Self Management

Instrumen Kedisiplinan Peserta Didik

Nama : Siti Mayya
Kelas : VII - 2

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang di setuju jika deskripsi yang diberikan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

KETERANGAN

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak masuk sekolah karena malas mengikuti pelajaran				✓
2	Saya lebih suka memakai sandal ketika pergi kesekolah			✓	
3	Saya bolos ketika tidak ada guru di kelas				✓

12	Saya mengerjakan tugas tepat waktu yang di berikan guru		✓		
13	Menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan guru			✓	
14	Saya malas jika harus meminjam buku di perpustakaan			✓	
15	Saya belajar jika ada kawan yang mengajak			✓	
16	Saya menyontek pada teman jika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas		✓		
17	Saya malas bertanya kepada guru meskipun saya belum memahami				✓
18	Saya mengantuk jika sudah membaca buku pelajaran			✓	

4	Saya memberi keterangan saat tidak hadir	✓			
5	Saya membiarkan seragam sekolah kusut				✓
6	Sekolah saya kurang disiplin, sehingga saya tidak terbiasa disiplin			✓	
7	Saya terlambat bangun pagi			✓	
8	Saya bangun tidur langsung merapikan tempat tidur	✓			
9	Melaksanakan tugas piket dengan tanggung jawab	✓			
10	Menumpuk pakaian kotor ketika di kamar asrama				✓
11	Saya sering tidur terlambat, karena kegiatan asrama yang padat			✓	

19	Pura-pura belajar, padahal mengerjakan pekerjaan lain ketika di dalam kelas			✓	
20	Saya rasa belajar hanya cukup di sekolah saja				✓
21	Meluangkan waktu jika ada tugas	✓			
22	Mengerjakan PR sebelum jam 11 malam	✓			
23	Saya menghormati guru yang saya senangi saja			✓	
24	Jika proses pembelajaran berlangsung, saya keluar kelas tanpa izin dengan guru bersangkutan				✓

"Terimakasih Atas Partisipasinya"

FORMAT OBSERVASI
EFEKTIVITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* TERHADAP
KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK di SMP ISLAM IBNU KHALDUN
BANDA ACEH

No	Treatment	Langkah-langkah	Keterangan peserta didik			Keterangan waktu
			Aktif	Kurang aktif	Tidak aktif	
1	Treatment I (Mengenal <i>self management</i>)	a. Pendidik menyampaikan hal-hal mengenai diri. b. Pendidik menjelaskan dan membagikan buku catatan untuk peserta didik selama monitoring c. Pendidik memberikan waktu untuk menanyakan hal-hal yang belum dipahami mengenai monitoring. d. Masing-masing peserta didik menyampaikan gangguan yang sedang dialami. e. Pendidik memberikan kesimpulannya	✓ ✓ ✓ ✓			30 September 2019 09.30

Lembar Observasi

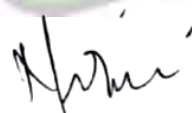
		f. Penutup	✓			
2	Treatment II (Pentingnya Membiasakan diri untuk disiplin)	a. Pendidik meminta peserta didik menyimpulkan masing-masing catatan <i>self management</i> yang sudah di catat. b. Pendidik melakukan monitoring dengan tema “disiplin itu penting”. c. Pendidik memberikan waktu untuk penjelasan yang kurang dipahami peserta didik. d. Masing-masing peserta didik menyampaikan kesimpulan dari materi. e. Pendidik memberikan waktu untuk peserta didik menyampaikan gangguan-gangguan yang dialami.	✓ ✓ ✓ ✓ ✓			01 Oktober 2019 09.30

Lembar Observasi

		f. Penutup				
3	Treatment III (Disiplin Dulu Baru Sukses)	a. Pendidik menyampaikan materi dngan tema “disiplin dulu baru sukses”. b. Pendidik memberikan waktu untuk menanyakan hal-hal yang kurang dipahami. c. Pendidik meminta peserta didik untuk menyimpulkan materi. d. Masing-masing peserta didik menyampaikan gangguan dan perubahan setelah mengikuti monitoring <i>self manangment</i>. e. Penutup	✓	✓	✓	02 Oktober 2019 10.30

Banda Aceh, 2 Oktober 2019

Monitoring *Self Managment*


Nurul Fauqan Nurin

Lembar Kerja Peserta Didik

Lembar

MONITORING DIRI (SELF MANAGEMENT) PESERTA DIDIK

Kerja Peserta Didik

Nama: MUHAMMAD RAZI

Kelas: XII-3

No	Hari/Tgl	Kegiatan yang ingin dicapai	Jam	Kesalahan	Gangguan	Motivasi	Scor Nilai
1.	Senin	Piket upacara	07:45	—	—	Tetap mempertahankan kedisiplinan	
2.	Selasa	Wu	15:40	Karetanya lupa membeli	Tidak ada alasan	Harus membeli sabun	
3.	Senin	Bekerja	13:46	—	—	Tetap mempertahankan kedisiplinan	

CATATAN SELF MANAGEMENT PESERTA DIDIK

Nama: Alishia Falsah
Kelas: XI-1

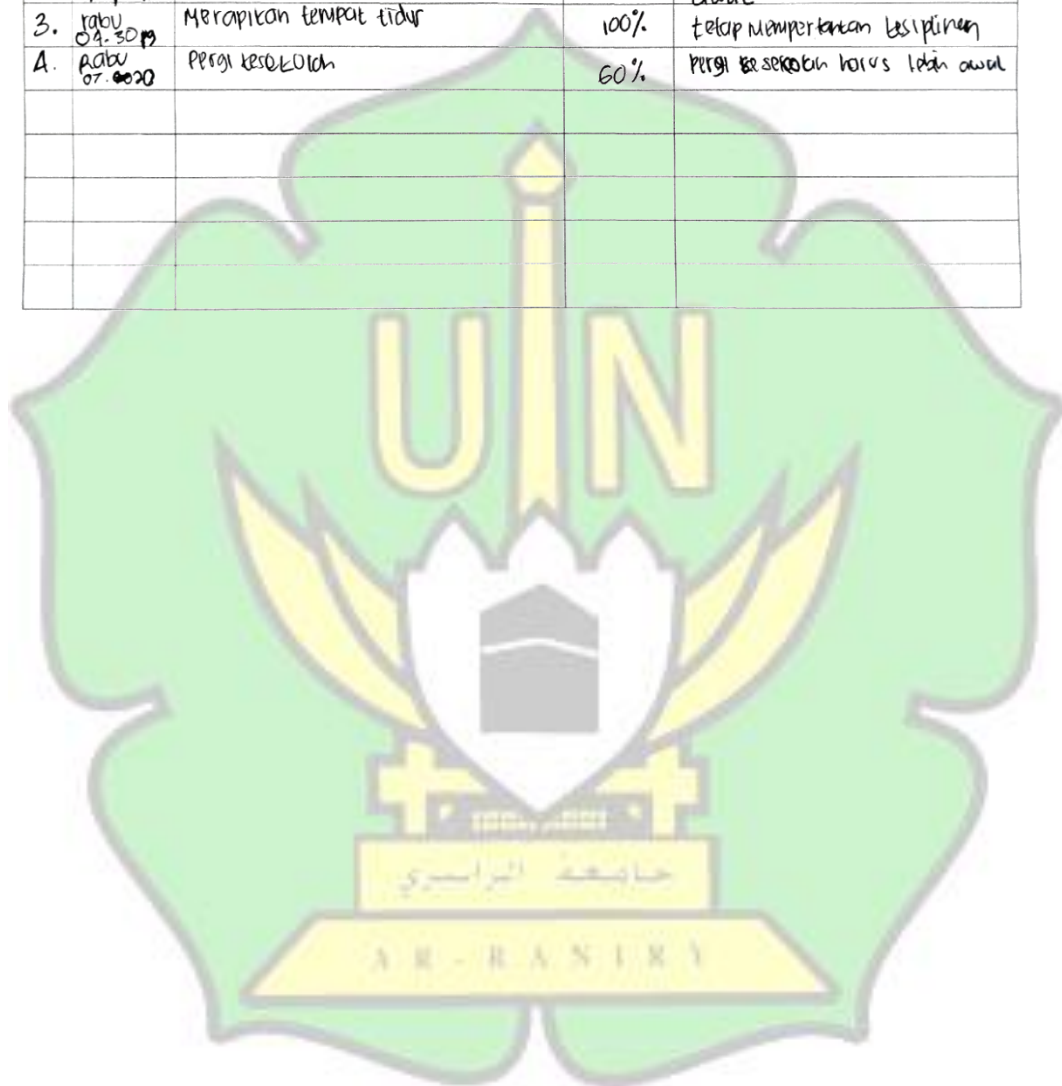
No	Hari/Jam	Pernyataan Diri	Persentase	Motivasi
1.	Senin 14:00	Tidur Seng	100%	Tidur yang teratur, tidak main-main pada jam tidur siang
	Senin 16:00	Sholat Asar berjamaah	100%	Mempertahankan kedisiplinan
	Senin 17:00	Mandi, persiapan untuk beribadah	90%	Lebih cepat lagi, biar tidak telat ke masjid
2.	Selasa 04:00	Sholat Tahajjud (belat)	80%	Berak lebih cepat lagi bangun, biar tidak susah bangun
	Selasa 05:30	Sholat Subuh	100%	Selalu tepat waktu
	Selasa 07:30	Pergi ke sekolah	90%	Lupa membawa pulpen, harus lebih persiapan membawa perlengkapan
3.	Rabu 04:00	Sholat Tahajjud	100%	Disiplin
	Rabu 05:30	Nasir, Sholat Subuh dan Muqaddat	100%	Pertahankan disiplin
	Rabu 07:30	Pergi sekolah (tidak memakai sepatu)	70%	Karena Setelah memakai sepatu karena pada waktunya

Lembar Kerja Peserta Didik

CATATAN SELF MANAGEMENT PESERTA DIDIK

Nama: **Muhammad Aqai**
 Kelas: **VII 3**

No	Hari/Jam	Pernyataan Diri	Persentase	Motivasi
1	Senin 02.00 smp	Tidur siang	100%	Mempertahankan kedisiplinan
2.	Selasa 07.40 p	Terlambat makan	50%	Mengambil makanan lebih awal
3.	Rabu 04.30 p	Merapikan tempat tidur	100%	tetap mempertahankan kedisiplinan
4.	Abu 07.00 p	Pergi ke sekolah	60%	Pergi ke sekolah harus lebih awal



Lembar Monitoring Peserta Didik

MONITORING DIRI (SELF MANAGEMENT) PESERTA DIDIK

Nama: Alisha Felisha

Kelas:

No	Hari/Tgl	Kegiatan yang ingin dicapai	Jam	Kesalahan	Gangguan	Motivasi	Scor Nilai
1.	Senin	menyapa & mengucapkan	15:00	keseluruhan	-	Pasang alarm, minta tolong kawan untuk bangun	0
	Senin	menyapa & mengucapkan	17:00	main-main	telat sholat berjamaah	lebih disiplin lagi	0
2	Selasa	membuat PR	19:00	kamu ajak berbicara	tidak bisa buat PR	can cepat yang tidak pusing	30
3	Rabu	membuat seni karya	17:00	tidak lengkap prakalun	-	dikustapi. Sena membuat	20

Absensi Peserta Didik

ABSENSI PEMBERIAN TREATMEN DAN MONITORINGT SELF MANAGEMENT DI SMP ISLAM IBNU KHALDUN
BANDA ACEH

NO	NAMA	KELAS	TREATMENT I	TREATMENT II	TREATMEN III	KETERANGAN
1.	Arizna Falisha	VII-1	Amr	Amr	Amr	
2.	Siti mayya	VII-2	Amr	Amr	Amr	
3.	M. AAZI	VII 3	Amr	Amr	Amr	
4	M. Al Farizi	VII 3	Amr	Amr	Amr	
5	msghin	VII 3	Amr	Amr	Amr	
6	M. AZKAR	VII 3	Amr	Amr	Amr	
7.	M. RIZKI	VII 4	Amr	Amr	Amr	

Banda Aceh, Oktober 2019

Monitoring Self Managment

Nurul Fauqan Nurin
Nurul Fauqan Nurin

RPL (Rancangan Pelaksanaan Layanan) Hari Ke-1



PEMERINTAHAN ACEH
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN KEBUDAYAAN
SMP ISLAM IBNU KHALDUN

BANDA ACEH
 Lueng Bata, Kota Banda Aceh

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN
PESERTA DIDIK

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan
D	Tujuan	Peserta didik/konseli memahami siapa dan apa tugas mereka melalui <i>self management</i>
E	Topik	Pengertian diri dan <i>self managment</i>
F	Sasaran Layanan	Sampel Penelitian/kelas (VII)
G	Metode dan Teknik	Ceramah, Diskusi dan Tanya Jawab
H	Waktu	1x40 Menit
I	Media/Alat	Power Point
J	Tanggal Pelaksanaan	
K	Sumber Bacaan	1. https://www.maxmanroe.com/vid/sosial/pengertian-konsep-diri.html 2. https://id.scribd.com/document/374803619/Pengertian-Self-Management 3. http://www.smartmama.com/2016/04/28/pentingnya-memiliki-

				<u>self-management/</u>
L	Uraian Kegiatan			
	1	Tahap Awal		
	a	Pernyataan Tujuan	-	Guru BK/Konselor menyampaikan salam dan berdoa
			-	Guru BK/Konselor menyampaikan tujuan layanan
	b	Pembentukan Kelompok (Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok)	Guru BK/Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, asas yang digunakan, tujuan dan tugas dan tanggung jawab siswa	
	c	Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Memberikan penjelasan tentang kegiatan secara operasional yang akan dilakukan	
	d	Tahap Peralihan (Transisi)		
	-	Guru Bimbingan Konseling/Konselor menanyakan kalau ada peserta didik yang belum mengerti dan memberikan penjelasan (	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas
			b	Guru BK/Konselor memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami
			c	Guru BK/Konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan

		Storming)		
	-	Guru Bimbingan Konseling /Konselor menyiapkan peserta didik untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang nanti akan dilakukannya (Norming)	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas
			b	Setelah semua menyatakan siap, selanjutnya Guru BK/Konselor memulai ke tahap kerja
2	Tahap Inti/Kerja			
	a	Eksperientasi (proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkan teknis tertentu)		Guru BK/Konselor memastikan keselarasan antara tujuan yang akan dicapai, metode yang dipilih dengan materi
	b	Refleksi (Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman	1	Refleksi Identifikasi. Guru BK/Konselor mengidentifikasi respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat

		tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan)		mengikuti kegiatan (<i>What Happened</i>). Pertanyaan pada refleksi identifikasi mengacu pada pengukuran pencapaian apa yang diketahui (pengenalan)
			2	Refleksi Analisis. Guru BK/Konselor mengajak konseli untuk menganalisis dan memikirkan (think) sebab-sebab mengapa mereka menunjukkan perilaku tertentu dan apa yang akan dilakukan selanjutnya (<i>so what</i>)
			3	Refleksi Generalisasi. Guru BK/Konselor mengajak peserta membuat rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku yang dianggap sebagai kelemahan dirinya (<i>Plan</i>). Kemudian Guru BK/Konselor mengajukan pertanyaan tentang rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku sebagai tanda peserta didik memiliki kesadaran untuk berubah (<i>Now What</i>). Contoh pertanyaan: rencana apa yang akan dilakukan ? kapan akan dimulai ? langkah terdekat apa yang akan dilakukan ?
	3	Tahap Pengakhiran (Terminasi)		
		Menutup kegiatan dan tindak lanjut	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang

				ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok
			b	Merencanakan tindak lanjut, yaitu mengembangkan aspek kerjasama
			c	Akhir dari tahap ini adalah menutup kegiatan layanan secara simpatik (<i>Framming</i>)
M	Evaluasi			
	1	Evaluasi Proses	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan.
			b	Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok
			c	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya
	2	Evaluasi Hasil	a	Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok
			b	Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok.
			c	Konseli mengisi instrumen penilaian dari guru bimbingan dan konseling atau konselor (seperti contoh dalam konseling kelompok)

Siapa kah diri kita, dan apa tugas kita ?

(Menenal diri dalam mengelola waktu)

Apa itu konsep diri? **Pengertian Konsep Diri** adalah cara pandang dan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri. Konsep diri sangat erat hubungannya dengan dimensi fisik, karakter individu, dan motivasi diri. Pandangan diri atau konsep diri ini mencakup berbagai kekuatan individual dan juga kelemahannya, bahkan termasuk kegagalannya.

Konsep diri (*self concept*) adalah inti dari kepribadian dalam diri seseorang. Inti kepribadian individu punya peranan yang sangat penting dalam menentukan dan mengarahkan perkembangan kepribadian serta perilaku seseorang di tengah-tengah masyarakat.

Secara sederhana, pengertian konsep diri adalah pandangan, penilaian atau pandangan seseorang pada dirinya sendiri. Salah satu dari para ahli seperti Atwater membagi konsep diri menjadi tiga bentuk, antara lain;

- Body image, kesadaran seseorang melihat tubuh dan dirinya sendiri
- Ideal self, harapan dan cita-cita seseorang tentang dirinya sendiri
- Social self, bagaimana ia berpikir orang lain melihat dirinya

Konsep diri sangat berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan, mulai dari sosial hingga lingkungan pekerjaan sekalipun. Seseorang memiliki konsep diri negatif bila memandang dirinya tidak berdaya, lemah, malang, gagal, tidak disukai, tidak kompeten dan sebagainya.

a. Pengertian Konsep Diri Menurut Para Ahli

Beberapa ahli pernah menjelaskan tentang definisi konsep diri, diantaranya adalah:

1. Rochman Natawidjaya (1979)

Menurut Rochman Natawidjaya pengertian konsep diri adalah persepsi individu mengenai dirinya sendiri, kemampuan dan ketidakmampuannya, tabiat-tabiatnya, harga dirinya dan hubungannya dengan orang lain.

2. James F. Calhoun (1995)

Menurut James F Calhoun pengertian Konsep diri adalah gambaran mental individu yang terdiri dari pengetahuan tentang dirinya sendiri, pengharapan diri, dan penilaian terhadap diri sendiri.

3. Stuart & Sundeen (2005)

Menurut Stuart & Sundeen pengertian konsep diri adalah semua pikiran, keyakinan, dan kepercayaan yang merupakan pengetahuan individu tentang dirinya sendiri dan mempengaruhi hubungannya dengan orang lain.

4. Clara R. Pudjijogyanti (1995)

Menurut Clara R. Pudjijogyanti pengertian konsep diri merupakan salah satu faktor penentu perilaku seseorang, apakah akan baik atau buruk. Perilaku negatif seseorang adalah perwujudan dari adanya gangguan dalam usaha pencapaian harga diri.

b. Pentingnya Memiliki Self Management

Tak hanya perlu memiliki kemampuan *time management*, Anda juga harus memiliki kemampuan *self management*. *Self management* atau manajemen diri ini merupakan kemampuan untuk mengontrol diri dalam pemikiran dan tindakan untuk masa depan Anda yang lebih baik. Anda bisa melakukan beberapa hal di bawah ini untuk memiliki kemampuan *self management* tersebut.

1. Prioritas.

Dasar dari *self management* adalah bagaimana Anda mencari kombinasi paling tepat dalam meluangkan waktu untuk Anda, keluarga, pekerjaan, hobi, keluarga, dan hal lainnya yang penting dalam hidup Anda. Besar masing-masing porsi, tergantung dari skala prioritas yang Anda miliki, Mams.

2. Disiplin.

Self management juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengelola diri sendiri supaya bisa produktif secara maksimal. Dan tak hanya dalam pekerjaan, menjalani hidup pun harus disiplin, agar tetap seimbang.

3. Motivasi.

Rasa malas seringkali menggoda Anda untuk menunda suatu hal yang mestinya dapat segera dikerjakan. Bila berada dalam situasi ini, pikirkan manfaat yang akan didapat saat Anda telah selesai melakukan suatu pekerjaan yang sedang menanti. Misalnya, jika pekerjaan Anda di kantor

cepat selesai, maka Anda jadi bisa lebih cepat pulang dan bertemu dengan suami dan anak-anak di rumah. Hal ini akan memotivasi diri Anda untuk segera mengerjakannya tanpa menunda-nunda lagi.

4. **Evaluasi.**

Jangan lupa untuk melakukan evaluasi secara berkala dengan hasil yang telah Anda jalani selama beberapa waktu ini. Bila Anda merasa sudah berhasil, jangan lupa berireward pada diri sendiri ya, Mamas. Hal ini bisa menambah semangat Anda untuk bisa lebih baik lagi dalam mengelola *self management* Anda.

c. Pengelolaan Diri "Self Management" dalam Kehidupan

Kata Manajemen berasal dari bahasa Perancis kuno *mnagement*, yang memiliki arti seni melaksanakan dan mengatur. Menurut kamus Besar Bahasa Indonesia manajemen memiliki dua arti, yaitu: penggunaan sumber daya secara efektif untuk mencapai sasaran dan pimpinan yang bertanggung jawab atas jalannya perusahaan dan organisasi.

Menurut James Stoner, manajemen adalah suatu proses perencanaan, pengorganisasian, kepemimpinan, dan pengendalian upaya dari anggota organisasi serta penggunaan semua sumber daya yang ada pada organisasi untuk mencapai tujuan organisasi yang telah ditetapkan sebelumnya.

Sedangkan diri adalah totalitas dari pemikiran, keinginan, dan gerakan yang dilakukan dalam ruang dan waktu. Maka, diri merupakan perpaduan antara intelektual, emosional, spiritual, dan fisik.

Dapat disimpulkan bahwa management diri adalah proses pengendalian atau pengorganisasian diri yang dilakukan terus menerus untuk mencapai tujuan dan misi dalam hidup.

Management diri sangatlah penting, karena dengan adanya management berarti kita memiliki rencana yang jelas dan selalu memperhatikan diri sendiri, walaupun sering mengalami kegagalan ketika melakukannya. Adapun aspek-aspek yang terdapat dalam management diri antara lain:

- Management waktu, yaitu perencanaan, pengorganisasian, pengetatan dan pengawasan produktifitas waktu dari hasil menyisihkan kegiatan-kegiatan yang tidak berarti dan sering kali justru banyak memakan waktu.
- Hubungan antara manusia, yang mana hubungan antara manusia ini adalah pondasi pertama dari management diri. Bagaimana tidak dalam hidup ini manusia pasti akan merasakan kegagalan, kesedihan, keberhasilan dan tidak biasa dipungkiri lagi pasti dia membutuhkan teman, sahabat, rekan kerja bahkan pasangan hidup untuk membagi semua itu.
- Perspektif diri, hal ini akan terbentuk jika individu dapat melihat dan menilai dirinya sama dengan apa yang dilihat orang lain pada dirinya. Dalam penilaian diri ini ada individu yang jujur dan tidak jujur dalam menilai dirinya sendiri. Individu yang jujur dalam menilai dirinya sendiri akan memiliki penerimaan diri yang luas yang pada akhirnya akan mempermudah individu dalam manajemen diri.

RPL (Rancangan Pelaksanaan Layanan) Hari Ke-2

PEMERINTAHAN ACEH
DINAS PENDIDIKAN dan KEBUDAYAAN
SMP ISLAM IBNU KHALDUN
BANDA ACEH
 Lueng Bata, Kota Banda Aceh

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN
PESERTA DIDIK

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar
B	Bidang Layanan	Pribadi
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan
D	Tujuan	Peserta didik/konseli terbiasa untuk disiplin
E	Topik	Pengertian disiplin dan macam nya
F	Sasaran Layanan	Sampel Penelitian
G	Metode dan Teknik	Ceramah, Diskusi dan Tanya Jawab
H	Waktu	1x40 Menit
I	Media/Alat	Power Point
J	Tanggal Pelaksanaan	
K	Sumber Bacaan	https://int.search.myway.com/search/GGmain.jhtml?n=7848b9ee&p2=%5ECAN%5Exdm227%5ES26167%

		5Eid&ptb=D9FF85E9-B6FC-462F-8BAD-		
L	Uraian Kegiatan			
	1	Tahap Awal		
	a	Pernyataan Tujuan	-	Guru BK/Konselor menyampaikan salam dan berdoa
			-	Guru BK/Konselor menyampaikan tujuan layanan
	b	Pembentukan Kelompok (Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok)	Guru BK/Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, asas yang digunakan, tujuan dan tugas dan tanggung jawab siswa	
	c	Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Memberikan penjelasan tentang kegiatan secara operasional yang akan dilakukan	
	d	Tahap Peralihan (Transisi)		
	-	Guru a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan	

		Bimbingan		kelompok dalam melaksanakan tugas
		Konseling/ Konselor menanyaka	b	Guru BK/Konselor memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami
		n kalau ada peserta didik yang belum mengerti dan memberika n penjelasan (<i>Storming</i>)	c	Guru BK/Konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan
	-	Guru Bimbingan	a	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas
		Konseling /Konselor menyiapka n peserta didik untuk	b	Setelah semua menyatakan siap, selanjutnya Guru BK/Konselor memulai ke tahap kerja

		melakukan komitmen tentang kegiatan yang nanti akan dilakukannya (<i>Norming</i>)	
2	Tahap Inti/Kerja		
a	<i>Eksperientasi</i> (proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkannya teknis	Guru BK/Konselor memastikan keselarasan antara tujuan yang akan dicapai, metode yang dipilih dengan materi	

		tertentu)		
	b	Refleksi (Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan)	1	Refleksi Identifikasi. Guru BK/Konselor mengidentifikasi respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan (<i>What Happened</i>). Pertanyaan pada refleksi identifikasi mengacu pada pengukuran pencapaian apa yang diketahui (pengenalan)
			2	Refleksi Analisis. Guru BK/Konselor mengajak konseli untuk menganalisis dan memikirkan (think) sebab-sebab mengapa mereka menunjukkan perilaku tertentu dan apa yang akan dilakukan selanjutnya (<i>so what</i>)

			3	Refleksi Generalisasi. Guru BK/Konselor mengajak peserta membuat rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku yang dianggap sebagai kelemahan dirinya (<i>Plan</i>). Kemudian Guru BK/Konselor mengajukan pertanyaan tentang rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku sebagai tanda peserta didik memiliki kesadaran untuk berubah (<i>Now</i> <i>What</i>). Contoh pertanyaan: rencana apa yang akan dilakukan ? kapan akan dimulai ? langkah terdekat apa yang akan dilakukan ?
		3	Tahap Pengakhiran (Terminasi)	
		Menutup kegiatan dan tindak lanjut	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok
			b	Merencanakan tindak lanjut, yaitu mengembangkan aspek kerjasama
			c	Akhir dari tahap ini adalah menutup kegiatan layanan secara simpatik (<i>Framming</i>)

M	Evaluasi			
	1	Evaluasi Proses	a	Guru bimbingan dan konseling atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan.
			b	Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok
			c	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya
	2	Evaluasi Hasil	a	Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok
			b	Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok.
c			Konseli mengisi instrumen penilaian dari guru bimbingan dan konseling atau konselor (seperti contoh dalam konseling kelompok)	

RUANG LINGKUP SISIPLIN (DISIPLIN ITU PENTING)

Apa yang dimaksud dengan disiplin (*discipline*)? Secara umum, **pengertian disiplin** adalah suatu bentuk tindakan mematuhi dan melakukan sesuatu sesuai dengan nilai-nilai dan aturan yang dipercaya merupakan tanggung jawabnya.

Pendapat lain mengatakan, arti disiplin adalah suatu sifat atau kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri dan mematuhi aturan atau nilai-nilai yang telah disepakati. Dalam hal ini, sikap disiplin sangat berhubungan dengan norma, prosedur, aturan, dan lain sebagainya yang ada di masyarakat.

Kata “disiplin” diadaptasi dari bahasa Inggris “*Disciple*” yang artinya pengikut atau murid. Dan secara etimologis, kata tersebut berasal dari bahasa Latin “*discere*” yang artinya belajar.

1. pengertian Disiplin Menurut Para Ahli

Agar lebih memahami apa itu disiplin, maka kita dapat merujuk pada pendapat beberapa ahli berikut ini:

a. Gary Dessler

Menurut Gary Dessler (2003:285), pengertian disiplin adalah suatu prosedur yang mengoreksi atau menghukum seseorang bahawan karena melanggar aturan atau prosedur.

b. James Drever

Menurut James Drever, pengertian disiplin adalah suatu kemampuan seseorang mengendalikan perilaku yang berasal dari dalam diri seseorang sesuai dengan hal-hal yang telah diatur dari luar atau norma yang sudah ada. Dengan kata lain, disiplin dari segi psikologis merupakan perilaku seseorang yang muncul dan mampu menyesuaikan diri dengan aturan yang telah ditetapkan.

c. Suharsimi Arikunto

Menurut Suharsimi Arikunto (1980:114), pengertian disiplin adalah suatu kepatuhan seseorang dalam mengikuti peraturan atau tata tertib karena didorong oleh adanya kesadaran yang ada pada kata hatinya tanpa adanya paksaan dari pihak luar.

d. Bejo Siswanto

Menurut Bejo Siswanto (2005:291), pengertian disiplin adalah suatu sikap menghormati, menghargai, patuh, dan taat terhadap peraturan-peraturan yang berlaku, baik yang tertulis maupun tidak tertulis serta sanggup menjalankannya dan tidak mengelak untuk menerima sanksi-sanksinya apabila ia melanggar tugas dan wewenang yang diberikan kepadanya.

e. Malayu S.P. Hasibuan

Menurut Malayu S.P. Hasibuan, pengertian disiplin adalah kesadaran dan kesediaan orang-orang untuk mentaati semua peraturan perusahaan dan norma-norma sosial yang berlaku.

2. Tujuan Disiplin

Sikap disiplin memiliki tujuan yang ingin dicapai, baik bagi pribadi maupun masyarakat. Menurut Ellen G. White dan Emile Durkheim, adapun beberapa tujuan disiplin adalah sebagai berikut:

- Untuk menaklukkan kuasa kemauan di dalam diri sendiri.
- Agar seseorang dapat menjadi pemerintah atas dirinya sendiri.
- Untuk memperbaiki berbagai kebiasaan seseorang.
- Untuk mengajarkan menghormati orang tua dan Ilahi.
- Penurutan atas dasar prinsip, bukan paksaan.
- Untuk menciptakan dan mengembangkan suatu keteraturan dalam berbagai tindakan manusia.
- Untuk memberikan sasaran tertentu yang ingin dicapai sekaligus membatasi cakrawala.

3. Jenis Tindakan Disiplin

Pada dasarnya tindakan disiplin dapat diterapkan pada berbagai bidang kehidupan manusia. Secara umum, adapun beberapa macam tindakan disiplin adalah sebagai berikut:

- **Disiplin Pribadi**, yaitu sesuatu yang berhubungan dengan berbagai unsur yang harus dipatuhi dan ditinggalkan oleh seseorang dengan ditandai adanya proses sikap yang baik dari orang tersebut.
- **Disiplin Sosial**, yaitu sesuatu yang berhubungan dengan masyarakat atau hubungan seseorang dengan lingkungannya.
- **Disiplin Nasional**, yaitu sikap mental suatu bangsa secara keseluruhan yang tercermin dari tindakan dalam bentuk keputusan dan ketaatan.

4. Disiplin Menggunakan Waktu

Setiap orang memiliki waktu yang sama setiap harinya, yaitu 24 jam dalam sehari. Membagi waktu untuk berbagai kegiatan sehari-hari merupakan sesuatu yang harus dilakukan setiap orang.

Bentuk kedisiplinan dalam menggunakan waktu misalnya;

- Datang tepat waktu ketika ada janji bertemu dengan orang lain.
- Bangun pagi, dan tidur tidak terlalu larut malam.
- Bekerja sesuai dengan waktu yang ditentukan.
- Menggunakan waktu untuk kepentingan kesehatan diri sendiri dan masyarakat.
- Dan lain-lain.

5. Disiplin Menjalankan Aturan

Dalam kehidupan bermasyarakat, tentunya ada aturan-aturan dan nilai-nilai yang berlaku dan harus dilakukan oleh setiap orang. Dengan menjalankan aturan dan nilai-nilai tersebut maka keseimbangan dan kerukunan masyarakat akan tetap terjaga.

Beberapa bentuk kedisiplinan menjalankan aturan misalnya;

- Menjaga kebersihan lingkungan
- Menjaga ketertiban umum.
- Mengikuti prosedur yang telah ditetapkan dalam penyelenggaraan suatu kegiatan.

6. Disiplin Dalam Berbangsa dan Bernegara

Secara umum sikap disiplin sangat dibutuhkan oleh semua elemen masyarakat agar proses pencapaian tujuan pendidikan, ekonomi, dan kesejahteraan berbangsa dan bernegara dapat tercapai. Hal ini mencakup disiplin diri pribadi, disiplin sosial, dan disiplin nasional.

Beberapa bentuk kedisiplinan dalam berbangsa dan bernegara misalnya;

- Membuang sampah pada tempatnya.
- Taat pada rambu-rambu lalu lintas.
- Membayar pajak sesuai dengan peraturan.
- Menjalankan prosedur administrasi sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan.
- Dan lain-lain.

7. Manfaat Disiplin

Sikap disiplin tentunya akan memberikan manfaat bagi semua pihak, baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain. Berikut ini adalah beberapa manfaat disiplin:

- **Menumbuhkan Kepekaan;** mereka yang diajarkan kedisiplinan sejak dini akan memiliki pribadi yang peka dan peduli terhadap perasaan orang lain.
- **Menumbuhkan Kepedulian;** kedisiplinan yang diajarkan kepada anak akan memuat anak memiliki kepedulian,

integritas, bertanggungjawab, dan bisa memecahkan masalahnya.

- **Mengajarkan Keteraturan;** anak yang diajarkan kedisiplinan akan memiliki pola hidup yang teratur dan dapat mengelola waktunya dengan baik.
- **Menumbuhkan Ketenangan;** menurut penelitian, bayi yang jarang menangis lebih banyak memperhatikan lingkungan sekitarnya dan mudah berinteraksi dengan orang lain.
- **Menumbuhkan Rasa Percaya Diri;** sikap disiplin akan membuat seseorang menjadi lebih percaya diri di dalam melakukan berbagai kegiatan.
- **Menumbuhkan Kemandirian;** kedisiplinan juga akan membentuk seseorang menjadi pribadi yang lebih mandiri dan dapat menjelajahi lingkungannya dengan lebih baik.
- **Perkembangan Otak;** pada usia 3 tahun, manusia akan menjadi seorang peniru yang handal. Dengan mengajarkan disiplin, maka seseorang akan membantu perkembangan otak dan membentuk kebiasaan dan sikap positif.
- **Menumbuhkan Sikap Patuh;** kedisiplinan yang diajarkan sejak dini akan membuat seorang anak mau menuruti aturan dari orang tuanya.

RPL (Rancangan Pelaksanaan Layanan) Hari Ke-3



PEMERINTAHAN ACEH
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN KEBUDAYAAN
SMP ISLAM IBNU KHALDUN

BANDA ACEH
 Lueng Bata, Kota Banda Aceh

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL)
BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN
PESERTA DIDIK

A	Komponen Layanan	Layanan Dasar		
B	Bidang Layanan	Pribadi		
C	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pencegahan		
D	Tujuan	Peserta didik/konseli mengetahui pengaruh dan penting nya disiplin		
E	Topik	Disiplin kunci dari keberhasilan		
F	Sasaran Layanan	Sampel Penelitian/ kelas (VII)		
G	Metode dan Teknik	Ceramah, Diskusi dan Tanya Jawab		
H	Waktu	1x40 Menit		
I	Media/Alat	Power Point		
J	Tanggal Pelaksanaan	جامعة البراءة		
K	Sumber Bacaan	http://diahhapsariw.blogspot.com/2013/02/di-siplin-diri-kunci-meraih-kesuksesan.html		
L	Uraian Kegiatan			
	1	Tahap Awal		
	a	Pernyataan Tujuan	-	Guru BK/Konselor menyampaikan salam dan berdoa
			-	Guru BK/Konselor menyampaikan tujuan layanan

		b	Pembentukan Kelompok (Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok)	Guru BK/Konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, asas yang digunakan, tujuan dan tugas dan tanggung jawab siswa		
		c	Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Memberikan penjelasan tentang kegiatan secara operasional yang akan dilakukan		
		d	Tahap Peralihan (Transisi)			
		-	Guru Bimbingan Konseling/Konselor menanyakan kalau ada peserta didik yang belum mengerti dan memberikan penjelasan (<i>Storming</i>)	A	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan kelompok dalam melaksanakan tugas	
				B	Guru BK/Konselor memberi kesempatan bertanya kepada setiap kelompok tentang tugas-tugas yang belum mereka pahami	
				C	Guru BK/Konselor menjelaskan kembali secara singkat tentang tugas dan tanggung jawab peserta dalam melakukan kegiatan	
		-	Guru Bimbingan Konseling /Konselor menyiapkan peserta didik untuk melakukan komitmen tentang kegiatan yang nanti akan	A	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan para peserta untuk melaksanakan tugas	
				B	Setelah semua menyatakan siap, selanjutnya Guru BK/Konselor memulai ke tahap kerja	

			dilakukannya (<i>Norming</i>)		
	2	Tahap Inti/Kerja			
	a	<i>Eksperientasi</i> (proses/kegiatan yang dialami peserta didik dalam suatu kegiatan bimbingan berdasarkan teknis tertentu)		Guru BK/Konselor memastikan keselarasan antara tujuan yang akan dicapai, metode yang dipilih dengan materi	
	b	Refleksi (Pengungkapan perasaan, pemikiran dan pengalaman tentang apa yang terjadi dalam kegiatan bimbingan)	1	Refleksi Identifikasi. Guru BK/Konselor mengidentifikasi respon anggota kelompok melalui pertanyaan yang mengungkap pengalaman peserta tentang apa yang terjadi pada saat mengikuti kegiatan (<i>What Happened</i>). Pertanyaan pada refleksi identifikasi mengacu pada pengukuran pencapaian apa yang diketahui (pengenalan)	
			2	Refleksi Analisis. Guru BK/Konselor mengajak konseli untuk menganalisis dan memikirkan (think) sebab-sebab mengapa mereka menunjukkan perilaku tertentu dan apa yang akan dilakukan selanjutnya (<i>so what</i>)	

			3	Refleksi Generalisasi. Guru BK/Konselor mengajak peserta membuat rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku yang dianggap sebagai kelemahan dirinya (<i>Plan</i>). Kemudian Guru BK/Konselor mengajukan pertanyaan tentang rencana tindakan untuk memperbaiki perilaku sebagai tanda peserta didik memiliki kesadaran untuk berubah (<i>Now What</i>). Contoh pertanyaan: rencana apa yang akan dilakukan ? kapan akan dimulai ? langkah terdekat apa yang akan dilakukan ?
	3	Tahap Pengakhiran (Terminasi)		
		Menutup kegiatan dan tindak lanjut	A	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan oleh peserta dalam suatu kerja kelompok
			B	Merencanakan tindak lanjut, yaitu mengembangkan aspek kerjasama
			C	Akhir dari tahap ini adalah menutup kegiatan layanan secara simpatik (<i>Framming</i>)
M	Evaluasi			
	1	Evaluasi Proses	A	Guru bimbingan dan konseling

			atau konselor terlibat dalam menumbuhkan antusiasme peserta dalam mengikuti kegiatan.
		B	Guru bimbingan dan konseling atau konselor membangun dinamika kelompok
		C	Guru bimbingan dan konseling atau konselor memberikan penguatan dalam didik membuat langkah yang akan dilakukannya
2	Evaluasi Hasil	A	Mengajukan pertanyaan untuk mengungkap pengalaman konseli dalam bimbingan kelompok
		B	Mengamati perubahan perilaku peserta setelah bimbingan kelompok.
		C	Konseli mengisi instrumen penilaian dari guru bimbingan dan konseling atau konselor (seperti contoh dalam konseling kelompok)

DISIPLIN DULU, BARU SUKSES !!!

Setiap orang pasti menginginkan hidupnya sukses. Akan tetapi, yang menjadi pertanyaan apakah semua orang mengetahui apa makna sukses itu sebenarnya? Sukses bukan berarti orang yang hartanya melimpah, memiliki mobil banyak, rumah mewah, atau yang lainnya. Namun, tidak dipungkiri bahwa orang yang hidupnya sukses semua kebutuhan hidupnya terpenuhi. Sukses tidak hanya dalam bentuk materi saja, tapi juga dalam bentuk nonmateri. Sukses dapat diartikan sebagai tujuan atau keinginan-keinginan yang telah tercapai yang diraih dengan kerakus dan sungguh-sungguh. Selain itu, dapat bermanfaat baik untuk diri sendiri, orangtua, masyarakat, bahkan bangsa dan negara.

Kesuksesan bukan merupakan warisan yang berasal dari orangtua, juga bukan sebagai hadiah ulang tahun. Kesuksesan tidak akan datang begitu saja. Sukses diraih melalui proses yang panjang dan membutuhkan waktu, strategi, usaha, keinginan yang kuat, pengorbanan yang tidak mudah, dan yang terpenting kita harus fokus. Sebenarnya kesuksesan merupakan upaya yang dilakukan untuk membangun sebuah kebiasaan. Kebiasaan yang tidak dilakukan oleh orang-orang yang menganggap dirinya selalu gagal.

Orang yang sukses tidak pernah menunggu keberuntungan atau kesempatan mendatanginya, tapi kesuksesan itu harus diciptakan. Ia tidak mengenal kata menyerah, selalu berusaha untuk meraih apa yang diinginkan dan selalu bersifat dinamis dengan perubahan yang ada.

Bukan orang sukses namanya apabila tidak pernah mengalami kegagalan dalam hidup. Kegagalan bagi orang sukses dianggap sebagai langkah awal menuju keberhasilan, ia menjadikan kegagalan tersebut untuk berintrospeksi diri. Dapat kita lihat orang-orang sukses yang terkenal hingga seluruh dunia, seperti penemu bola lampu, Thomas A. Edison. Sebelum ia berhasil menyalakan lampu pertamanya, ia melakukan ribuan kali eksperimen yang selalu berakhir dengan kegagalan, namun ia tidak pernah berhenti dan menyerah begitu saja.

Banyak hal yang dapat dilakukan untuk meraih kesuksesan. Setiap orang pasti memiliki cara yang berbeda-beda dalam meraih kesuksesan. Secara umum,

kebiasaan-kebiasaan yang sering dilakukan seperti disiplin diri, pantang menyerah, berpikir positif, yakin pada diri sendiri, ulet, mempunyai komitmen, berani untuk melangkah, mensyukuri apa yang didapatkan, dan masih banyak kebiasaan lain yang dapat dilakukan.

Satu dari sekian banyak kebiasaan dari orang sukses yang terpenting yaitu disiplin diri. Orang yang menginginkan kesuksesan, tapi malas untuk mendisiplinkan diri maka akan mustahil jika ia akan sukses.

Sukses tidak selalu berpihak kepada orang-orang yang pintar atau jenius, bahkan kejeniusan itu akan menjadi biasa-biasa saja apabila ia tidak memiliki kekuatan disiplin diri, lain halnya dengan orang yang memiliki kemampuan biasa tapi kita harus memiliki komitmen yang baik untuk membiasakan hidup disiplin. Sebelum membahas lebih dalam mengenai disiplin diri, kita harus memahami sebenarnya apa yang dimaksud dengan disiplin diri.

Disiplin dapat diartikan melatih batin dan watak agar perbuatan yang dilakukan menaati tata tertib yang berlaku, sedangkan disiplin diri berarti melatih diri melakukan segala sesuatu dengan tertib dan teratur secara berkesinambungan untuk meraih impian dan tujuan yang ingin dicapai dalam hidup. Disiplin diri dapat berupa disiplin dalam pikiran, perkataan, sikap, tindakan, dan waktu.

Semua orang sukses pasti memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidupnya. Dalam proses pencapaian diperlukan rancangan yang matang untuk melangkah. Rancangan tersebut harus dilakukan secara konsisten dan diperlukan disiplin diri yang kuat agar dapat memetik hasil dari perbuatan yang telah dilakukan. Disiplin terhadap diri sendiri dalam melakukan langkah-langkah sesuai jadwal yang telah dibuat untuk meraih kesuksesan itu merupakan hal yang mendasar. Ketidakdisiplinan, kemalasan, atau sikap menunda-nunda akan menjauhkan diri dari sasaran yang ingin dicapai, (Wu, 2012 : 23).

Dalam proses meraih kesuksesan, setiap orang pasti akan menemui halangan dan rintangan. Orang yang mempunyai tujuan yang jelas serta selalu berpegang teguh dan ulet dalam menjalaninya, maka ia akan mampu melewati segala hambatan dan rintangan tersebut dalam bentuk apapun. Disiplin diri merupakan sesuatu yang harus dimiliki oleh orang yang

menginginkan kesuksesan dalam hidupnya. Usaha kecil yang dilakukan dengan disiplin akan memberikan manfaat yang luar biasa

Disiplin diri erat kaitannya dengan manajemen waktu. Orang yang mampu memanfaatkan waktunya dengan baik kemungkinan besar ia akan sukses. Pada umumnya, orang yang seperti ini tidak suka menunda-nunda pekerjaan, selalu berusaha tepat waktu dalam setiap kegiatan, tidak menyia-nyiakan waktu apabila ada waktu luang, dan bijak membagi waktu antara bekerja, menuntut ilmu, dan istirahat. Kebanyakan orang gagal disebabkan ketidakmampuannya dalam memanajemen waktu dengan baik.

Sebenarnya kemampuan kita untuk selalu efektif dan efisien dalam memanfaatkan waktu yang dimiliki akan menjadi kekuatan untuk menguasai manajemen waktu dengan optimal. Ini tercipta dari disiplin yang kuat dalam memanfaatkan setiap detik waktu yang tersedia untuk hal-hal yang telah direncanakan. Menurut Syarbini dan Jamhari (2012 : 125), Manajemen waktu yang baik akan membawa kita melakukan aktivitas-aktivitas yang telah diperkirakan.

Bila manajemen waktu tidak dijalankan melalui disiplin diri yang tinggi, maka waktu yang kita gunakan akan tetap berkurang untuk hal apapun. Tidak dapat dipungkiri bahwa menerapkan budaya disiplin dalam hidup seseorang merupakan sesuatu yang tidak mudah. Hal itu disebabkan manusia yang cenderung bermalas-malasan, menunda-nunda pekerjaan, tidak mau berusaha tapi menginginkan hasil yang maksimal, menganggap setiap pekerjaan yang dilakukan sebagai beban, dan cepat merasa bosan apabila pekerjaan yang dilakukan hanya itu-itu saja.

Patut dicatat bahwa kedisiplinan akan mempercepat pencapaian tujuan-tujuan yang telah ditentukan. Berbeda halnya jika kita menjalani hidup hanya dengan bersantai ria, tertawa bahagia bersama teman-teman, jalan tanpa arah, dan sebagainya.

Kegagalan dapat dialami orang yang memiliki tujuan yang jelas dalam hidupnya, namun ia tidak mampu menguasai dirinya sendiri untuk hidup disiplin. Tanpa disiplin, sesuatu yang telah direncanakan akan berjalan dengan sia-sia karena ketidakjelasan alur yang dilewati. Misalnya saja ketika kita ingin sukses dalam belajar, hal yang pertama dilakukan yaitu menyusun jadwal kapan harus belajar, bermain, beristirahat, dan lain-lain. Selanjutnya mewujudkan dalam tindakan harian yang telah ditetapkan. Namun, hal tersebut tidak akan tercapai jika tidak dibarengi dengan disiplin diri. Padahal tindakan harian yang dilakukan secara konsisten akan menghasilkan kebiasaan dan mengantarkan seseorang menuju jalan kesuksesan.

Selain itu, hal tersebut juga dapat menentukan nasib seseorang, entah baik maupun buruk. Antara pikiran, sikap, tindakan, dan kebiasaan saling berhubungan satu dengan yang lain. Orang yang sukses akan berusaha untuk selalu mengontrol pikiran dan sikap yang ada dalam dirinya, selanjutnya sikap akan membawa kepada tindakan dan menghasilkan kebiasaan yang akan membawa bagaimana nasib masing-masing dari mereka dimasa akan datang kelak.

Kesuksesan tidak dapat diraih secara instant. Seorang pemain sepakbola kelas dunia saja membutuhkan waktu latihan berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun untuk belajar menguasai seluruh teknik dalam permainan sepakbola, diperlukan kesungguhan dan disiplin diri yang kuat hingga menjadi pemain kelas dunia. Begitu juga dengan seorang anak yang sedang belajar berjalan. Dimulai dari merangkak ia belajar untuk berdiri, jatuh bangun hingga kadang ia terluka, tapi ia tetap terus berusaha, tiada hari tanpa berlatih hingga akhirnya ia mampu untuk berjalan sendiri. Sama halnya dengan perenang, juru masak, ilmuwan, pengusaha, dan lain sebagainya.

Apabila kita telah meraih suatu kesuksesan, jangan merasa cepat puas dan terlena dengan apa yang diraih. Hal tersebut akan menjadikan kita tidak berkembang karena tidak ada keinginan untuk menjadi yang lebih baik dari apa yang diraih sebelumnya. Orang yang merasa cepat puas cenderung lalai dalam mempersiapkan dirinya kedepan, terlebih mengingat kondisi zaman yang selalu berubah dengan cepat.

Disiplin diri harus ditanamkan sejak dini. Tentu tidak mudah untuk menerapkan disiplin dalam hidup kita. Hal-hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan disiplin dalam diri, seperti menetapkan target jangka pendek untuk dicapai dalam waktu dekat, mengurutkan prioritas yang ingin segera dilakukan, membuat jadwal tertulis mengenai hal-hal yang ingin dikerjakan, berusaha untuk selalu hidup disiplin dalam berbagai program yang telah disusun.

Kesuksesan tidak akan diraih hanya dengan mimpi dan angan-angan tanpa diaplikasikan melalui tindakan. Namun, melalui mimpi itulah cara kita untuk menemukan semangat dan motivasi dalam menggapai kesuksesan. Beranilah untuk bermimpi dan wujudkanlah mimpi itu kedalam tindakan-tindakan dengan disiplin diri yang kuat. maka kita akan menjadi orang yang sukses.



*Lampiran 9***Foto Kegiatan Penelitian**

Gambar 1.1
Pemberian Treatment Hari Pertama



Gambar 1.2
Pemberian Treatment Hari Kedua



Gambar 1.3
Pemberian Treatment Hari Ketiga



Gambar 1.4
Evaluasi Mentoring



Gambar 1.5
Pengisian Instrumen Sebelum Pemberian Treatment



Gambar 1.6
Bersama Peserta Didik Kelas VII SMP Islam Ibnu Khaldun
Banda Aceh

RIWAYAT HIDUP PENULIS

1. Nama : Nurul Fauqan Nurin
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat/Tanggal Lahir : Sabang / 21 Agustus 1997
4. Agama : Islam
5. Kebangsaan/Suku : Indonesia/Aceh
6. Status Perkawinan : Belum Menikah
7. Pekerjaan : Mahasiswa
8. Alamat : Kec Darul Imarah, Gampoeng Bayu,
Kompleks Bayu Regency Blok D No.17,
Aceh Besar
9. No HP : 0857-6009-9421
10. Email : nurulfauqan97@gmail.com
11. Nama Orang Tua
 - a. Ayah : Zulkifli, SH
 - b. Ibu : Almh Siti Fathannah, Amd.Kom
 - c. Pekerjaan Ayah : PNS
 - d. Pekerjaan Ibu : Swasta
12. Jenjang Pendidikan :
 - a. SD : SDN 16 Sabang
 - b. SMP : SMPS Islam Al-Mujaddid Sabang
 - c. SMA : SMAS Islam Al-Mujaddid Sabang
 - d. Perguruan Tinggi : Prodi Bimbingan dan Konseling

Banda Aceh, 18 Desember 2019

Nurul Fauqan Nurin
NIM. 150213079