

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENINGKATKAN
KEDISIPLINAN BELAJAR PESERTA DIDIK
DI SMAN 2 KLUETUTARA PADA MASA
PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

NADIA WIRJA

NIM. 170213103

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2022 M/ 1443 H**

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN
KEDISIPLINAN BELAJAR PESERTA DIDIK
DI SMAN 2 KLUET UTARA
PADA MASA PANDEMI
COVID-19.**

SKRIPSI

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

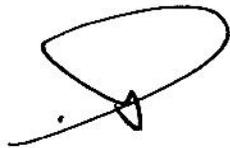
Oleh

NADIA WIRJA
NIM. 170213103

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling

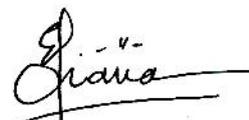
Disetujui oleh:

Pembimbing I,



Dr. Masbur, S. Ag., M. Ag
NIP. 197402055209011004

Pembimbing II,



Elviana, S. Ag., M.Si
NIP. 19780642014112001

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK
MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR
PESERTA DIDIK DI SMAN2 KLUET
UTARA PADA MASA PANDEMI
COVID-19.**

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 Sarjan (S-1)
Dalam Ilmu Pendidikan Bimbingan Konseling

Pada Hari/Tanggal

Rabu, 18 Juli 2022 M
18 Dzulhijjah 1443 H

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,

Dr. Masbur, S. Ag., M. Ag.
NIP. 197402052009011004

Sekretaris,

Cut Widya Anjani, A.Md

Penguji I,

Elviana, S. Ag., M. Si
NIP. 197806242014112001

Penguji II,

Muslima, S. Ag., M. Ed.
NIP. NIP. 19720212201412001

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 :

Nama : Nadia Wirja

NIM : 170213103

Prodi : Bimbingan Konseling

Judul Skripsi : Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN2 Kluet Utara Pada Masa Pandemi Covid 19.

Dengan menyatakan bahwa dalam penelitian skripsi, 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 data dan memalsukan data.

Mengerjakan sendiri karya dan mampu bertanggung jawab atas karya.

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

Demikian pernyataan saya buat dengan sesungguhnya:

Banda Aceh, 10 Juli 2022

Yang menyatakan,



Nadia Wirja

NIM. 170213103

ABSTRAK

Nama : Nadia Wirja
NIM : 170213103
Fakultas/Prodi : Tarbiyah dan Keguruan/Bimbingan Konseling
Judul : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara Pada Masa Pandemi Covid-19.
Tebal Skripsi : 103 Halaman
Pembimbing I : Dr. Masbur, S. Ag., M. Ag.
Pembimbing II : Elviana, S. Ag., M.Si.
Kata Kunci : Layanan Konseling Kelompok, Teknik *Self Management*, Kedisiplinan Belajar

Kedisiplinan belajar merupakan suatu kondisi belajar yang tercipta dan terbentuk melalui serangkaian proses, sikap, dan perilaku peserta didik yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, dan keteraturan serta ketertiban. Namun yang terjadi di SMAN 2 Kluet Utara masih banyak peserta didik yang tidak disiplin dalam belajar, seperti: Terlambat masuk ruangan kelas, tidak mengerjakan tugas, ribut saat guru sedang menjelaskan materi pembelajaran, tidur di dalam kelas, dan lain sebagainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara pada masa pandemi covid-19, untuk mengetahui urgensi kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara, dan untuk mengetahui proses penerapan teknik *self management* dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Metode dalam penelitian ini adalah *Mix Methods*, metode yang menggabungkan kedua penelitian yaitu kuantitatif dan kualitatif. Populasi berjumlah 67 peserta didik dan sampel penelitian 10 peserta didik yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* dengan mengkategorikan peserta didik yang tingkat kedisiplinan belajar paling rendah. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket/kuisisioner, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Instrumen yang digunakan adalah angket kedisiplinan belajar, pedoman wawancara, pedoman observasi dan juga dokumentasi. Analisis yang digunakan untuk kualitatif menggunakan teknik triangulasi. Analisis yang digunakan untuk kuantitatif menggunakan uji-t. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dari data penelitian diperoleh hasil uji-t terdapat perbedaan skor *mean* (rata-rata) *pre-test* kedisiplinan belajar sebelum diberikan *treatment* yaitu 99,7 dan *mean* (rata-rata) *post-test* kedisiplinan belajar setelah diberikan *treatment* yaitu 159,8 dengan sig $0,00 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, dengan demikian kedisiplinan belajar peserta didik mengalami perubahan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Penerapan teknik *self management* dalam layanan konseling kelompok diberikan sebanyak 4 kali pertemuan yang merujuk pada modul dan juga RPL. Kedisiplinan belajar peserta berjalan dengan baik dan juga maksimal, hal ini bisa dilihat dari respon peserta didik yang cepat dan tanggap dalam mengikuti kegiatan layanan.

Kata Kunci : Layanan Konseling Kelompok, Teknik *Self Management*, Kedisiplinan Belajar

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, hidayat dan karunia-nya kepada peneliti, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Alam Nabi Besar Muhammad SAW, keluarga dan para sahabatnya. Sujud syukurnya kupersembahkan kepadamu Tuhan yang Maha Agung nan Maha Tinggi nan Maha adil nan Maha Penyayang, atas takdirmu telah kau jadikan aku manusia yang senantiasa berpikir, berilmu, beriman dan bersabar dalam menjalani kehidupan ini. Semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal bagiku untuk meraih cita-cita besarku. Akhirnya, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara Pada Masa Pandemi Covid-19”**.

Suatu kebahagiaan bagi peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini. Adapun penyusunan Skripsi ini untuk memenuhi sebahagian tugas dan syarat guna untuk memperoleh gelar Sarjana dan program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini banyak terdapat kendala. Namun, berkat bantuan, bimbingan, kerjasama, dari berbagai pihak dan berkah dari Allah SWT sehingga kendala-kendala yang dihadapi tersebut dapat diatasi. Maka dari itu pada kesempatan ini perkenallah peneliti dengan senang hati mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Masbur S. Ag., M. Ag selaku dosen pembimbing I, yang telah mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan skripsi, terima kasih peneliti ucapkan yang sebesar-besarnya atas waktu yang bapak luangkan, terima kasih untuk semua ilmu yang bapak ajarkan kepada peneliti dan akan sangat bermanfaat di kemudian hari.
2. Ibu Elviana S. Ag., M. Si selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing dan mengarahkan peneliti hingga selesainya skripsi ini. Terima kasih peneliti ucapkan sebesar-besarnya atas ilmu dan wawasan yang luar biasa yang diberikan kepada peneliti merupakan bekal dan modal yang sangat bermanfaat, terima kasih untuk semua dukungan dan motivasi setiap harinya yang diberikan untuk peneliti sehingga peneliti tetap semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Persembahan yang paling istimewa untuk kedua orang tua, Ayahanda tercinta Muhammad Ali dan Ibunda tersayang Marlida yang sangat banyak berkorban, mendidik dan juga membesarkan peneliti dengan penuh kesabaran, memberikan bimbingan, motivasi, dan doa sehingga penulis tetap kuat menghadapi rintangan yang ada untuk menyelesaikan studi. Serta adek tercinta Meli Rizkina, Nuruzzamrida, dan Rahmad Ilhami yang juga selalu mendoakan dan memberikan semangat kepada peneliti sehingga peneliti bisa mencapai tahap ini. Terimakasih juga aloet tercinta Suriyanti Amd. Kep, dan seluruh keluarga besar yang setiap waktu selalu peduli terhadap pendidikan peneliti dan selalu menyemangati serta mendoakan peneliti.

4. Buk Firda Ulfia S.Pd selaku guru BK di SMAN 2 Kluet Utara yang telah membantu, mengarahkan peneliti dalam melakukan penelitian dan pengumpulan data pada SMAN 2 Kluet Utara, terima kasih untuk semua dukungan dan ilmu yang luar biasa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Siswa-siswi kelas XI di SMAN 2 Kluet Utara, terima kasih untuk waktu dan kesediaan yang telah kalian berikan untuk menjadi subjek dalam penelitian ini, terima kasih suka dan duka nya serta pengalaman yang tak terlupakan.
6. Sahabat dan temanku yang tidak bisa peneliti sebutkan semuanya disini, terimakasih selalu siap membantu, dan memberi motivasi kepada peneliti dalam hal apapun.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda untuk semuanya. Peneliti menyadari dengan terbatasnya pengetahuan yang peneliti miliki, tentulah banyaknya kekurangan yang akan ditemui, karenanya peneliti mengucapkan terima kasih untuk kritik dan saran yang peneliti terima. Akhir kata peneliti mengharapkan agar tulisan ini dapat bermanfaat bagi semua

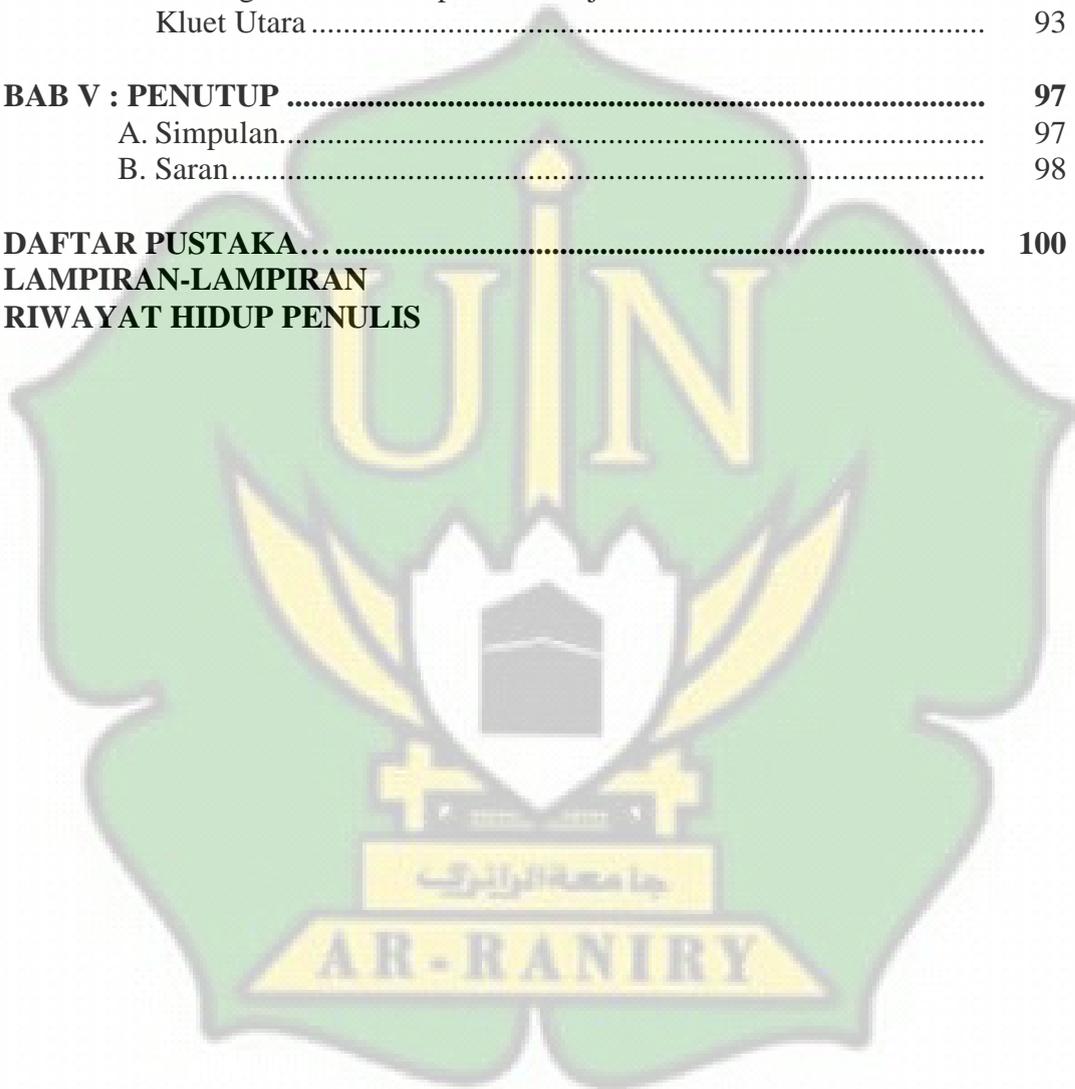
Banda Aceh, 5 Juli 2022
Penulis,

Nadia Wirja

DAFTAR ISI

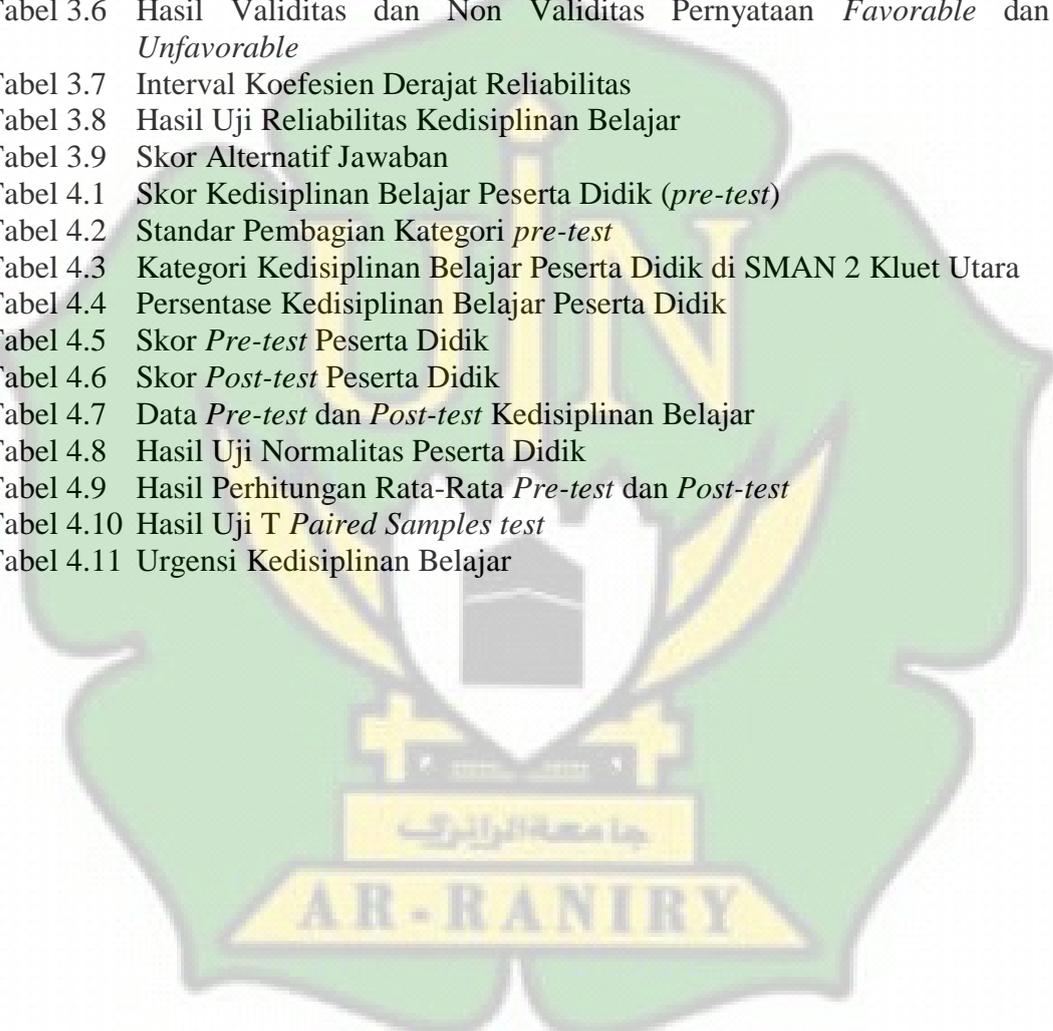
HALAMAN SAMPUL JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Hipotesis Penelitian.....	10
E. Defenisi Operasional.....	11
F. Sistematika Penulisan.....	16
BAB II :LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK <i>SELF MANAGEMENT</i> DAN KEDISIPLINAN BELAJAR ...	18
A. Layanan Konseling Kelompok dan Urgensinya.....	18
B. Peran Guru Bimbingan Konseling pada Layanan Konseling Kelompok dalam Pembelajaran.....	23
C. Tahapan Penyelenggaraan Layanan Konseling Kelompok bagi Peserta Didik.....	26
D. Teknik <i>Self Management</i> dan Urgensinya.....	28
E. Tujuan Teknik <i>Self Management</i>	36
F. Disiplin Belajar dan Urgensinya.....	38
G. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar.....	44
H. Fungsi dan Macam-macam Kedisiplinan Belajar.....	46
BAB III : METODE PENELITIAN.....	50
A. Rancangan Penelitian.....	50
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	52
C. Instrumen Pengumpulan Data.....	54
1. Validitas Instrumen.....	56
2. Reliabilitas Instrumen.....	59
D. Teknik Pengumpulan Data.....	61
E. Teknik Analisis Data.....	64
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	70

B. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta di SMAN 2 Kluet Utara	72
C. Urgensi Disiplin Belajar bagi Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara.....	84
D. Proses Penerapan Teknik <i>Self Management</i> dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara	93
BAB V : PENUTUP	97
A. Simpulan.....	97
B. Saran.....	98
DAFTAR PUSTAKA.....	100
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP PENULIS	



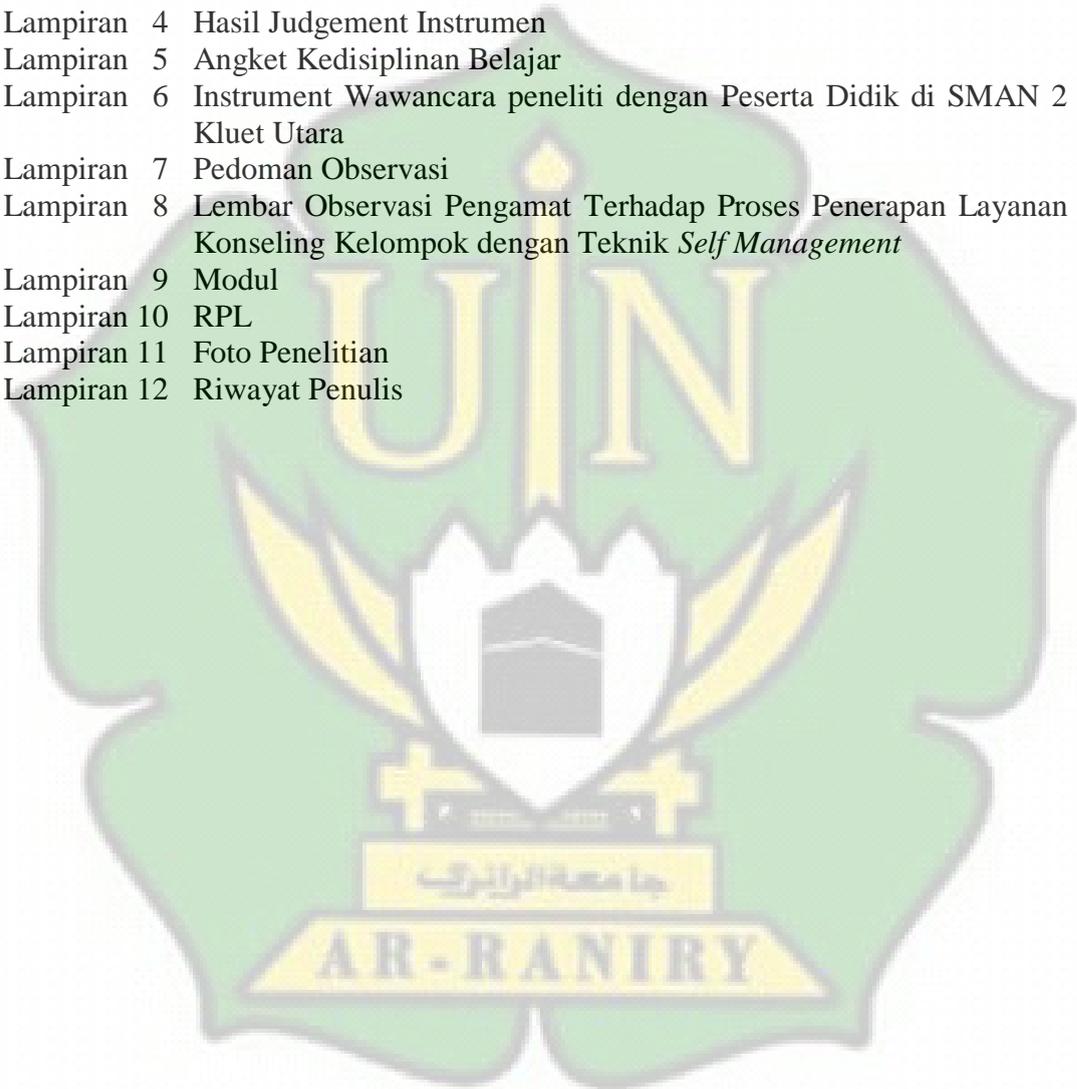
DAFTAR TABEL

- Tabel 3.1 Desain Penelitian *Pre-Test* dan *Post-Test*
Tabel 3.2 Jumlah Populasi
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen
Tabel 3.4 Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Kedisiplinan Belajar
Tabel 3.6 Hasil Validitas dan Non Validitas Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable*
Tabel 3.7 Interval Koefisien Derajat Reliabilitas
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas Kedisiplinan Belajar
Tabel 3.9 Skor Alternatif Jawaban
Tabel 4.1 Skor Kedisiplinan Belajar Peserta Didik (*pre-test*)
Tabel 4.2 Standar Pembagian Kategori *pre-test*
Tabel 4.3 Kategori Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara
Tabel 4.4 Persentase Kedisiplinan Belajar Peserta Didik
Tabel 4.5 Skor *Pre-test* Peserta Didik
Tabel 4.6 Skor *Post-test* Peserta Didik
Tabel 4.7 Data *Pre-test* dan *Post-test* Kedisiplinan Belajar
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas Peserta Didik
Tabel 4.9 Hasil Perhitungan Rata-Rata *Pre-test* dan *Post-test*
Tabel 4.10 Hasil Uji T *Paired Samples test*
Tabel 4.11 Urgensi Kedisiplinan Belajar



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keterangan Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2 Surat Keterangan Izin Penelitian dari Dekan Fakultas
- Lampiran 3 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Kepala Sekolah SMAN 2 Kluet Utara
- Lampiran 4 Hasil Judgement Instrumen
- Lampiran 5 Angket Kedisiplinan Belajar
- Lampiran 6 Instrument Wawancara peneliti dengan Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara
- Lampiran 7 Pedoman Observasi
- Lampiran 8 Lembar Observasi Pengamat Terhadap Proses Penerapan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management*
- Lampiran 9 Modul
- Lampiran 10 RPL
- Lampiran 11 Foto Penelitian
- Lampiran 12 Riwayat Penulis



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kedisiplinan adalah sesuatu yang harus dimiliki setiap individu terutama peserta didik. Peserta didik harus mempunyai kedisiplinan ketika pembelajaran, baik itu dilakukan secara *luring* ataupun *daring*. Menurut Ariessandi arti disiplin yang sebenarnya merupakan metode mengasah pikiran dan kepribadian secara perlahan-lahan supaya individu bisa menjadi individu yang mampu mengendalikan diri serta menjadi individu yang lebih baik dan berguna untuk masyarakat.¹ Kedisiplinan belajar peserta didik sangat berdampak pada prestasi belajar yang akan diraih oleh peserta didik itu sendiri, seperti halnya ketika mereka tidak disiplin dalam proses belajar maka tidak akan ada hasil yang akan diperoleh begitu juga sebaliknya.

Namun baru-baru ini dunia dihebohkan dengan adanya virus Covid-19. Hal ini memberikan dampak yang sangat besar terhadap masyarakat khususnya dalam dunia pendidikan. Menurut Yuliana “Virus Covid-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh virus *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-COV-2) yang sangat berdampak terhadap gangguan sistem pernafasan, dari gejala yang ringan seperti influenza hingga infeksi paru-paru yaitu pneumonia.”²

¹ Ariessandi, *Rahasia Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia Tips Terpuji dan Melejitkan Potensi Optimal Anak*, (Jakarta: Gramedia Pusaka Utama, 2008), h.230.

² Yuliana. “Corona Virus Diseases (Covid-19) Sebuah Tinjauan Literatur”. WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE, Vol 2, No 1, February 2020.

Salah satu negara yang terserang virus covid-19 adalah Indonesia. Situasi sekarang sangat mengkhawatirkan karena sangat banyak masyarakat yang terjerat virus tersebut, akibatnya pemerintah mengambil tindakan sebagai upaya pencegahan penularan virus covid-19. Langkah-langkah yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan penularan virus covid-19 yaitu menjaga jarak, memakai masker, mencuci tangan, dan menghindari kerumunan.

Kementerian pendidikan republik Indonesia telah mengumumkan kebijakan untuk menutup sekolah semua tingkatan seperti: tingkat SD/, SMP, SMA/SMK, serta Universitas dan kemudian menggantinya dengan proses pendidikan dan pembelajaran KBM (*online*).³ Dalam pembelajaran *online* ini, sangat banyak permasalahan yang dihadapi peserta didik dan juga guru mata pelajaran, misalnya: deskripsi topik materi yang belum jelas disampaikan oleh guru mata pelajaran dan kemudian guru tersebut sudah memberikan topik baru dan juga tugas kepada peserta didik. Hal itu menjadi keluhan dan juga beban untuk peserta didik karena tugas ataupun pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru mata pelajaran sangat banyak.

Proses pembelajaran secara daring sangat berdampak pada kedisiplinan belajar peserta didik, 50 persen dari peserta didik di sekolah sangat tidak disiplin dalam mengikuti proses pembelajaran secara daring, seperti: mereka tidak masuk kelas (*online*) atau malahan tidak menyelesaikan tugas yang diserahkan oleh guru mata pelajaran. Satu diantara alasan ketidakdisiplinan belajar peserta didik pada masa pandemi covid-19 adalah tidak mempunyai handphone (HP) untuk

³ Siahaan Matdio. "Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan". Jurnal Kajian Ilmiah (JKI) Edisi Khusus NO.1 (Juli 2020), h.1-3.

mendukung proses pembelajaran secara daring, kurangnya jaringan, dan terbatasnya kuota internet. Nurul Arifa Fieka menyatakan ada beberapa hambatan yang dirasakan oleh peserta didik disaat belajar *online* yaitu: tujuan mengumpulkan tugas-tugas yang terlalu kompleks dan terlalu pendek, tidak memiliki paket/kuota internet, tidak memiliki jaringan, serta banyak tugas yang hanya diringkas dari buku sehingga membuat peserta didik tidak disiplin dalam belajar.⁴

Selain itu ada beberapa penyebab lainnya yang menyebabkan ketidaksiplinan belajar peserta didik yaitu kurangnya pengawasan dari orang tua, dan guru disaat proses belajar mengajar berlangsung sehingga peserta didik yang seharusnya belajar malah asik dengan *handphone* nya tanpa memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi akibatnya motivasi belajar peserta didik menurun dan menyebabkan ketidaksiplinan saat proses pembelajaran daring. Susmiati Eri mengatakan ada banyak masalah yang dialami disaat pandemi covid-19 menimpa yaitu: kurangnya dorongan dalam belajar, terlalu lama tidak bertemu atau tidak bertatap muka saat proses belajar mengajar sehingga mengakibatkan kejenuhan, sehingga berdampak terhadap hasil belajar peserta didik yang menurun.⁵

Namun beberapa bulan terakhir sekolah mulai dibuka kembali dengan proses belajar mengajar secara tatap muka tetapi dengan persyaratan mematuhi

⁴ Fieka Nurul Arifa, "*Tantangan Pelaksanaan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Covid-19*", Vol XII, No 7, April 2020.

⁵ Susmiati, "*Meningkatkan Motivasi Belajar Bahasa Indonesia Melalui Penerapan Model Discovery Learning dan Media Video Dalam Kondisi Pandemi Covid-19 bagi Siswa di SMPN 2 Gangga*". Vol 7, No 3, Juli 2020.

protokol kesehatan. Sejauh yang dilihat proses kedisiplinan belajar peserta didik yang mulai dilakukan secara tatap muka juga menurun akibat pembelajaran daring (*online*) yang sebelumnya dilakukan. Adam Ahmadi dan Ayong Lianawati menyatakan ada beberapa pengaruh ketidaksiplinan belajar peserta didik setelah masa pandemi yaitu faktor dari dalam diri individu (*internal*) seperti berkurangnya minat dan bakatnya dalam proses pembelajaran dan faktor dari luar individu (*eksternal*) seperti faktor ekonomi yang tidak dapat menunjang untuk kebutuhan sekolah.⁶

Dari fenomena di atas guru bimbingan konseling berkontribusi dalam proses pemberian bantuan atau berkoordinasi dengan guru untuk menyelesaikan kasus ketidaksiplinan belajar peserta didik. Guru bimbingan konseling harus memberikan layanan terhadap peserta didik dengan beberapa pendekatan yang sesuai dengan kebutuhannya. Salah satu layanan yang akan diaplikasikan pada penelitian ini adalah layanan konseling kelompok. Mardia Bin Smith mengatakan bahwa semakin sering layanan konseling kelompok diberikan maka bertambah tinggi pula tingkat kedisiplinan belajar peserta didik.⁷

Teknik yang akan diaplikasikan dalam layanan konseling kelompok ini yaitu teknik *Self Management*. Teknik *self management* diyakini bisa meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik dimana individu bisa memenajemen diri mereka sendiri. Teknik *self management* ini merupakan proses

⁶ Adam Achmadi, Ayong Lianawati, “Pengaruh Penggunaan Teknik *Self Management* Dalam Konseling Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 24 Surabaya”, Vol 8, No 22, 2021.

⁷ Mardia Bin Smith, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara”, Vol 8, No 1, Maret 2011.

seorang individu mengkoordinasikan perilakunya sendiri, Maksudnya disini adalah dimana individu harus memenagement diri mereka sendiri sehingga permasalahan yang dihadapi dapat diselesaikan, beban dan keberhasilan konseling disini ada ditangan konseli itu sendiri.

Beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nadia Elpiani hasilnya menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik di kelas XII IIS SMA Negeri 1 Samadua Kabupaten Aceh Selatan.⁸

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reza Febrianti hasilnya dapat disimpulkan sebagai berikut, hasil penghitungan skor mean kedisiplinan belajar sebelum *pre-test* terhadap partisipasi dalam layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* yaitu 83,6, dan sesudah *post-test* pemanfaatan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* semakin meningkat menjadi 108,1. Keefektifan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik kelas XI jurusan APK di SMK Raden Intan Bandar Lampung diterima yang diukur dengan peningkatan sebesar 44,3.⁹ Yang membedakan antara penelitian yang dibuat oleh Reza Febriantri dengan penelitian yang dibuat peneliti yaitu masalah yang diatasi. Penelitian yang dilakukan oleh Reza Febrianti dilakukan untuk meningkatkan

⁸ Nadia Elpiani, "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMA Negeri 1 Samadua Kabupaten Aceh Selatan", *Skripsi* (Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry, 2020).

⁹ Reza Febrianti, "Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran Banda di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung", *Skripsi* (Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, 2018).

kedisiplinan belajar peserta didik sebelum pandemi, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik saat pandemi.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Rositah dan Raja Rahima membuktikan bahwa tingkat kedisiplinan belajar peserta didik sebelum mendapatkan terapi konseling kelompok menggunakan teknik *self management* berada dikategori yang sangat rendah dengan skor mean 41,3. Namun Sesudah mendapatkan terapi konseling kelompok menggunakan teknik *self management*, kedisiplinan meningkat Edukasi bagi peserta didik dengan mean 123.1 dalam kategori atas. Sehingga bisa disimpulkan bahwasanya layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management* efektif terhadap kedisiplinan belajar peserta didik.¹⁰ Perbedaan antara pengamatan yang dilakukan oleh Rositah dan Raja dengan pengamatan yang dilakukan peneliti adalah tingkatan peserta didik yang akan diteliti. Pengamatan tersebut dilakukan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik tingkat SMP, sedangkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dilakukan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik tingkat SMA.

Perbedaan antara penelitian peneliti dengan beberapa kajian terdahulu di atas adalah penelitian pada kajian terdahulu di atas serupa dalam membahas tentang kedisiplinan belajar peserta didik namun yang membedakannya yaitu penelitian di atas dilakukan sebelum masa pandemi covid, sedangkan penelitian peneliti dilakukan saat pandemi covid.

¹⁰ Rositah, Raja Rahima, "*Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*", Volume 1, No 1, 2020.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang sudah ditemukan peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Maka dari itu dari hasil penelitian yang sudah ditemukan peneliti dalam penelitian terdahulu sama-sama memakai teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Hipotesa peneliti bahwa teknik *self management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik pada masa covid.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melaksanakan peninjauan lapangan. Dimana peneliti melibatkan dan mengamati kegiatan para peserta didik saat proses pembelajaran disekolah. Menurut hasil wawancara dengan sejumlah guru serta peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara dapat dikatakan bahwa proses pembelajaran daring menyebabkan ketidakdisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara dikarenakan beberapa alasan dari peserta didik tersebut, salah satu alasan ketidakdisiplinan belajar peserta didik tersebut adalah tidak adanya *Handphone* (HP), alasan ini juga dikatakan oleh peserta didik lain yang merupakan peserta didik dari sekolah yang sama, banyak dari mereka mengeluh karena proses pembelajaran yang dahulu dilakukan *luring* secara tiba-tiba diganti dengan proses belajar secara *online*, mereka juga mengatakan bahwa proses pembelajaran *online* membuat mereka bermalas-malasan dan bahkan sama sekali tidak mengerti dengan topik yang dijelaskan oleh guru mata pelajaran. Kemudian hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan beberapa guru mata pelajaran di SMAN 2 Kluet Utara hampir sama dengan pernyataan peserta didik

yang bahwasanya banyak sekali peserta didik yang tidak disiplin dalam belajar bahkan ada beberapa peserta didik yang belum pernah masuk sama sekali saat proses pembelajaran secara *online* tetapi namanya ada terdaftar dalam absen kelas, hal ini sangat meresahkan para guru, kepala sekolah, dan orang tua peserta didik.

Beberapa bulan terakhir sekolah mulai dibuka kembali dengan proses pembelajaran secara tatap muka, peneliti mengamati bahwa setelah pembelajaran diadakan kembali secara tatap muka peserta didik juga bersikap tidak disiplin dimana mereka datang terlambat kesekolah dan bahkan jauh lebih terlambat dari waktu yang telah ditetapkan oleh pihak sekolah, banyak peserta didik yang hanya duduk diam di dalam kelas tanpa sepele katapun, dan bahkan ada peserta didik yang tidak mendengarkan penjelasan dari guru mata pelajaran yang tengah mengajar, mereka sibuk keluar masuk dan mengganggu teman sekelasnya, ada beberapa peserta didik yang tidak pernah datang sama sekali ke sekolah saat diadakan pembelajaran tatap muka tetapi namanya ada di absen kelas, dan bahkan ada peserta didik yang hanya datang ketika ujian dilaksanakan atau dilakukan.

Jadi, alasan peneliti ingin meneliti tentang kedisiplinan belajar peserta didik pada masa pandemi covid-19 adalah peneliti ingin melihat sejauh mana kedisiplinan belajar peserta didik dimasa pandemi covid-19 sekarang, karna sangat banyak kasus dimana peserta didik menjadi tidak disiplin dalam belajar dikarenakan pembelajaran *online* dan bahkan setelah proses pembelajaran kembali diadakan secara tatap muka peserta didik juga tetap tidak disiplin dalam belajar dengan berbagai alasan dari mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara?
2. Bagaimana urgensi kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 kluet utara?
3. Bagaimana proses penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada latar belakang masalah dan rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui apakah teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara pada masa pandemi covid-19.
2. Untuk mengetahui urgensi kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 kluet utara.
3. Untuk mengetahui proses penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban awal ataupun jawaban sementara dari pernyataan-pernyataan suatu penelitian yang dirumuskan berupa pertanyaan. Jawaban yang diberikan dikatakan kondisional karena hanya didasari teori yang sesuai bukan berdasarkan fakta empiris yang didapatkan lewat pengumpulan data.¹¹ Hipotesis yang dipakai peneliti dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada efektivitas konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Hipotesis: 1

Ha: Konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Ho: Konseling kelompok dengan teknik *self management* tidak efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Hipotesis: 2

Ha: Konseling kelompok dengan teknik *self management* urgen dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara

¹¹ Sugiyono, *Metodologi Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2008), h. 91.

Ho: Konseling kelompok dengan teknik *self management* kurang urgen dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Hipotesis: 3

Ha: Proses penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* maksimal dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Ho: Proses penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* belum maksimal dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan bermanfaat serta berguna bagi:

1. Manfaat Secara Teoritis

- a. Penelitian bertujuan buat meneruskan wawasan tentang penerapan teknik *self management* untuk meningkatkan keisiplinan belajar.
- b. Penelitian bertujuan untuk memberikan wawasan tentang penerapan bagi masyarakat secara luas, penelitian ini membuktikan bahwa kesadaran diri adalah aspek penting yang harus dimiliki oleh setiap individu untuk mencapai tujuan hidupnya.
- c. Penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk peneliti selanjutnya dalam mempertimbangkan peningkatan disiplin belajar melalui penggunaan teknik manajemen diri.

2. Manfaat Secara Praktis

a. Manfaat bagi guru bimbingan konseling

- a) Hasil penelitian diharapkan bisa menjadi penuntun dalam melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.
- b) Dapat menambahkan wawasan guru bimbingan konseling saat melakukan konseling di sekolah

b. Manfaat bagi program studi bimbingan konseling

- a) Hasil penelitian diharapkan bisa digunakan sebagai bahan pengamatan atau kajian program studi bimbingan konseling dalam melakukan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.
- b) Hasil penelitian dapat berguna bagi kepentingan pembangunan program bimbingan konseling baik sebagai kepentingan pengembangan program studi konseling maupun kepentingan ilmu pengetahuan.

c. Manfaat bagi sekolah

- a) Hasil penelitian diharapkan bisa menjadi pedoman untuk peserta didik untuk memahami dirinya secara baik serta dapat meningkatkan kedisiplinan belajar.

- b) Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan pengaruh yang positif dalam meningkatkan mutu layanan bimbingan konseling disekolah.

c)

F. Defenisi Operasional

1. Efektivitas

Efektivitas mempunyai arti ketekunan, efisiensi, dan juga kesesuaian dalam aktivitas melakukan tugas dengan tujuan yang ingin dicapai. Efektivitas mengutamakan pada hasil yang ingin dituju.¹² Efektivitas adalah tingkat keberhasilan saat memperoleh arah yang tepat. Efektivitas sebenarnya adalah suatu konsep yang luas atau besar yang merangkum bermacam faktor internal dan eksternal orang tersebut. Oleh karena itu efektivitas dapat dilihat tidak hanya dari aspek produktivitas, tetapi juga dari aspek persepsi dan sikap individu. Efektivitas yang disebutkan dalam kamus bahasa Indonesia digunakan sebagai pengawasan.¹³

Indikator efektivitas dalam penelitian ini ialah berhasil atau tidaknya peneliti menghantarkan peserta didik mencapai tujuannya, adanya kesesuaian dalam melakukan tugas dengan tujuan yang telah ditentukan, oleh karena itu efektivitas menunjukkan derajat pencapaian hasil yang dicapai.

2. Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management*

Konseling kelompok adalah kegiatan kelompok yang memandu wacana dalam membantu anggota kelompok menjadi lebih ramah dalam rangka

¹² *Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Cet. Ke-5, (Jakarta: Pustaka Phoenix, 2010), h. 625.*

¹³ *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa, Edisi Keempat, (Jakarta: Gramedia, 1995), h.352.*

menginformasikan serta membantu anggota kelompok dalam menggapai tujuan secara bersama.¹⁴ Kemudian menurut Prayitno, keabsahan layanan konseling berarti layanan satu lawan satu dalam bentuk kelompok.¹⁵ Konseling kelompok dalam penelitian ini yaitu pembentukan kelompok yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling untuk mencapai tujuan dan hasil dengan anggota kelompok.

Self management merupakan strategi transformasi perilaku dan kebiasaan yang melibatkan aturan diri peserta didik dan pemantauan diri dalam bentuk latihan pemantauan diri, manajemen stimulus, dan penghargaan diri.¹⁶

Self management dalam penelitian ini merupakan proses dimana peserta didik mengelola transfigurasi perilaku mereka menggunakan kemahiran yang telah mereka pelajari saat sesi konseling.

3. Kedisiplinan Belajar

Kata disiplin dalam bahasa latin yaitu Latin "discipline", yang mempunyai makna "belajar". Oleh karena itu, bidang ini benar-benar fokus pada pendidikan. Menurut Ariessandi, arti disiplin yang sebenarnya merupakan

¹⁴ Wibowo, Mungin Eddy, *Konseling Kelompok Perkembangan*. (Semarang: Universitas Negeri Semarang Press, 2005), h. 17.

¹⁵ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, (Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, 2004), h. 34.

¹⁶ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2016), h. 178.

proses dalam melatih pikiran serta kepribadian anak secara bertahap agar mampu mengendalikan diri dan berguna bagi masyarakat.¹⁷

Menurut The Liang Gie, disiplin berarti suatu keadaan dimana individu yang berpartisipasi dalam suatu organisasi tertib serta bersedia mengikuti aturan-aturan sekolah yang ada.

Belajar adalah proses usaha manusia dalam mencapai perubahan sikap baru secara menyeluruh sebagai pengalaman seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan.¹⁸

Disiplin dalam pembelajaran diartikan sebagai bentuk ketaatan dan kepatuhan peserta didik ketika di sekolah atau ketika guru melaksanakan aturan yang telah ditetapkan selama proses pembelajaran. Hal ini didorong oleh kesadaran di dalam hati kita, kesadaran ini dicapai melalui latihan.¹⁹

Indikator disiplin belajar pada penelitian ini yaitu: Disiplin waktu: yang meliputi (Tepat waktu dalam belajar, tidak keluar masuk saat jam pelajaran/bolos kelas, menyelesaikan tugas tepat waktu), disiplin perilaku: (rajin belajar/tidak malas belajar, benci berbohong, tidak memerintahkan orang lain demi kepentingan pribadi, tidak melanggar aturan yang berlaku, perilaku yang menyenangkan, seperti: tidak menyontek, tidak ribut, serta tidak senang mengganggu orang lain yang sedang belajar).

¹⁷ Ariesandi, *Rahasia Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia Tips Terpuji dan Melejitkan Potensi Optimal Anak...*,231.

¹⁸ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h.2.

¹⁹ Moenir, *Masalah-masalah dalam Belajar*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), h. 96.

G. Sistematika Penulisan

Penelitian ini terdiri dari 5 Bab, Bab 1 merupakan pendahuluan yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, hipotesis penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, dan sistematika penulisan. Kedua, bab II yaitu landasan teori konseling kelompok dengan teknik *self management*. Ketiga, bab III yaitu metodologi penelitian yang meliputi rancangan penelitian, populasi dan juga sampel penelitian, validitas instrument penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data. Keempat, bab IV yaitu deskripsi dan pembahasan data penelitian yang meliputi deskripsi data dan pembahasan dalam penelitian. Kelima, bab V yaitu penutup yang meliputi hasil penelitian dan rumusan.

Sedangkan tata cara penulisan dalam skripsi adalah bahasa Indonesia, Inggris, atau Arab (Skripsi Bahasa Inggris dan Arab dapat dilihat dalam pembahasan tersendiri) mengikuti panduan akademik penulisan skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Bahasa Indonesia yang digunakan untuk menulis karya merupakan bahasa tulis yang baku. Standar ditemukan dalam akurasi penggunaan ejaan, kelurusan, kelengkapan, elemen, dan akurasi. Untuk bahasa Inggris dan Arab, mereka harus mengikuti aturan bicara yang baik dan elemen yang tepat. Skripsi yang menggunakan kedua bahasa asing tersebut, abstraknya harus diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh editor bahasa yang ditunjuk oleh prodi.

BAB II

LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF* MANAGEMENT DAN KEDISIPLINAN BELAJAR

A. Layanan Konseling Kelompok dan Urgensinya

Konseling kelompok merupakan pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor terhadap sejumlah individu yang sedang menghadapi permasalahan dalam kehidupannya, baik itu masalah dalam ataupun luar diri individu tersebut. Dinamika kelompok yang dilakukan oleh penasihat atau ketua kelompok memungkinkan anggota kelompok untuk memecahkan masalah satu sama lain. Untuk lebih jelasnya, ada beberapa ahli yang menyampaikan pendapatnya mengenai definisi layanan konseling kelompok seperti Rochman Natawidjaja, Prayitno, Nurihsan, dan Winkel.

Menurut Angga Eka Yuda Wibawa, Anwar Sutoyo, dan Sugiyono layanan konseling kelompok adalah suatu bentuk konseling yang berkaitan dengan bentuk hubungan dalam batas-batas kelompok individu.²⁰ Dari pendapat ahli tersebut menunjukkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu bentuk konseling untuk banyak orang dalam suasana kelompok, dengan tujuan untuk memecahkan masalah bersama.

Pendapat lain dijelaskan oleh Prayitno layanan Konseling kelompok pada dasarnya yaitu konseling satu lawan satu yang diberikan dalam pengaturan kelompok. Ada konsultan dan klien, dengan total anggota kelompok (di antaranya

²⁰ Angga Eka Yuda Wibawa, Anwar Sutoyo, dan Sugiyono, *Pengembangan Model Konseling Kelompok Behavior dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMA Kabupaten Lamongan*, Jurnal Bimbingan Konseling, vol. 4, No 2, September 2016, h. 87.

setidaknya 10). Hubungan konseling berlangsung dalam suasana yang sesuai dengan konseling pribadi atau personal yaitu hangat, terbuka serta penuh keakraban.²¹ Anggota kelompok dituntut saling tolong menolong dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi sehingga masalahnya dapat terselesaikan. Tugas konselor disini hanya memantau proses konseling kelompok dengan memberikan arahan terhadap anggota kelompok sehingga proses konselingnya berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

Menurut oleh Nurihsan yang mendefinisikan bahwa Konseling kelompok adalah dukungan profilaksis dan kuratif yang ditujukan terhadap individu dalam bentuk kelompok. Konseling kelompok mempunyai tujuan untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan pribadi dengan memberikan kesempatan, desakan dan bimbingan bagi seseorang yang terkena dampak dalam mengubah sikap dan juga tingkah lakunya sejalan dengan lingkungan.²² Konseling kelompok terdiri dari beberapa anggota kelompok yang nantinya akan dibentuk menjadi satu kelompok, tujuan konseling kelompok disini adalah untuk menyelesaikan masalah para anggota kelompok dimana permasalahan yang dihadapi hampir sama. Proses konseling ditentukan oleh konselor dan nantinya akan dijalankan oleh anggota kelompok dalam masa pantauan konselor tersebut. Konselor disini hanya sebagai pengarah dan yang menyelesaikan permasalahan anggota kelompok adalah mereka sendiri.

²¹ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok...*,h.34.

²² Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang Kehidupan*, (Bandung: Refika Aditama, 2011), h.24.

W.S Winkel juga mengemukakan bahwa Konseling kelompok merupakan suatu bentuk layanan konseling di mana seorang konselor profesional mewawancarai beberapa orang yang juga merupakan anggota suatu kelompok kecil.²³ Dalam layanan konseling kelompok memiliki aspek dan proses yang nantinya akan dijalankan oleh anggota kelompok dengan tujuan mempermudah anggota kelompok dalam proses penyelesaian masalah.

Dari pengertian konseling kelompok menurut para ahli di atas, peneliti cenderung setuju dengan pendapat Prayitno dikarenakan dalam pemaparannya disebutkan bahwa Konseling kelompok adalah konseling satu lawan satu yang diikuti oleh kelompok, yang nantinya saling membantu untuk memecahkan masalah yang tengah dihadapi. Hubungan konseling berkembang dalam suasana yang sama halnya dengan konseling pribadi, yaitu hangat, terbuka dan juga penuh keakraban.

Dari beberapa pendapat yang dikemukakan di atas, peneliti dapat membuat kesimpulan bahwa konseling adalah proses pemberian dukungan yang dilaksanakan oleh penanggung jawab atau tenaga kerja profesional/konselor untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami, baik itu masalah pribadi, maupun masalah sosial. Dalam dinamika kelompok mereka dapat saling membantu menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi satu sama lain dengan saling bertukar pendapat, pikiran, dan juga ide-ide sehingga permasalahan anggota kelompok yang sedang dihadapi dapat terselesaikan. Layanan konseling kelompok dapat diberikan dalam ruangan ataupun di luar ruangan, di sekolah, luar

²³ W.S Winkel dan M.M Srihastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2007), h. 590.

sekolah, rumah peserta didik atau bahkan di rumah konselor, dengan persetujuan anggota kelompok.

Di era milenial ini, permasalahan yang dialami peserta didik di sekolah semakin bermacam-macam. Mulai dari permasalahan dalam belajar, karir, masalah pribadi, sosial dan lain sebagainya. Ada begitu banyak permasalahan yang dihadapi peserta didik yang tidak dapat diselesaikan karena mereka mungkin tidak ingin memanfaatkan keberadaan guru BK di sekolah sebagai solusi dari masalah yang mereka hadapi. Guru bimbingan konseling sebenarnya bisa membuat layanan konseling kelompok semenarik mungkin, sehingga bisa menarik minat peserta didik untuk mengikuti proses konseling secara sukarela dan tidak merasa takut ataupun canggung lagi. Sebelum memberikan layanan konseling kelompok terhadap peserta didik sebaiknya guru bimbingan konseling menjelaskan terlebih dahulu tujuan dari pelaksanaan layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan individu dan meningkatkan potensinya. Tujuan dari layanan konseling kelompok yaitu: Pengembangan emosi, pikiran, wawasan serta sikap perilaku dan sosialisasi dan komunikasi tertentu. Pemecahan masalah subjek data dan manfaat dari penyelesaian permasalahan tersebut dicapai oleh orang lain yang menjadi pelanggan layanan.²⁴ Konseling kelompok bertujuan untuk belajar mengembangkan kesadaran diri dan pengetahuan serta kepekaan terhadap orang lain sehingga inti masalahnya dapat dipecahkan. Konseling kelompok dilaksanakan dengan beberapa tujuan. Artinya, setiap anggota kelompok harus

²⁴ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok...*,h.20.

memahami dirinya sendiri dengan baik, anggota kelompok melakukan pengembangan kemampuan berkomunikasi dengan orang lain untuk saling mendukung dalam proses konseling, dan anggota kelompok memperoleh keterampilan pengaturan diri dan mengarahkan diri. Dalam kehidupan, anggota kelompok menjadi peka dan sadar terhadap kebutuhan orang lain, menilai perasaan mereka dengan lebih baik, dan setiap anggota kelompok menentukan penetapan tujuan yang hendak dicapai. Hal ini tercermin dalam perilaku serta tindakan yang lebih sehat dari anggota kelompok, yang bergerak progresif dengan lebih berani. Dengan bertindak dengan risiko yang wajar, anggota kelompok menjadi sadar serta memahami arti hidup manusia sebagai makhluk sosial. Setiap anggota kelompok juga semakin sadar bahwa apa yang mempengaruhi mereka seringkali menimbulkan rasa bangga. Sadar akan perasaan orang lain, anggota kelompok belajar cara berkomunikasi secara terbuka bersama orang lain dengan saling menghormati serta minat.²⁵

Hal ini dapat disimpulkan dari pernyataan di atas bahwa tujuan dari layanan konseling kelompok yaitu agar setiap anggota kelompok bisa memunculkan ide dan gagasan yang dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi oleh anggota kelompok secara bersama-sama.

Pendapat lain dikemukakan oleh Eddy Wibowo yang menjadi tujuan konseling kelompok yaitu agar seseorang dapat meningkatkan keterampilannya, mengatasi permasalahan mereka, membuat keputusan, memecahkan masalah, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan mereka, dan bertindak dalam

²⁵ Winkel (dalam Kurnanto), *Konseling Kelompok*, (Bandung: Alfabeta, 2003), h.10.

menanggapi kemampuan mereka.²⁶ Sebagaimana yang kita ketahui bahwasanya layanan konseling kelompok berfokus pada peningkatan pertumbuhan individu, pencapaian tujuan individu dalam kegiatan pembelajaran. Dalam layanan konseling kelompok, sangat penting untuk mempertimbangkan emosi dan hubungan antar anggota kelompok, karena individu belajar tentang diri mereka sendiri serta hubungannya dengan anggota lain anggota lain dan juga orang lain. Layanan konseling kelompok juga mengajarkan Anda bagaimana memecahkan masalah berdasarkan kontribusi dari anggota kelompok.

B.Peran Guru Bimbingan Konseling pada Layanan Konseling Kelompok dalam Pembelajaran

Bimbingan konseling adalah proses dukungan yang dilaksanakan oleh tenaga profesional untuk memecahkan masalah peserta didik. Seperti yang sudah diketahui bahwasanya dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok konselor adalah sebagai guru, pembimbing, fasilitator, pemimpin kelompok serta yang mengarahkan anggota kelompok dalam melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok.

Peran dalam pengertian ini secara etimologis adalah bagian yang berperan atau mempengaruhi insiden suatu peristiwa. Sedangkan dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) adalah serangkaian tindakan yang diharapkan dimiliki oleh setiap orang dengan status sosial.²⁷ Peran guru bimbingan konseling tidak sama

²⁶ Eddy Wibowo, *Konseling Kelompok Perkembangan*, (Jakarta: Unres Press, 2005), h. 27.

²⁷ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *Kamus Besar Bahasa Indonesi Edisi Kedua*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1994), h.751.

halnya dengan peran guru mata pelajaran lainnya, dikarenakan peran guru bimbingan konseling lebih penting baik dalam menyelesaikan permasalahan peserta didik yang bermasalah maupun peserta didik yang tidak mempunyai permasalahan. Guru bimbingan konseling dituntut mampu dan bisa memahami bagaimana karakteristik berbagai peserta didik, tujuannya supaya memudahkan guru bimbingan konseling dalam proses penyelesaian permasalahan peserta didik.

Menurut Syaiful Bahri Djamarah banyak peranan guru bimbingan konseling, diantaranya, sebagai pengoreksi, sebagai inspirasi, sebagai penasehat, sebagai pendorong, dan juga inisiator.²⁸ Peran guru bimbingan konseling tidak hanya terbatas pada satu hal saja, tetapi guru bimbingan konseling memiliki banyak peran dalam meningkatkan keterampilan peserta didik. Guru bimbingan konseling bisa memberikan berbagai layanan, termasuk layanan konseling kelompok. Guru bimbingan konseling juga ikut berperan dalam layanan konseling kelompok, peran guru bimbingan konseling disini adalah sebagai pemimpin kelompok yang nantinya akan memimpin kelompok dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok.

Berdasarkan beberapa defenisi di atas peneliti menyimpulkan bahwa Peran konselor pembinaan dalam layanan konseling kelompok adalah sebagai pembina materi dan kemudian sebagai pemimpin kelompok yang membimbing anggota kelompok dalam melaksanakan proses layanan konseling kelompok.

²⁸ Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 43-48.

Menurut Akhmad Sudrajat, Peranan konselor adalah sebagai berikut: Memberikan penilaian konseptual dan praktis dalam memahami situasi, kebutuhan dan juga masalah konseling, mempelajari kerangka teoritis dan praktis untuk konseling, merencanakan program, pelaksanaan kegiatan secara komprehensif, evaluasi proses serta hasil kegiatan bimbingan konseling, profesional serta sadar terhadap komitmen etika, perolehan konsep penelitian serta praktik dalam kegiatan bimbingan dan konseling.²⁹

Berdasarkan keterangan di atas, maka yang menjadi peran guru bimbingan konseling sangat dibutuhkan dalam layanan konseling kelompok, karena guru bimbingan konseling yang akan membimbing para anggota kelompok dalam proses layanan konseling. Setiap anggota diharapkan mampu berkomunikasi satu sama lain agar lebih memudahkan mereka dalam proses penyelesaian masalah. Guru bimbingan dan konseling hanyalah pengarah dan yang menjadi pemimpin dalam kelompok tersebut. Sedangkan yang menyelesaikan masalah adalah para anggota kelompok.

C. Tahapan Penyelenggaraan Layanan Konseling Kelompok Bagi Peserta Didik

Tahap-tahap konseling penting untuk menerapkan tahapan konseling pada layanan konseling kelompok agar dapat memperlancar pelaksanaan layanan konseling kelompok. Dalam layanan konseling kelompok ada beberapa tahapan, dimana tahapan ini akan diselenggarakan oleh anggota kelompok dengan tujuan supaya proses konseling kelompok dapat berjalan seperti yang diharapkan.

²⁹ Akhmad Sudrajat, *Peran Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1992), h. 144-148.

Menurut Prayitno ada 4 tahapan layanan konseling kelompok, diantaranya:

1. **Tahap Pembentukan**, merupakan tahap dimana sekelompok orang yang dibentuk dalam suasana kelompok serta siap dalam mengembangkan dinamika kelompok dengan tujuan mencapai tujuan bersama.
2. **Tahap Peralihan**, merupakan penekanan lebih ditempatkan pada pencapaian konseling kelompok sebagai kegiatan kelompok pertama kemudian diteruskan ke yang berikutnya.
3. **Tahap Kegiatan**, yaitu tahap kegiatan sentral untuk memitigasi permasalahan individu atau permasalahan pribadi anggota kelompok dalam layanan konseling kelompok.
4. **Tahap Pengakhiran**, yaitu tahapan pengakhiran dari kegiatan yang dilaksanakan oleh kelompok untuk memastikan bahwa telah tercapai dan kemudian merencanakan kegiatan selanjutnya.³⁰

Peneliti memahami bahwa tahapan pelaksanaan layanan konseling kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno yaitu tahap pembentukan (tahap ini adalah tahap implementasi), tahap transisi (tahap pemindahan kegiatan kelompok pertama ke kegiatan berikutnya), dan tahap kegiatan (tahap kegiatan inti).), dan tahap terakhir adalah tahap penyelesaian (yaitu tahap akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang telah dilakukan kelompok dan kemudian merencanakan kegiatan selanjutnya).

Pendapat lain diungkapkan oleh Tohirin, ada beberapa langkah penting yang perlu diperhatikan, yaitu sebagai berikut:

³⁰ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok...*,h.18-19.

1. **Persiapan:** Berarti menetapkan waktu dan tujuan, serta mmendapatkan peralatan yang anda butuhkan.
2. **Pembentukan:** Yaitu mengucapkan salam serta berdoa sesuai dengan agama masing-masing, menyambut anggota kelompok secara ramah dan terbuka, memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan konseling kelompok, membimbing prinsip-prinsip dalam melakukan konseling kelompok.
3. **Peralihan:** Yaitu mengulangi transisi, atau metode melakukan konseling kelompok, bertanya dan menjawab pertanyaan dan jawaban untuk memastikan aktivitas anggota, dan menekankan prinsip-prinsip yang dipandu dan dipertimbangkan oleh layanan konseling kelompok.
4. **Kegiatan:** Yaitu menjelaskan topik dan masalah yang diangkat, minta setiap kelompok agar terbuka terhadap permasalahan yang sedang mereka hadapi, dan membahas permasalahan yang paling umum.
5. **Pengakhiran:** Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok telah selesai, komunikasikan perkembangan tiap-tiap kelompok, komunikasikan komitmen mereka dan tetap berpegang teguh kepada keberhasilan masalah teman mereka, mengucapkan terimakasih, berdoa menurut agama masing-masing, serta berjabat tangan.³¹

Dari penjelasan tahapan penyelenggaraan layanan konseling kelompok di atas peneliti cenderung setuju dengan pendapat yang dikemukakan oleh Tohirin karena tahapan yang dikemukakan oleh Tohirin lebih rinci dan lebih mudah dipahami. Diantara tahapan yang dikemukakan oleh Tohirin ada tahap persiapan,

³¹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2013),h.188.

pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran yang nantinya tahapan tersebut akan dilakukan saat proses konseling kelompok dengan tujuan untuk mencapai hasil sesuai dengan apa yang diinginkan dan diharapkan.

Dari beberapa pendapat tentang tahapan penyelenggaraan layanan konseling kelompok di atas peneliti mengambil kesimpulan bahwa dalam proses pelaksanaan layanan konseling kelompok terdapat beberapa langkah, diantaranya adalah pembentukan, peralihan, kegiatan serta pengakhiran yang akan dilaksanakan saat proses layanan konseling dilakukan, dan diharapkan supaya proses konseling berjalan sesuai dengan yang diharapkan.

D. Teknik *Self Management* dan Urgensinya

Self management adalah upaya untuk memimpin pribadi (diri sendiri) ke arah yang lebih baik lagi sehingga individu bisa menjadi individu yang dapat mengatur dirinya sendiri tanpa mengganggu orang lain. Untuk memperjelas, berikut adalah beberapa ahli yang memberikan pendapat tentang pengertian teknik *self management* yaitu menurut Gie The Liang, Gantina Komalasari, dan Stewart dan Lewis.

Menurut Gie *self management* adalah berbagai aspek kehidupan pribadi untuk mendorong diri sendiri, mengelola segala sesuatu sesuai dengan kemampuan individu, mengendalikan kemampuan dalam mencapai sesuatu yang baik, serta membuatnya lebih sempurna.³² *Self management* berarti metode dimana individu mengelola diri sendiri tanpa adanya bantuan luar, sehingga individu lebih mandiri dalam mengatur diri sendiri.

³² Gie The Liang, *Cara Belajar Yang Baik bagi Mahasiswa Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2000), h.77.

Menurut Gantina teori dan teknik konseling menjelaskan bahwa manajemen diri merupakan proses dimana seorang individu mengatur perilakunya.³³ Perubahan sikap yang terjadi pada individu merupakan proses pengelolaan diri yang mengarahkan diri sendiri untuk menjadi lebih baik dan memungkinkan seseorang untuk menyesuaikan perilakunya yang bermasalah bagi diri sendiri dan orang lain.

Selanjutnya menurut Stewart dan Lewis, manajemen diri mengacu pada kemampuan individu untuk mengarahkan dan mengambil tindakan, bahkan ketika upaya itu sulit.³⁴ Manajemen diri merupakan strategi transformasi perilaku atau kelaziman yang melibatkan pengaturan diri dan pengamatan diri dalam bentuk manajemen diri dan harga diri.

Dari penjelasan definisi metode manajemen diri di atas, terlihat jelas bahwa peneliti cenderung setuju dengan pandangan Gina yang menyatakan bahwa teknik *self management* merupakan metode dimana seorang individu mengatur wataknya sendiri tanpa adanya paksaan dari luar ataupun bantuan dari orang lain.

Dari beberapa pendapat yang dijelaskan di atas, peneliti menemukan bahwa manajemen diri mengendalikan kemampuan individu untuk mengatur perilakunya, mendorong kemajuan, mengatur kemampuan semua individu, dan mencapai prestasi yang bagus serta kehidupan menjadi lebih sempurna.

³³ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), h.180.

³⁴ Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2014), h.151.

Menurut Gunarsa, metode self-management memiliki beberapa tahapan, diantaranya yaitu *self monitoring*, *self reward*, *self contracting*, dan *self control*.³⁵

1. Pemantauan diri (*self monitoring*)

Pada tahap ini, mereka yang mencari nasihat secara sadar mengamati dan mencatat perilaku mereka dengan cermat. Konselor perlu mempertimbangkan frekuensi, kesungguhan, serta waktu tindakan saat merekamnya. Pada proses ini, konselor melakukan pengamatan serta mencatat segala hal tentang dirinya sendiri serta interaksinya dengan lingkungan.

Menurut Cormier dalam Mochamad Nursalim pemantauan diri adalah proses dimana peserta didik memonitor serta merekam sesuatu tentang interaksi mereka dengan lingkungan.³⁶ Pemantauan diri diaplikasikan untuk menilai permasalahan sementara, karena dapat dijelaskan dengan data observasi tentang kebenaran dan transfigurasi dalam laporan secara lisan peserta didik tentang perilaku permasalahan.

Menurut Komalasari, dalam proses pemantauan diri ini, konselor biasanya melakukan pengamatan serta mencatat perilaku bermasalah (*antecedent*) dan membuahkan hasil.³⁷

2. *Self reward*

Digunakan untuk memberikan bantuan kepada individu dalam mengatur dan meningkatkan perilaku mereka melalui akibat dari penciptaan diri. *Self reward* adalah tahap dimana sikap dan *antecedent* berubah untuk memandu

³⁵ Gunarsa D Singgih, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Penerbit Libri, 2014), h. 203.

³⁶ Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling...*, h. 153.

³⁷ Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling...*, h. 10.

perilaku kearah yang diinginkan. Penghargaan ini dipakai untuk meningkatkan serta memperbaiki perilaku yang diinginkan.

Penghargaan diri juga digunakan untuk membantu konselor mengatur serta meningkatkan perilaku mereka melalui akibat dari penciptaan diri. Sebanyak perbuatan individu yang dikendalikan oleh hasil eksternal dihasilkan sendiri.³⁸ Perkiraan dasar dari teknik ini adalah, pada kenyataannya, imbalan yang ditawarkan sama dengan yang memajukan tujuan.

3. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*)

Kontrak dan juga kesepakatan dengan diri sendiri mengatur langkah perubahan perilaku dengan melihat hasil dan tujuan yang diinginkan. Ada beberapa tahapan dalam kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri ini. Artinya, konselor berencana untuk mengubah pikiran, tindakan, dan emosi yang mereka inginkan, konselor percaya pada apa pun yang ingin mereka ubah, dan konselor bekerja sama dengan teman dan keluarga dalam program manajemen sendiri, diri sendiri. konselor menanggung risiko dari apa yang dia lakukan. Pada dasarnya, segala sesuatu yang diharapkan konselor tentang transfigurasi pikiran, watak, serta emosi konseli itu sendiri, dan konseli adalah proses manajemen diri.³⁹

³⁸ Insan Suwanto, "Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK". VOL. 1, No. 1, Maret 2016.

³⁹ Nur Azizah Imran, *Penerapan Teknik Self Management untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa SMA Negeri 1 Sinjai*, (Jurnal), h. 10.

4. Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*)

Tahap menguasai stimulus merupakan langkah untuk menilai penerapan manajemen diri terhadap perilaku yang diinginkan di akhir periode. Teknik ini memprioritaskan pada pertahanan perilaku baru yang diinginkan.

Pengendalian diri merupakan suatu cara untuk menjalani kehidupan yang terkelola dengan baik. Pengendalian diri yaitu suatu cara untuk menjalani kehidupan yang lebih baik.⁴⁰

Dari beberapa tahapan teknik *self management* di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada empat tahap yang perlu dilakukan oleh konseli dalam melakukan teknik *self management* dan teknik tersebut harus betul-betul dilakukan dan dilaksanakan agar pelaksanaan layanan dengan teknik tersebut dalam berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan. Peneliti akan menerapkan beberapa tahapan-tahapan teknik *self management* kepada peserta didik dengan tujuan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik, diantaranya sebagai berikut:

a. Melakukan pemantauan diri

Waspada perilaku yang Anda amati dengan memantau dan mengamati aktivitas sehari-hari Anda, seperti perilaku yang ingin Anda ubah atau tingkatkan.

b. Mengimplementasikan strategi pengendalian diri

Menerapkan strategi manajemen diri seperti perencanaan lingkungan (perubahan perilaku) dan penugasan tugas. Rencana lingkungan ini meliputi

⁴⁰ Nurul Fauqan Nurin, “Efektivitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Kelas VII Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh”. Skripsi (Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry, 2019).

lingkungan keluarga, sekolah, serta lingkungan kegiatan bagi mereka yang mencari nasihat.

c. Pemograman

Pemograman internal dan eksternal. Perilaku pemrograman internal contohnya seperti memberikan pujian, kritik diri, dan juga memberikan kesan bahagia dan tidak puas dengan bentuk spiritual. Misalnya, perilaku eksternal melibatkan kontak tatap muka, tetapi jika Anda rajin belajar, Anda akan mendapatkan hasil yang memuaskan. Hal ini sangat efektif dalam membantu konselor mengubah perilaku mereka.

Perbedaan utama antara manajemen diri dan teknologi lainnya yaitu individu yang paling utama bertanggung jawab dalam mengatur serta mengimplementasikan program dengan tujuan supaya mendapatkan manfaat dari manajemen mandiri. Anda dapat menyesuaikan perilaku Anda sendiri dan sebagainya.

Sukadji, dikutip Komalasari, menjelaskan hal tersebut dalam penerapan teknik manajemen diri. Tanggung jawab untuk penyampaian layanan yang sukses terletak pada orang yang mencari nasihat. Penasihat berfungsi sebagai motivator untuk penghasil ide, fasilitator untuk membantu membentuk program, dan penasihat. Sebelum melakukan teknik *self management* seharusnya konseli memahami manfaat dari teknik *self management*.

Menurut Ratna, manfaat teknik manajemen diri merupakan: Dengan membantu individu mengendalikan diri, mereka dapat mengembangkan

pikiran, emosi, dan perilaku mereka secara optimal, dan dengan melibatkan mereka secara aktif, mereka dapat menciptakan rasa kebebasan. Dengan mengambil tanggung jawab penuh atas perubahan di luar kendali orang lain, itu disebabkan oleh upaya seseorang, dan perubahan permanen dapat menyebabkan seseorang menjalani kehidupan yang menentukan nasibnya sendiri tanpa dirinya sendiri.⁴¹

Saat menggunakan teknik manajemen diri, tanggung jawab untuk konsultasi yang berhasil terletak pada orang yang meminta nasihat. Penasihat bertindak sebagai pencetus ide, fasilitator untuk membantu membentuk program, dan memotivasi penasehat.⁴² Oleh Karena itu konseli harus bekerjasama dengan anggota kelompok dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami dengan cara bertukar pendapat ataupun saling memberikan masukan satu sama lain.

Dari beberapa manfaat di atas yang dikemukakan oleh Ratna peneliti dapat menyimpulkan bahwa sangat banyak manfaat dari teknik *self management* salah satunya adalah individu dapat mengelola perilakunya sendiri tanpa adanya bantuan dari orang lain dan juga individu mampu menjalani kehidupan yang sesuai dengan yang diarahkan sendiri tanpa bergantung kepada konselor.

Dalam melakukan teknik *self management* hal yang harus dipahami oleh konseli adalah prosedur teknik *self management*. Menurut Resminingsih dan

⁴¹ Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling*, (Yogyakarta: Depublish, 2013), h.59.

⁴² Monica, Mega Aria, dan Ruslan Abdul Gani, *Efektivitas Layanan 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*, No. 1, 2016.

Astuti dalam Ratna keberhasilan seseorang bergantung kepada kemampuan mengelola dirinya sendiri secara baik. Tahapan manajemen diri merupakan perencanaan diri, pengorganisasian diri, dan penilaian diri.⁴³ Fase *self-management* adalah *self-planning*, yaitu mampu mengorganisasikan rencana perilaku yang diubah menjadi lebih baik, *self-organization*, perubahan perilaku yang lebih baik, dan *self-assessment* yaitu strategi baru atau strategi baru untuk pemeliharaan yang tepat. Membuat rencana, tindakan.

E. Tujuan Teknik Self Management

Dalam membantu konseli konselor merancang program pemberdayaan, konselor memilih tujuan atau tindakan tujuan dengan cara yang memberi mereka kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas yang akan mengarah pada hasil yang diinginkan dan memenuhi hasil yang diharapkan. Teknik manajemen diri dimaksudkan untuk membantu konselor memecahkan masalah. Teknik ini lebih ditekankan pada penekanan perubahan perilaku konselor yang dianggap merugikan orang lain. Manajemen diri adalah upaya pribadi untuk merencanakan, memfokuskan, dan mengevaluasi kegiatan yang Anda lakukan.⁴⁴ Teknik manajemen diri memiliki kekuatan psikologis untuk mengarahkan seseorang dalam membuat keputusan dan mengambil keputusan dan menemukan cara yang ampuh untuk mencapai tujuan mereka.

⁴³ Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling...*, h.60.

⁴⁴ Insan Suwanto, *Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK*, Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia, Vol. 1 No, 1, Maret 2016.

Tujuan dari teknik manajemen diri yaitu untuk memungkinkan klien belajar dan mengendalikan perilaku mereka. Pengelolaan pikiran, perasaan, serta perilaku mengurangi yang buruk dan meningkatkan hal baik dan juga yang benar.⁴⁵ Tujuan dari teknik *self management* adalah untuk menjadikan individu menjadi lebih mandiri dalam mengelola diri dan juga menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi.

Teknik manajemen diri dimaksudkan untuk memberikan bantuan kepada konseli memecahkan permasalahan. Teknik ini ditekankan pada perubahan perilaku konseli yang dianggap merugikan orang lain. Manajemen diri adalah usaha pribadi dalam merencanakan, memfokuskan, dan mengevaluasi kegiatan yang Anda lakukan. Teknik manajemen diri memiliki kekuatan psikologis untuk mengarahkan individu dalam membuat keputusan serta mengambil keputusan dan menemukan cara yang ampuh untuk menggapai tujuan mereka.

Selanjutnya Mega Aria Monica dan Ruslan Abdul Gani juga menyatakan beberapa tujuan dari teknik manajemen diri merupakan proses mengatur perilaku seseorang yang sedang mempunyai masalah bagi dirinya sendiri serta orang lain.⁴⁶ Keterampilan manajemen diri dikaitkan dengan harapan bahwa konseli akan lebih aktif terlibat dalam proses pengobatan. Hal yang sama berlaku untuk kemampuan menyesuaikan dan mengendalikan diri.

⁴⁵ Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling...*, h.59.

⁴⁶ Mega Aria Monica, Ruslan Abdul Gani, *Efektivitas 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*, Vol.3, No 2, Mei 2016.

Dari beberapa tujuan di atas, peneliti telah menemukan bahwa teknik manajemen diri meningkatkan individu baik dari segi manajemen diri dan pemecahan masalah yang mereka hadapi untuk memenuhi harapan mereka.

F. Disiplin Belajar dan Urgensinya

Disiplin sangat penting bagi orang-orang sehingga harus terus diajarkan kepada individu. Jika Anda terus disiplin, itu akan menjadi kebiasaan makan nanti. Mereka yang berhasil dalam bidang ini adalah mereka yang disiplin, dan mereka yang gagal adalah mereka yang tidak disiplin. Untuk lebih jelasnya, berikut beberapa ahli yang memberikan pendapat tentang pentingnya disiplin belajar, yaitu: oleh Suharsimi Arikunto, Amir Danien Indrakusuma, Ahmad Rohani.

Menurut Suharsimi Arikunto, disiplin berkaitan dengan belajar mandiri dalam wujud aturan. Peraturan tersebut bisa diterapkan oleh orang-orang yang terkena dampak ataupun orang luar.⁴⁷ Setiap orang dituntut mempunyai kedisiplinan baik itu dalam pembelajaran maupun diluar pembelajaran, karena kunci kesuksesan adalah kedisiplinan.

Selanjutnya Amir Danien Indrakusuma juga mengemukakan bahwa Disiplin adalah kesediaan untuk mematuhi perintah dan larangan tanpa paksaan.⁴⁸ Disiplin disini maksudnya kesediaan individu dalam mematuhi peraturan dan

⁴⁷ Suharsimi Arikunto, *Manajemen Pengajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), h.114.

⁴⁸ Retmono Jazib Prasojo, *Pengaruh Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran IPS*, Vol 2, No, 1, November 2014.

larangan yang berlaku, disiplin juga terbentuk dari keinginan diri sendiri tanpa adanya paksaan orang luar.

Pendapat lain yang dikemukakan oleh Ahmad Rohani dalam buku pengajaran berpendapat bahwa Disiplin mencakup semua jenis pengaturan yang telah ditunjukkan untuk membantu setiap siswa menghadapi dan beradaptasi dengan lingkungan. Penting juga untuk mengatur persyaratan lingkungan yang dibebankan pada siswa.⁴⁹ Setiap peserta didik dituntut mempunyai kedisiplinan untuk mencapai kesuksesan dimasa depan. Peserta didik yang memiliki kedisiplinan mereka adalah calon pemimpin masa depan, karena kedisiplinan merupakan pendorong seseorang dalam meraih dan menggapai apa yang dicita-citakan dan dan yang diimpikan.

Berdasarkan penjelasan disiplin di atas, peneliti lebih setuju dengan pendapat Ahmad Rohani yaitu disiplin mencakup segala macam peraturan yang telah ditunjukkan untuk membantu peserta didik bertemu dan beradaptasi dengan lingkungannya. Dengan adanya kedisiplinan peserta didik supaya menjadi contoh dan panutan bagi peserta didik lainnya.

Dari beberapa pendapat di atas peneliti menyimpulkan bahwa disiplin merupakan kepatuhan individu dalam mematuhi setiap peraturan yang berlaku, baik itu peraturan yang berlaku disekolah maupun dilingkungan masyarakat. Setiap individu dituntut mempunyai kedisiplinan untuk memudahkan mereka dalam mencapai kesuksesan. Disiplin yang dimaksud disini adalah disiplin dalam pembelajaran.

⁴⁹ Ahmad Rohani, *Pengelolaan Pengajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h. 133-134.

Belajar adalah suatu proses yang diberikan oleh guru dalam mengajar peserta didik untuk memperoleh serta memproses ilmu pengetahuan, keterampilan dan juga sikap.⁵⁰ Pembelajaran merupakan proses dimana peserta didik menuntut ilmu pengetahuan baik itu disekolah maupun diluar sekolah.

Belajar disiplin adalah gabungan dari dua kata, yaitu disiplin dan juga belajar. Disiplin berasal dari kata disiplin dengan awalan-dan akhiran -an. Dalam kamus bahasa Indonesia artinya taat yaitu ketaatan pada aturan, peraturan, dan lain-lain.⁵¹ Kedisiplinan belajar merupakan bentuk kedisiplinan dalam pembelajaran, artinya setiap individu harus memiliki kedisiplinan untuk mencapai kesuksesan. Kedisiplinan yang disebutkan disini adalah bagaimana peserta didik disiplin datang kesekolah, disiplin mengerjakan tugas dan disiplin saat guru mengajar dalam ruangan kelas.

Menurut E. Mulyasa, disiplin belajar merupakan keadaan tertib di mana individu (peserta didik) terlibat dalam proses belajar sadar diri, tidak wajib dan mengikuti aturan yang ditetapkan baik tertulis maupun tidak tertulis.⁵² Kedisiplinan belajar disini mencakup bagaimana peserta didik dalam proses mengikuti tata tertib di sekolah, baik itu didalam ruangan kelas maupun diluar ruangan kelas.

⁵⁰ Dimayanti dan Mujidno, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), h. 157.

⁵¹ Tim Penyusun Kamus Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1997), h. 664.

⁵² E. Mulyasa, *Kurikulum Berbasis Kompetensi*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), h. 108.

Selanjutnya Menurut Siska, disiplin belajar juga diartikan sebagai kondisi belajar yang diciptakan dan dibentuk oleh serangkaian sikap proses serta perilaku peserta didik yang menunjukkan nilai ketaatan, ketaatan, kesetiaan, serta keteraturan.⁵³ Kedisiplinan tidak akan terbentuk begitu saja jika seseorang tidak membentuknya, kedisiplinan akan muncul dan akan ada jika memang seseorang tersebut mau mengubah perilakunya dari tidak disiplin menjadi disiplin.

Dari penjelasan kedisiplinan belajar di atas cenderung setuju dengan pendapat Siska yang berpendapat bahwa kedisiplinan belajar adalah serangkaian sikap dan perilaku peserta didik yang menunjukkan nilai ketaatan, ketaatan, kesetiaan, ketertiban dan ketertiban, yang dilakukan sendiri oleh siswa tanpa paksaan.

Dari berbagai definisi disiplin belajar di atas, peneliti menyimpulkan bahwa pengembangan sikap dan perilaku peserta didik dalam kegiatan pembelajaran di sekolah membantu tercapainya tujuan, termasuk kegiatan pembelajaran yang efektif. Semoga dapat memfasilitasi proses pembelajaran yang bermanfaat bagi peserta didik.

Saat ini, banyak guru dan orang tua memperlakukan kasus yang sama secara berbeda, sehingga siswa dan pendidik sering tidak tahu apa aturannya atau apa yang harus dipertimbangkan saat melanggarnya. Padahal, untuk memenuhi rasa aman, siswa membutuhkan kedisiplinan dengan instruksi dan peraturan yang secara rutin menanamkan rasa perlindungan untuk kesejahteraan mereka.

⁵³ Siska Yuliantika, *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar Siswa*, Vol, 9, No. 1, Maret 2017.

Untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar peserta didik, diperlukan indeks disiplin belajar yang dikemukakan oleh Moenir dalam kaitannya dengan indeks yang dapat mengukur tingkat disiplin belajar peserta didik berdasarkan keputusan disiplin waktu dan juga disiplin perilaku.

1. Disiplin waktu,

Disiplin waktu meliputi: Tepat waktu dalam belajar, tidak bolos saat jam pelajaran/tidak meninggalkan kelas, menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.

2. Disiplin perbuatan, meliputi:

Disiplin perbuatan meliputi: Tidak malas dalam belajar, tidak suka berbohong, tidak memerintahkan orang lain bekerja demi kepentingan dirinya, patuh dan tidak menentang peraturan yang berlaku, perilaku yang menyenangkan, yaitu tidak menyontek, tidak ribut, serta tidak mengganggu teman yang sedang belajar.⁵⁴

Disiplin sebenarnya proses mencegah dan meningkatkan perilaku dalam hal pencegahan apa saja yang dicapai melalui latihan, dengan kata lain, kemampuan untuk mengontrol dan menghasilkan perilaku melalui latihan. Tapi itu juga bisa menggunakan hukuman untuk tujuan memperbaiki perilaku.⁵⁵ Sekarang begitu banyak orang tua yang menggunakan kekerasan atau mengancam dengan hukuman fisik sebagai solusi atas masalah perilaku buruk anak-anak mereka. Ketika anak-anak menerima hukuman fisik dan dihukum karena

⁵⁴ Moenir, *Masalah-Masalah dalam Belajar...*, h. 96.

⁵⁵ Rahmi Abdullah, *Urgensi Disiplin dalam Pembelajaran*, Vol. 3, No.1, 2015.

pengalaman yang bertahan lama, mereka cenderung memperlakukan mereka seolah-olah mereka adalah orang tua atau guru seperti mereka masih anak-anak.

Selanjutnya Harold W. Bernard mengemukakan manfaat disiplin diri/disiplin. Singkatnya, meyakinkan anak dengan memahami apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan untuk membantu anak agar anak terhindar dari rasa bersalah karena malu karena perilaku yang tidak pantas. Membawa pujian, memotivasi atau mendorong tercapainya keinginan seseorang, disiplin membantu menumbuhkan hati nurani.⁵⁶

Berdasarkan dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan dalam penelitian disini merupakan kedisiplinan belajar, dimana setiap peserta didik dituntut mempunyai kedisiplinan belajar yang bagus dan benar. Setiap peserta didik wajib mengikuti peraturan yang berlaku terutama peraturanyang berlaku disekolah, saat peserta melakukan kesalahan nanti aka nada sanksi yang akan diberikan oleh guru dengan tujuan untuk memperbaiki perilaku dan tingkah laku peserta didik menjadi lebih baik.

Menurut Aunurrahman ada beberapa ciri-ciri ketidaksiplinan belajar yang umum dijumpai jumpai pada sejumlah peserta didik, seperti: Sering datang terlambat, tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, bolos pada jam pelajaran, ribut dalam ruangan kelas, belajar tidak teratur, belajar ketika hendak ulangan atau ujian, tidak mempunyai catatan pelajaran yang lengkap

⁵⁶ Harold W. Bernard, *Mental Health in The Classroom*, (New York: McGraw-Hill Book Company, 1990), h.389.

di kelas, tidak memiliki dorongan dalam memperkaya materi pelajaran, suka mencontek, serta merokok.⁵⁷

G. Faktor-Faktor Kedisiplinan Belajar

Kegiatan belajar adalah kegiatan yang mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku yang berhubungan dengan kemajuan. Disiplin juga mempengaruhi hasil belajar. Hal ini dapat diterapkan pada peserta didik yang mempunyai tingkat kedisiplinan yang tinggi, belajar dengan baik dan juga teratur, serta berlatih dengan baik. Suatu kegiatan yaitu suatu proses atau kegiatan yang diimplikasikan oleh banyak faktor.

Ada banyak faktor yang sangat berpengaruh terhadap disiplin belajar: faktor eksternal individu dan internal.

1. Faktor dari (eksternal) Luar Diri Peserta Didik

a. Faktor Sosial

Faktor sosial seperti: lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, serta lingkungan kelompok. Peserta didik yang hidup dalam lingkungan yang tertib secara alami mengikuti aturan-aturan yang ada di lingkungannya.

b. Faktor Non Sosial

Faktor non sosial seperti: kondisi udara, suhu, waktu, lokasi dan tidak ada alat yang digunakan untuk kegiatan belajar. Peserta didik dengan lokasi belajar yang diatur dan buku pelajaran yang mendukung pelajaran cenderung belajar dengan lebih disiplin.

⁵⁷ Aunurrahman, *Belajar dan Pembelajaran*, (Bandung: Alfabeta, 2010), h. 185.

2. Faktor yang Berasal dari dalam Diri (internal) Peserta Didik

a. Faktor Fisiologis

Faktor fisiologis meliputi pendengaran, penglihatan, kebugaran jasmani, kelelahan, kekurangan gizi, kurang tidur, dan juga penyakit.

b. Faktor Psikologis

Faktor psikologis tidak hanya meliputi minat, bakat, motivasi, dan konsentrasi, tetapi juga kemampuan kognitif yang berdampak signifikan terhadap bidang pembelajaran.⁵⁸

Menurut Amri, tingkat kedisiplinan individu dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor ini meliputi: Anak itu sendiri, sikap pendidik, lingkungan, faktor tujuan.⁵⁹

Faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar di atas menunjukkan bahwa peserta didik itu sendiri dengan lingkungannya, serta kurangnya pemantauan yang dilakukan oleh orang tua atau guru yang dapat mempengaruhi disiplin belajar

Berdasarkan beberapa faktor di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada dua faktor yang berpengaruh signifikan terhadap bidang pembelajaran yaitu faktor dalam peserta didik dan faktor luar peserta didik. Unsur-unsur tersebut memegang peranan yang penting dan sangat dibutuhkan saat kegiatan

⁵⁸ Dimiyanti dan Mudjino, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), h. 260.

⁵⁹ Kaminudin Telaumbanua, *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Lahusa*, Vol 4, No 1, April 2018.

pembelajaran. Ada dua keseimbangan yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang baik dan optimal dalam proses pembelajaran.

H. Fungsi dan Macam-Macam Kedisiplinan Belajar

Disiplin belajar sangat baik bagi peserta didik. Dengan adanya disiplin belajar, peserta didik menjadi lebih taat dan patuh saat belajar, mengajar dan belajar secara bertanggung jawab.

Tu'u mengemukakan beberapa fungsi dari disiplin belajar, diantaranya yaitu sebagai berikut: Disiplin menciptakan sikap dan tanggung jawab bagi peserta didik dan mendorong mereka untuk mendapatkan hasil belajar yang memuaskan nantinya. Peserta didik yang disiplin, sebaliknya, akan menghambat hasil yang mereka capai. Tanpa adanya disiplin diri peserta didik, suasana kelas kurang terpacu ketika kegiatan pembelajaran sedang berlangsung. Disiplin membantu membentuk kesadaran yang tenang dan teratur dalam proses belajar. Orang tua mengharapkan sekolah dan lembaga informal membimbing nilai dan norma tindakan pendisiplinan sesuai nilai kehidupan masyarakat. Kedisiplinan belajar yaitu suatu tindakan yang harus dilaksanakan oleh peserta didik untuk melaksanakan proses belajar guna mencapai keberhasilan belajar.⁶⁰

Dari beberapa fungsi di atas peneliti menyimpulkan bahwa sangat banyak fungsi dari kedisiplinan belajar peserta didik, salah satunya yaitu peserta didik dapat meraih kesuksesan dalam belajar dan dengan adanya kedisiplinan belajar akan mendorong peserta didik mendapatkan hasil pembelajaran yang memuaskan.

⁶⁰ Tulus Tu'u, *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*, (Jakarta: Grasindo, 2004), h. 48.

Kedisiplinan belajar adalah sesuatu yang wajib dimiliki oleh semua peserta didik, dikarenakan dengan adanya kedisiplinan maka proses pembelajaran akan berjalan sesuai dengan apa yang diinginkan dan diharapkan. Dalam kedisiplinan belajar terdapat beberapa macam kedisiplinan yang perlu kita ketahui yang nantinya akan menjadi panutan bagi setiap individu supaya memiliki kedisiplinan belajar yang baik dan benar. Berikut adalah beberapa macam kedisiplinan belajar, yaitu:

1. Dapat mengatur waktu belajar

Waktu adalah kumpulan waktu atau tindakan saat proses keadaan terjadi. Waktu juga merupakan waktu tertentu dalam melakukan sesuatu. Manajemen waktu sama halnya dengan membuat rencana belajar sendiri. Rencana pembelajaran berbasis sekolah dikoordinasikan di sekolah, dan rencana pembelajaran di luar sekolah dilakukan di rumah. Oleh karena itu, peserta didik perlu mengembangkan rencana belajar yang baik dengan cara sebagai berikut: Yaitu, hitung waktu harian, selidiki dan tentukan waktu yang tersedia per hari, dan rencanakan serta tentukan jenis mata pelajaran urutan yang perlu Anda pelajari.

2. Rajin dan teratur belajar

Rajin artinya bahagia, sering terus menerus dan serius. Berulang artinya ada waktu dan jadwal tertentu yang dikerahkan. Sikap teratur serta kerja keras tidak hanya terjadi, tetapi berasal dari usaha dan latihan membiasakannya. Kegiatan pembelajaran dianggap sangat penting demi mencapai suatu kesuksesan oleh karena itu peserta didik harus rajin dan bersungguh-sungguh

dalam belajar. Melalui belajar, dapat mengembangkan potensi diri dan mempersiapkan diri menuju masa depan.

3. Perhatian di kelas

Perhatian adalah sikap dan perilaku untuk melihat, mendengar, dan menanggapi sesuatu dengan sungguh-sungguh. Ketika mengajar di kelas, perhatian peserta didik harus terfokus kepada guru mata pelajaran yang mereka ajarkan. Jika Anda tidak mengikutinya dengan cermat, kegiatan belajar Anda tidak akan dilakukan secara maksimal. Saat proses pembelajaran sedang berlangsung yang paling penting dilakukan oleh peserta didik adalah perhatian, dimana mereka harus memperhatikan guru mata pelajaran yang sedang menjelaskan di depan agar mereka mengerti dengan apa yang dijelaskan oleh guru mata pelajaran tersebut, tetapi begitu juga sebaliknya apabila peserta didik tidak memusatkan perhatiannya kepada guru yang sedang menjelaskan materi maka tidak akan paham terhadap materi yang disampaikan oleh guru tersebut.

4. Ketertiban diri saat belajar di kelas

Kelas yang bermanfaat untuk kegiatan belajar adalah suasana yang aman dan tertib, dan siswa di dalam kelas diharapkan dapat menjaga ketertiban dan ketenangan di dalam kelas. Jika siswa tertib di dalam kelas, maka pelajaran menjadi tenang dan sebaliknya. Ketertiban itu adalah hal yang sangat penting dikarenakan peserta didik tidak akan fokus belajar jika ruangan kelas tidak tertib.

Dari beberapa macam-macam kedisiplinan belajar di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada beberapa hal yang perlu diperhatikan peserta didik saat belajar. Artinya mampu mengatur waktu belajar, rajin dan teratur, mampu memusatkan perhatian selama proses pembelajaran di kelas, dan mampu mengatur diri sendiri saat belajar di kelas.⁶¹



⁶¹ Tulus Tu'u, *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa...*, h. 104-107.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode penelitian penulis memakai jenis penelitian campuran (*mixed methods*). Creswell dalam buku Sugiyono mengemukakan bahwa “*Mixed Methods is an approach to inquiry that combines or associated both qualitative quantitative from of research*”. Metode majemuk merupakan penelitian yang menghubungkan dua metode yaitu penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam kombinasi.⁶² Karena menyajikan studi numerik untuk melihat variabel apa saja yang ada dalam efektivitas layanan konseling kelompok yang memakai teknik manajemen diri untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik. Serta memakai deskriptif karena peneliti bertujuan untuk menggambarkan kondisi variabel layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.

Menurut Sugiyono penelitian kuantitatif disebut dengan metode positivis dikarenakan didasari pada filosofi positivis. Cara ini bersifat ilmiah karena sudah memenuhi prinsip ilmiah yang nyata/benar, pasti, terukur, logis dan teratur. Metode ini dikatakan kuantitatif karena data survei berupa angka-angka dan analisis datanya memakai statistik.⁶³

⁶² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h.19.

⁶³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi ...*, h. 7.

Penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang menghasilkan data seperti bahasa tertulis ataupun lisan dari orang-orang yang perilakunya dapat diamati. Penelitian kualitatif mempunyai tujuan untuk memahami peristiwa yang sedang dialami oleh konseli, seperti: watak, penerimaan, motif, dan perilaku.⁶⁴

Peneliti memilih metode penelitian campuran karena ada dua metode. Disini dipilih metode kualitatif untuk menegaskan urgensi pembelajaran bagi peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara, dan bagaimana penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara, sedangkan penggunaan metode kuantitatif digunakan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Data kualitatif dapat diperoleh dengan melakukan wawancara sedangkan data kuantitatif dapat diperoleh dengan membagikan kuesioner menggunakan *One Group Pre-Test Post-Test-Design* artinya membandingkan keadaan (*pre test*) yaitu sebelum diberi perlakuan dan (*post test*) yaitu setelah diberi perlakuan.

⁶⁴ Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Cipta Rosdakarya, 2006), h. 157.

Desain tersebut dapat digambarkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 3.1
Desain Penelitian *Pre-Test Post-Test*

Tes Awal (<i>Pre-Test</i>)	Perlakuan (<i>Treatment</i>)	Tes Akhir (<i>Post-Test</i>)
O ₁	X	O ₂

Sumber: Sugiyono, *Metodelogi Penelitian Pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif,*

dan R&D.

Keterangan:

O₁ : Pemberian tes awal (*pre-test*)

X : Perlakuan (*treatment*)

O₂ : Tes akhir (*post-test*)

B. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi merupakan domain gagasan yang terdiri dari objek/subyek yang memiliki ciri serta karakter tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti dan kemudian menarik menyimpulkan.⁶⁵ Oleh karena itu, populasi adalah jumlah total data yang relevan bagi kita dalam rentang dan durasi yang kita tentukan.

Populasi pada penelitian ini adalah semua peserta didik kelas XI yang ada di SMAN 2 Kluet Utara. Dengan total kelas sebanyak 4 (kelas) dengan jumlah peserta didik yaitu 67 peserta didik. Kelas XI dipilih karena merupakan kelas yang paling cocok untuk peneliti dalam melakukan penelitian. Kelas XI sedang berada pada tahapan pengenalan terhadap lingkungan sekolah dan juga masih

⁶⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi...*, h. 117.

berada dalam tahapan transisi dari masa SMP, sedangkan kelas XII mereka akan fokus belajar untuk menghadapi ujian nasional.

Table 3.2
Jumlah Populasi

Kelas	Perempuan	Laki-Laki	Total
XI Mia ¹	10	8	18
XI Mia ²	11	5	16
XI Iis ¹	9	9	18
XI Iis ²	5	10	15
Total	35	32	67

Sumber: Data Siswa SMAN 2 Kluet Utara

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi yang diekstraksi dengan cara tertentu serta memiliki karakter tertentu yang berbeda serta lengkap, yang dianggap mewakili populasi. Sampel dianggap mewakili populasi yang hasilnya mewakili keseluruhan gejala yang akan diamati.⁶⁶ Sampel adalah bagian dari karakteristik populasi.⁶⁷

Untuk pengambilan sampel survei oleh Arikunto, Anda perlu mendapatkan semuanya jika Anda memiliki subjek kurang dari 100, dan Anda bisa mendapatkan 10-15% atau 20-25% atau lebih jika Anda memiliki subjek

⁶⁶ Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Statistik 2 (Statistik Inferensi)*, Cet-2, (Jakarta: Bumi Aksara, 2003), h.84.

⁶⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h. 84.

besar atau lebih dari 100 subjek.⁶⁸ Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode purposive sampling yaitu pengambilan sampel yang ditargetkan berdasarkan hasil pertimbangan tertentu. Pertimbangannya yaitu peserta didik dengan tingkat kedisiplinan belajar terendah akan dijadikan sampel penelitian. Sampel penelitian dengan nilai *pre-test* terendah akan mendapatkan layanan konseling kelompok. Dalam penelitian ini peneliti memilih sampel 10-15% dari populasi, yaitu sebanyak 10 orang sampel (5 perempuan dan 5 laki-laki), sehingga mencapai batas maksimal untuk melakukan layanan konseling kelompok. Alasan peneliti hanya mengambil 10 saja karena berdasarkan kriteria kedisiplinan belajar peserta didik disekolah tersebut, adapun kriteria atau penetapan yang akan digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini adalah:

- a. Sering tiba lambat kesekolah
- b. Tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran
- c. Bolos saat jam pelajaran
- d. Sering mengganggu teman sekelas saat guru sedang menjelaskan materi pelajaran
- e. Ribut

Penelitian ini juga menggunakan sampel kualitatif dengan mewawancarai enam orang peserta didik Kelas XI dan satu orang guru BK.

⁶⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek...*, h. 112.

C. Instrumen Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto merupakan instrumen yang dipilih dan akan digunakan peneliti dalam kegiatan pengumpulan, dan kegiatan ini difasilitasi secara teratur.⁶⁹ Sedangkan menurut Sugiyono instrument pengumpulan data merupakan alat pengumpulan data untuk menilai peristiwa alam dan sosial yang akan diamati.⁷⁰ Instrumen yang digunakan peneliti penelitian adalah skala likert. Skala Likert diaplikasikan untuk mengukur sikap, tanggapan serta pendapat individu atau kelompok orang tentang peristiwa sosial. Skala likert untuk penelitian ini berupa *checklist*. Masing-masing elemen soal instrumen didasarkan pada indeks disiplin belajar peserta didik. Kisi-kisi instrumen kedisiplinan belajar dan pelatihan peserta didik, seperti tergambar berikut ini:

Tabel 3.3

Kisi-kisi instrument dibawah ini berdasarkan teori Moenir

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Pernyataan		Total
			Favorable	Unfavorable	
Disiplin Belajar	Disiplin Waktu	1. Tepat waktu dalam belajar, yang mencakup datang, pulang sekolah tepat waktu, dan Selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran sesuai	1, 5, 9, 41, 49	2, 7, 13, 29, 32	10

⁶⁹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek...*, h. 134.

⁷⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi...*, h. 92.

		dengan jadwal yang telah ditetapkan			
		2. Rajin belajar, yaitu tidak bolos/meninggalkan kelas saat jam pelajaran	4, 6, 26, 28, 30, 31, 33, 44, 45	3, 14, 21, 34, 35, 40	15
Disiplin Perbuatan		1. Patuh dan tidak menentang peraturan yang berlaku disekolah	8, 10, 15, 18	11, 27, 38, 39, 50	9
		2. Tingkah laku yang menyenangkan, yaitu tidak suka berbohong, tidak mencontok, tidak ribut, dan tidak mengganggu teman yang sedang belajar	12, 17, 20, 37, 42, 43, 48	16, 19, 22, 23, 24, 25, 36, 46, 47	16
Jumlah Total Keseluruhan					50

Tabel 3.4

Kategori Pemberian Skor Alternatif Jawaban

No	Pilihan Jawaban	Bobot Nilai	
		Favorable (+)	Unfavorable (-)
1	Sangat Sering (SS)	4	1
2	Sering (S)	3	2
3	Kadang-Kadang (KK)	2	3
4	Tidak Pernah (TP)	1	4

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah ukuran yang memperlihatkan tingkatan kebenaran atau keshalihan suatu instrumen. Instrumen dikatakan benar atau shahih apabila memiliki tingkat validitas yang tinggi, begitupun sebaliknya, instrumen yang

tidak shahih berarti memiliki validitas yang rendah. Valid artinya instrumen tadi bisa dipakai untuk mengukur apa yg seharusnya diukur.⁷¹

Berikut ini merupakan rumus korelasi manual yang bisa digunakan yaitu menggunakan rumus korelasi *product moment*. Rumus tersebut yaitu:

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

Keterangan: $(\sum X)^2$

r_{xy} : Koefesien Korelasi antara x dan y

X: Skor butir

Y: Skor total

N: Ukuran data

Selanjutnya, hasil dari perhitungan validitas tersebut dianalisis dengan memakai tabel koefisien korelasi yaitu apabila r hitung $\geq r$ tabel (uji dua sisi dengan signifikan 0,05) maka instrumen tersebut berkorelasi signifikan terhadap skor total dan kemudian dinyatakan valid. Begitupun sebaliknya, apabila r hitung $\leq r$ tabel (uji dua sisi dengan signifikan 0,05) maka instrumen tersebut tidak berkorelasi signifikan terhadap skor total, artinya instrumen tersebut dinyatakan tidak valid.

⁷¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek...*, h. 211.

Tabel 3.5
Hasil Uji Validitas Kedisiplinan Belajar

NO PERNYATAAN	R HITUNG	R TABEL	KESIMPULAN	KETERANGAN
1	0,820	0,361	Valid	Dipakai
2	0,844	0,361	Valid	Dipakai
3	0,860	0,361	Valid	Dipakai
4	0,758	0,361	Valid	Dipakai
5	0,794	0,361	Valid	Dipakai
6	0,727	0,361	Valid	Dipakai
7	0,773	0,361	Valid	Dipakai
8	0,706	0,361	Valid	Dipakai
9	0,744	0,361	Valid	Dipakai
10	0,758	0,361	Valid	Dipakai
11	0,792	0,361	Valid	Dipakai
12	0,783	0,361	Valid	Dipakai
13	0,876	0,361	Valid	Dipakai
14	0,891	0,361	Valid	Dipakai
15	0,794	0,361	Valid	Dipakai
16	0,875	0,361	Valid	Dipakai
17	0,790	0,361	Valid	Dipakai
18	0,792	0,361	Valid	Dipakai
19	0,831	0,361	Valid	Dipakai
20	0,814	0,361	Valid	Dipakai
21	0,800	0,361	Valid	Dipakai
22	0,802	0,361	Valid	Dipakai
23	0,893	0,361	Valid	Dipakai
24	0,810	0,361	Valid	Dipakai

25	0,866	0,361	Valid	Dipakai
26	0,805	0,361	Valid	Dipakai
27	0,861	0,361	Valid	Dipakai
28	0,867	0,361	Valid	Dipakai
29	0,848	0,361	Valid	Dipakai
30	0,776	0,361	Valid	Dipakai
31	0,767	0,361	Valid	Dipakai
32	0,814	0,361	Valid	Dipakai
33	0,831	0,361	Valid	Dipakai
34	0,813	0,361	Valid	Dipakai
35	0,804	0,361	Valid	Dipakai
36	0,714	0,361	Valid	Dipakai
37	0,748	0,361	Valid	Dipakai
38	0,784	0,361	Valid	Dipakai
39	0,839	0,361	Valid	Dipakai
40	0,807	0,361	Valid	Dipakai
41	0,752	0,361	Valid	Dipakai
42	0,796	0,361	Valid	Dipakai
43	0,855	0,361	Valid	Dipakai
44	0,853	0,361	Valid	Dipakai
45	0,810	0,361	Valid	Dipakai
46	0,848	0,361	Valid	Dipakai
47	0,801	0,361	Valid	Dipakai
48	0,780	0,361	Valid	Dipakai
49	0,768	0,361	Valid	Dipakai
50	0,911	0,361	Valid	Dipakai

Sumber : *Output SPSS For Windows* versi 20

Dari tabel di atas maka dapat disimpulkan, dari 50 pernyataan sesudah di periksa validitasnya semua pernyataan dapat digunakan dalam penelitian karena dari 50 pernyataan di atas valid. Adapun hasil valid dan tidak valid ditunjukkan pada tabel 3.6 dibawah ini, yaitu:

Tabel 3.6
Hasil Validitas dan Non Validitas Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable*

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

2. Reliabilitas Instrumen

Instrumen reliabilitas merupakan alat yang dipakai berulang kali untuk mengukur hal yang sama, dan menghasilkan data yang sama pula.⁷² Reliabilitas yaitu kesesuaian atau kesetimbangan jumlah suatu instrument penelitian pada orang yang sama, tetapi diberikan dalam kurung waktu yang berbeda.

Berkaitan dengan hal tersebut untuk menguji reliabilitas instrument peneliti memakai *Cronbach's Alpha* dengan rumus berikut ini:

⁷² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi...*, h. 173.

$$r_x = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

r_x : Reabilitas yang dicari

n: Jumlah item pertanyaan

$\sum \sigma_t^2$: Jumlah varian skor item

σ_t^2 : varian total

Interpretasi berkenaan dengan besarnya koefesien reabilitas bisa dilihat pada tabel 3.7 berikut ini:

Tabel 3.7
Interval Koefesien Derajat Reabilitas

<i>Cronbach Alpha</i>	Reabilitas
0,00-0,199	Sangat Rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

Sumber : (Sugiyono, 2009)

Tabel di atas merupakan tabel yang memperlihatkan tingkat untuk mengukur reliabilitas, apakah hasil yang diperoleh valid/shahih ataupun tidak. Berikut adalah tabel yang diperoleh dari hasil penelitian berdasarkan data yang sudah dimasukkan ke dalam aplikasi SPSS *For Windows* versi 20.

Tabel 3.8
Hasil Uji Reliabilitas Kedisiplinan Belajar

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items	Keterangan
Kedisiplinan Belajar	,990	50	Sangat Kuat

Sumber : *Output SPSS For Windows* versi 20

Berdasarkan hasil tabel di atas terlihat jelas nilai *Cronbach's Alpha* sebesar ,990 (N=50), maka berdasarkan tolak ukur untuk menginterpretasikan derajat reliabilitas dikatakan sangat kuat. Maka item-item pernyataan yang telah valid tersebut bisa digunakan dalam penelitian.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini memakai metode sekuensial campuran (*sequential mixed methods*) khususnya cakupan penemuan sekuensial. Ruang lingkup penemuan sekuensial adalah salah satu strategi penelitian kompleks yang dimulai dengan pengumpulan data dan analisis data, dengan penelitian kualitatif sebagai langkah pertama, dan kemudian dengan penelitian kuantitatif.

Saat pengumpulan data kualitatif peneliti melakukan wawancara dengan 6 orang peserta didik terdiri dari 3 laki-laki dan 3 perempuan. Saat mengumpulkan data kuantitatif peneliti menyebarkan angket berupa pertanyaan dan pernyataan tersebut berkenaan dengan kedisiplinan belajar.

1. Angket/Kuesioner

Kuesioner adalah teknik megumpulkan data yang dilakukan dengan cara menyajikan serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab

oleh responden.⁷³ Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa angket merupakan alat pengumpulan data berupa pertanyaan atau pernyataan tertulis dan harus diisi oleh responden untuk mendapatkan informasi yang berkenaan dengan permintaan data yang dikumpulkan. Butir-butir pertanyaan dalam angket tidak dimaksudkan untuk menguji kemampuan responden tetapi pertanyaan-pertanyaan dalam angket tersebut dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi dari responden.

Penelitian ini memakai skala Likert untuk mengukur kedisiplinan belajar peserta didik. Skala merupakan alat penelitian yang digunakan dalam skala likert yang kemudian diimplementasikan dalam bentuk *checklist*. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok individu terhadap fenomena sosial. Respon terhadap setiap instrumen yang memakai skala Likert memiliki hierarki dari sangat positif hingga sangat negatif, yang dapat dinyatakan dengan kata-kata dan kemudian diberi peringkat. Sebagai contoh:

Tabel 3.9
Skor Alternatif Jawaban

Pertanyaan positif		Pertanyaan negatif	
Alternatif jawaban	Skor	Alternatif jawaban	Skor
Sangat sering	4	Sangat sering	1
Sering	3	Sering	2
Kadang-Kadang	2	Kadang-Kadang	3

⁷³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi ...*, h. 19.

Tidak Pernah	1	Tidak Pernah	4
--------------	---	--------------	---

2. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui pengamatan, disertai dengan catatan tentang kondisi atau perilaku khalayak sasaran.⁷⁴

Menurut Nana Sudjana, observasi merupakan pengamatan atau pencatatan secara sistematis terhadap fenomena yang diteliti.⁷⁵ Teknik observasi yaitu pengamatan sistematis dan pencatatan fenomena yang akan dipelajari. Artinya, pengamatan tersebut tidak terbatas pada pengamatan yang dilakukan secara langsung ataupun tidak langsung.

Jenis observasi yang akan dilakukan peneliti dalam penelitian ini yaitu: observasi *nonparticipating* (penulis tidak ikut/tidak melihat secara langsung kegiatan yang akan diamati), observasi terstruktur (dengan memberikan komentar penulis mengacu pada petunjuk-petunjuk yang disiapkan dalam sebelumnya oleh penulis).

3. Wawancara

Wawancara adalah sistem pengumpulan data yang melibatkan pengajuan pertanyaan secara langsung kepada pihak yang berwenang tentang suatu permasalahan.⁷⁶ Menurut Lexi J Meleong wawancara merupakan percakapan

⁷⁴ Abdurrahman Fatoni, *Metodelogi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2011), h. 104.

⁷⁵ Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian*, (Bandung: Sinar Baru, 1989), h. 84.

⁷⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek...*, h. 231.

dengan maksud khusus. Percakapan dilakukan oleh dua pihak yaitu, pewawancara (yang mengajukan pertanyaan) dan yang diwawancarai (yang menjawab pertanyaan).⁷⁷ Wawancara dilakukan untuk mengetahui jawaban tentang pertanyaan seputar kedisiplinan belajar peserta didik yang ada di sekolah tersebut.

4. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah terjadi. Dokumentasi bisa berupa artikel, gambar ataupun karya monumental bagi seorang individu.⁷⁸ Dalam penelitian ini, peneliti juga memakai ataupun menggunakan dokumentasi untuk menunjukkan bahwa peneliti benar-benar telah melakukan penelitian. Dokumentasi merupakan teknik yang dipakai untuk mengumpulkan data tentang hal atau variabel yang berbentuk gambar ataupun foto serta catatan dari laporan orientasi bimbingan di SMAN 2 Kluet Utara.

E. Teknik Analisis Data

Analisis data juga adalah pengorganisasian data ke dalam model dasar untuk menemukan jawaban atas tujuan penelitian.⁷⁹ Analisis data adalah kegiatan sesudah data dari keseluruhan responden atau sumber lain terkumpul. Analisis data adalah upaya untuk meneliti dan mengorganisasikan data secara sistematis dari hasil kuesioner yang telah disebar dan wawancara yang sudah dilakukan.

⁷⁷ <https://www.gurupendidikan.co.id/8-jenis-bentuk-dan-pengertian-wawancara-menurut-para-ahli-beserta-contohnya/>, Diakses Pada Tanggal 7 September 2018.

⁷⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan...*, h. 329.

⁷⁹ Marzuki, *Metodelogi Riset*, (Yogyakarta: Fakultas Ekonomi UI, 1989), H. 89.

Serta meningkatkan pemahaman peneliti terhadap kasus yang diteliti dengan menyajikan data sebagai temuan kepada orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman analisis perlu terus dilakukan pencarian makna.⁸⁰

Ketika data terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik pengolahan data, maka analisis yang dipakai peneliti dalam penelitian ini mempunyai tujuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang tertera dalam rumusan masalah.

Penelitian ini terdiri dari tiga rumusan masalah, untuk menganalisis rumusan masalah tersebut, peneliti terlebih dahulu menganalisis data dengan jenis penelitian kuantitatif yaitu menggunakan uji standar dan uji T.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas mempunyai tujuan untuk menguji apakah data normal ataupun tidak. Pengujian normalitas data memakai bantuan *Software SPSS versi 20* dengan uji 64 statistik *Kolmogorov Smirnov*.⁸¹ Hipotesis dari uji normalitas yaitu:

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

Ha: Data tidak berdistribusi normal ($\text{sig.} < 0.05$).⁸²

Langkah-langkah kriteria pengujian dilakukan berdasarkan nilai probabilitas bahwa jika nilai probabilitas (sig) $> 0,05$, maka Ho diterima dan

⁸⁰ Nunung Muhajir, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Kake Sugiyono, 1998), h. 104.

⁸¹ Jonathan Sarwono dan Hendra Nursalim, *Prosedur-Prosedur Populer Statistik untuk Analisis Data Riset Skripsi*, (Yogyakarta: Grava Media, 2017), h. 135.

⁸² Setia Prama, Ricky Yordani, dkk, *Dasar-Dasar Statistik dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, (Bogor: Penerbit In Media, 2016), h. 169.

jika nilai probabilitas (*sig*) < 0,05 maka H_0 ditolak atau didiskualifikasikan.⁸³

Artinya, jika nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 maka H_0 diterima dan apabila nilai probabilitas lebih kecil dari 0,05 maka H_0 ditolak. Selanjutnya untuk menunjukkan normalitas data maka diuji dengan menggunakan SPSS.

2. Uji T

Skor t hasil penelitian menggunakan program SPSS versi 20 dengan memakai teknik analisis *Paired-Samples T-Test*. Uji-t mempunyai tujuan untuk menguji keefektifan suatu perlakuan (*treatment*) dalam memodifikasi suatu perilaku dengan cara membandingkan sebelum dan sesudah menerima suatu perlakuan.⁸⁴ Kriteria yang digunakan yaitu sebagai berikut:

Jika $sig > 0,05$ maka H_a diterima, dilain pihak H_0 ditolak

Jika $sig < 0,05$ maka H_a ditolak, dilain pihak H_0 diterima

Rumus Uji t *Paired Samples T-Test*

$$t = \frac{x_1 - x_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} - \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

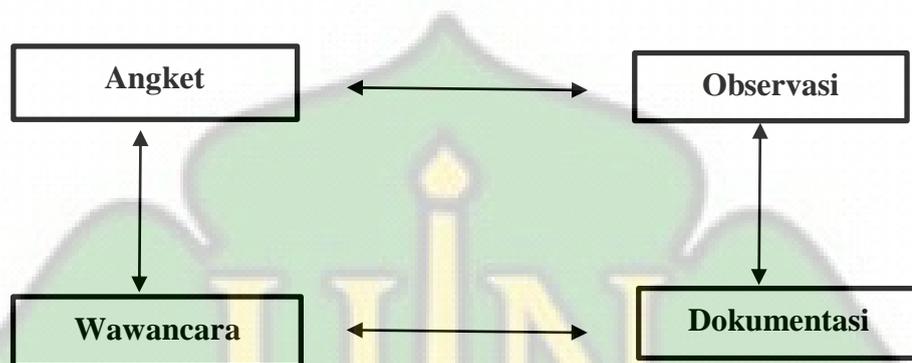
Kemudian untuk menganalisis rumusan masalah kedua dan ketiga, peneliti terlebih dulu melakukan prosedur pengumpulan data dengan menggunakan teknik triangulasi hal ini karena pada penelitian ini menggunakan instrumen pengumpulan data dengan berbagai teknik pada sumber yang sama, misalnya Peneliti melakukan wawancara dengan peserta didik sekaligus melakukan

⁸³ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h. 153-167.

⁸⁴ Furqon, *Statistik Terapan untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 198.

observasi, tujuannya untuk mengumpulkan data sebanyak-banyaknya dan lebih akurat. Hal ini dapat digambarkan seperti dibawah ini :

**Bagan
Triangulasi teknik dan sumber pengumpulan data.⁸⁵**



Keterangan:

Angket : Angket yaitu alat pengumpulan data berupa pertanyaan atau pernyataan secara tertulis dan dilengkapi oleh penanggung untuk mendapatkan informasi terkait dengan data-data yang dibutuhkan.

Observasi : Mengumpulkan data dengan mengamati peserta didik yang mempunyai tingkat kedisiplinan belajar paling rendah untuk melakukan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kedisiplinan belajar.

Wawancara : Tanya jawab antara peneliti dengan peserta didik yang mempunyai tingkat kedisiplinan belajar rendah.

⁸⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfa Beta 2017), h. 273.

Dokumentasi : Mengambil data dan gambar atau foto sebagai kegiatan pendukung untuk melengkapi observasi dan wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti.

Selanjutnya peneliti menganalisis data dengan memakai teknik analisis data Miles dan Huberman. Analisis data kualitatif digunakan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus serta menyeluruh sehingga datanya jenuh.⁸⁶ Adapun penganalisa atau analisis data ini dilakukan dengan tahap-tahap sebagai berikut:

1. Reduksi data

Reduksi data data yaitu semua tentang meringkas, memilih apa yang dianggap penting, fokus pada apa yang penting, menyederhanakan sesuatu yang dianggap penting, dan mengabstraksikannya.⁸⁷ Teknik analisis inilah yang peneliti pakai untuk melihat dan memverifikasi kelengkapan data yang akan diperoleh selama penelitian sehingga data tersebut bisa dianalisis.

2. Penyajian data

Penyajian data adalah penyajian sekumpulan informasi yang memberikan kesempatan untuk menarik kesimpulan dan kemudian mengambil suatu tindakan. Penyajian data dipakai untuk bisa meningkatkan pemahaman kasus serta sebagai acuan untuk mengambil tindakan atas

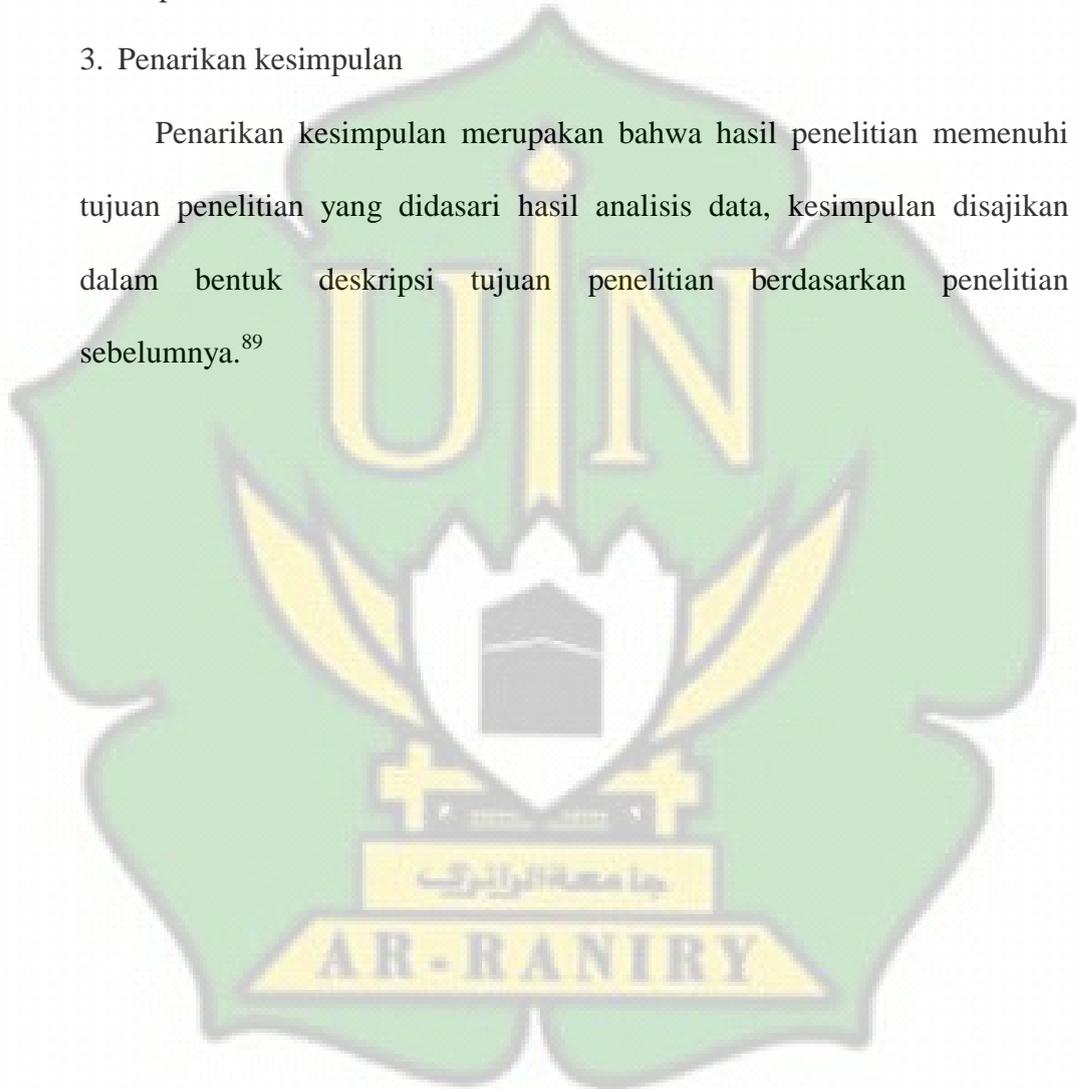
⁸⁶ Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2010), h. 209.

⁸⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi...*, h. 247.

pemahaman dan analisis penyajian data.⁸⁸ Peneliti pada penelitian ini menyatakan kembali data berdasarkan temuan penelitian dengan menyatakan apa yang konsisten dengan apa yang diceritakan informan atau peristiwa selama penelitian.

3. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan bahwa hasil penelitian memenuhi tujuan penelitian yang didasari hasil analisis data, kesimpulan disajikan dalam bentuk deskripsi tujuan penelitian berdasarkan penelitian sebelumnya.⁸⁹



⁸⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi ...*, h. 249.

⁸⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi ...*, h. 252.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 2 Kluet Utara yang beralamat di Jl. Datuk Chinde, Desa Pantang Pasie Kuala Ba'u, Kec. Kluet Utara, Kab. Aceh Selatan, Prov. Aceh pada tanggal 25 Januari sampai dengan tanggal 29 Januari 2022, dengan mengantar surat penelitian ke SMAN 2 Kluet Utara, penelitian ini dilakukan dengan proses penyebaran angket, wawancara, dan juga dokumentasi.

Sekolah Menengah Atas Negeri 2 (SMAN 2) Kluet Utara terletak di area strategis yang tidak jauh dari jalan raya. SMAN 2 Kluet Utara berakreditasi B dibawah kepemimpinan bapak Hendri Azhar S.Pd. Di SMAN 2 Kluet Utara terdapat satu orang guru BK alumni Universitas Islam Negeri Ar-raniry fakultas tarbiyah dan keguruan prodi bimbingan konseling yang bernama Firda Ulfia S.Pd. Beliau merupakan angkatan pertama di jurusan bimbingan dan konseling dan sekarang sedang menjalankan kontrak di SMAN 2 Kluet Utara.⁹⁰

Sarana dan Prasarana ke BK-an di SMAN2 Kluet Utara sangat memprihatinkan, dimana tiada ruangan khusus yang bisa dipakai oleh guru BK saat mengkonseling peserta didik. Ruang BK di SMAN 2 Kluet terletak di dalam ruangan tata usaha, dimana dalam ruangan tata usaha tersebut terdapat ruang BK yang hanya ditutupi oleh lemari2 penyimpanan berkas. Banyak peserta didik yang tidak nyaman saat memasuki ruangan tersebut, karena ditakutkan

⁹⁰ Dokumentasi dari KTU SMAN 2 Kluet Utara, 26 Januari 2022.

rahasia yang akan diceritakan oleh peserta didik akan tersebar keluar, dikarenakan dalam ruangan tersebut terdapat banyak sekali guru-guru yang sedang bekerja dan suara dari ruang BK tersebut terdengar keluar, jadinya proses konseling yang dilakukan oleh guru BK sangat tidak efektif. Guru BK di SMAN 2 Kluet Utara sudah mengkonsultasikan dengan kepala sekolah, tetapi sampai sekarang belum ditindak lanjuti.

SMAN 2 Kluet Utara mempunyai beberapa visi dan misi, dimana salah satu misinya adalah pengembangan pribadi peserta didik yang disiplin, teliti, tekun, mandiri, kreatif serta berani menghadapi tantangan, menumbuhkembangkan disiplin, mental dan juga rohani melalui ajaran agama islam.

Visi, dan Misi SMAN 2 Kluet Utara

1. Visi Sekolah: Unggul dalam mutu dan prestasi, dilandasi iman dan taqwa
2. Misi Sekolah:
 - a. Meningkatkan penguasaan pengetahuan intelektual peserta didik melalui pengembangan ilmu pengetahuan untuk menghadapi tantangan ke depan.
 - b. Meningkatkan keterampilan siswa dalam mengimplementasikan ilmu pengetahuan, teknologi, olahraga, seni dan budaya.
 - c. Mengembangkan pribadi peserta didik yang disiplin, teliti, tekun, mandiri, kreatif dan berani menghadapi tantangan.
 - d. Mengembangkan pribadi yang mampu menempatkan dasar keyakinan terhadap tuhan yang maha esa sebagai dasar semua perilaku.

- e. Menumbuhkembangkan disiplin, mental dan rohani melalui ajaran agama islam.
- f. Menciptakan sekolah sebagai wawasan wisata mandala.

Beberapa misi di SMAN 2 Kluet Utara sangat sesuai dengan judul penelitian peneliti yaitu tentang kedisiplinan, dimana misi tersebut adalah pengembangan pribadi peserta didik yang disiplin, teliti, tekun, mandiri, kreatif dan berani menghadapi tantangan, menumbuhkembangkan disiplin, mental dan rohani melalui ajaran agama islam.

Untuk mengukur efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara peneliti menggunakan uji normalitas dan uji T.

B. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara

Dalam penelitian ini peneliti memakai kuisioner berbentuk skala Likert. Saat pembagian skala Likert kedisiplinan belajar kepada peserta didik SMAN 2 Kluet Utara, peneliti membagikannya kepada seluruh peserta didik kelas XI dengan jumlah 67 responden menggunakan 50 item pernyataan. Sebelum membagikan angket kepada peserta didik peneliti terlebih dahulu melakukan wawancara terbuka dengan beberapa guru dan juga kepala sekolah mengenai kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara. Dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti maka didapatkan hasil bahwa tingkat kedisiplinan belajar peserta didik berada pada kategori sedang dengan berbagai

ketidaksiplinan yang dilakukan oleh beberapa peserta didik. Contoh ketidaksiplinan yang dilakukan oleh peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara adalah: Terlambat datang ke sekolah, membolos, tidak menyelesaikan tugas, dan berbagai ketidaksiplinan lainnya. Setelah hasil wawancara didapatkan kemudian peneliti membagikan angket kepada peserta didik untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat tentang kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Angket yang akan dibagikan kepada peserta didik adalah angket yang telah lulus *judgement* dengan dua orang dosen prodi bimbingan konseling dan juga telah lulus uji validitas. Pembagian angket kepada peserta didik dilakukan ketika jam istirahat dengan persetujuan dari kepala sekolah dan juga guru mata pelajaran di SMAN 2 Kluet Utara. Proses pengisian angket dipantau langsung oleh peneliti agar peserta didik menjawab pernyataan angket tersebut dengan sebenar-benarnya. Berikut ini merupakan skor kedisiplinan peserta didik (*pre-test*).

Tabel 4.1

Skor Kedisiplinan Belajar Peserta Didik (*Pre-test*)

No	Kode Peserta Didik	Nilai	No	Kode Peserta Didik	Nilai
1.	P	165	34.	L	169
2.	P	163	35.	P	111
3.	P	103	36.	P	166
4.	L	160	37.	P	170
5.	L	167	38.	P	167
6.	P	174	39.	L	165
7.	L	162	40.	P	163
8.	P	167	41.	L	171
9.	P	103	42.	L	160

10.	P	169	43.	L	166
11.	L	176	44.	P	86
12.	P	173	45.	P	165
13.	L	179	46.	P	168
14.	L	180	47.	L	164
15.	L	107	48.	P	170
16.	P	164	49.	P	170
17.	P	162	50.	P	169
18.	L	166	51.	L	85
19.	P	167	52.	L	169
20.	P	168	53.	P	161
21.	L	176	54.	P	168
22.	L	172	55.	L	111
23.	L	93	56.	L	168
24.	L	168	57.	L	88
25.	L	166	58.	L	172
26.	L	166	59.	L	162
27.	P	163	60.	P	163
28.	P	163	61.	L	170
29.	P	110	62.	P	163
30.	P	163	63.	L	173
31.	P	167	64.	P	163
32.	L	170	65.	L	167
33.	L	169	66.	L	169
			67.	P	167
Jumlah					157,3134

Sumber: *Output* data dari Microsoft Excel 2016.

Jadi, dari hasil wawancara dan juga angket yang sudah dibagikan kepada peserta didik terdapat kesamaan hasil yaitu rata-rata peserta didik mempunyai

tingkat kedisiplinan pada kategori sedang dengan jumlah 57 peserta didik, dan kemudian terdapat 10 orang peserta didik dengan nilai paling rendah.

Berdasarkan hasil skor kedisiplinan belajar peserta didik (*pre-test*) di atas dapat peneliti kelompokkan berdasarkan rumus berikut ini:

Tabel 4.2
Standar Pembagian Kategori *Pre-test*

Kategori	Nilai
Tinggi	$M + 1SD \leq X$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Rendah	$X < M - 1SD$

Keterangan :

M: Mean

SD: Standar Deviasi

X: Nilai

Data variabel untuk penelitian ini harus dikategorikan ke dalam beberapa langkah menurut Suharmi Arikunto:

- a. Kelompok tinggi, semua responden yang mempunyai skor sebanyak skor rata-rata plus 1 (+1) standar deviasi ($M + 1SD \leq X$)
- b. Kelompok sedang, semua responden yang mempunyai skor antara skor rata-rata minus 1 standar deviasi dan skor rata-rata plus 1 standar deviasi (antara $M - 1SD \leq X < M + 1SD$)
- c. Kelompok rendah, semua responden yang mempunyai skor lebih rendah

dari skor rata-rata minus 1 standar deviasi ($X < M - 1SD$).⁹¹

Berdasarkan rumus dan data penelitian di atas, peneliti mengelompokkan kedisiplinan belajar peserta didik yaitu:

Tabel 4.3
Kategori Kedisiplinan Belajar Peserta Didik SMAN 2 Kluet Utara

Kategori	Nilai
Tinggi	$X > 182$
Sedang	$X < 181$
Rendah	$X < 132$

Sumber: *Output* data dari Microsoft Excel 2016

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa setiap kategori mempunyai batasan nilainya sendiri-sendiri, batas nilai < 132 termasuk kategori rendah, artinya apabila peserta didik berada dalam batas nilai ini maka peserta didik tersebut memiliki tingkat kedisiplinan belajar yang rendah. Kemudian untuk nilai < 181 termasuk pada kategori yang sedang, peserta didik termasuk dalam kategori ini berarti tingkat kedisiplinan belajarnya sedang. Sedangkan > 182 berada pada kategori yang tinggi, jika peserta didik berada di kategori ini maka peserta didik tersebut memiliki kedisiplinan belajar yang tinggi.

Untuk melihat persentase kategori kedisiplinan belajar peserta didik maka bisa dihitung dengan menggunakan rumus dibawah ini, yaitu sebagai berikut:

$$P = \frac{f \text{ (skor yang dicapai)}}{N} \times 100\%.$$
⁹²

N untuk jumlah skor maksimal

⁹¹ Suharmi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta. 2012).h. 18.

⁹² Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*,... h.27.

Berdasarkan rumus tersebut, tingkat belajar peserta didik dapat dikelompokkan berdasarkan kategori sesuai dengan persentasenya masing-masing. Pengelompokannya ada di tabel berikut ini:

Tabel 4.4
Persentase Kedisiplinan Belajar Peserta Didik

No	Kategori Kedisiplinan Belajar	F	Presentase
1.	Tinggi	0	0%
2.	Sedang	57	85%
3.	Rendah	10	15%
Total		67	100%

Berdasarkan hasil persentase dari kategori kedisiplinan belajar yang terdapat dalam tabel di atas, menunjukkan dari 67 peserta didik kelas XI terdapat 10 peserta didik yang mempunyai kedisiplinan belajar rendah dengan persentase 15%, Selanjutnya 57 peserta didik mempunyai kedisiplinan belajar sedang dengan persentase 85%, sedangkan untuk kategori tinggi 0%, artinya tidak ada peserta didik yang mempunyai kategori kedisiplinan belajar yang tinggi.

Pada tanggal 26 Januari 2022 peneliti kembali ke sekolah untuk memperlihatkan hasil kuesioner (*pre-test*) kepada guru BK di SMAN 2 Kluet Utara, peserta didik yang memiliki nilai rendah maka akan diberikan *treatment* layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Hasil dari penyebaran kuesioner (*pretest*) tersebut terdapat 10 peserta didik yang akan

dijadikan sampel dan kemudian akan diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

Pre-test diberikan kepada 67 peserta didik kelas XI yang dilaksanakan pada tanggal 25 Januari 2022. Pada pemberian *pre-test* di SMAN 2 Kluet Utara peneliti memberikan *pre-test* pada empat kelas dengan jumlah 67 peserta didik. Tujuan diberikan *pre-test* adalah untuk mengukur tingkat kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara. Hasil *pre-test* pada pengungkapan kedisiplinan belajar peserta didik mendapatkan hasil 10 peserta didik yang berada dikategori rendah.

Tabel 4.5
Skor *Pre-test* Peserta Didik

No.	Kode Peserta Didik	<i>Pre-test</i>
1.	P	103
2.	L	103
3.	L	107
4.	P	93
5.	P	110
6.	P	111
7.	L	86
8.	P	85
9.	L	111
10.	L	88

Tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa peserta didik dengan nilai terendah dan merupakan sampel penelitian yang akan diberikan perlakuan konseling kelompok dengan teknik *self management*.

Post-test dilakukan pada tanggal 29 Januari 2022 kepada peserta didik yang mendapat perlakuan dengan jumlah 10 orang peserta didik. Tujuan diadakannya atau diberikan *post-test* adalah untuk membantu peserta didik

mengukur kedisiplinan belajar sesudah ikut serta dalam kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management*. Peneliti kemudian memberi penjelasan kepada peserta didik tentang tujuan dan prosedur kegiatan *post-test*. Data hasil *post-test* peserta didik dapat dilihat berikutini:

Tabel 4.6
Skor *Post-test* Peserta Didik

No.	Kode Peserta Didik	<i>Post-test</i>
1.	P	184
2.	L	131
3.	L	158
4.	P	161
5.	P	163
6.	P	162
7.	L	160
8.	P	164
9.	L	132
10.	L	183

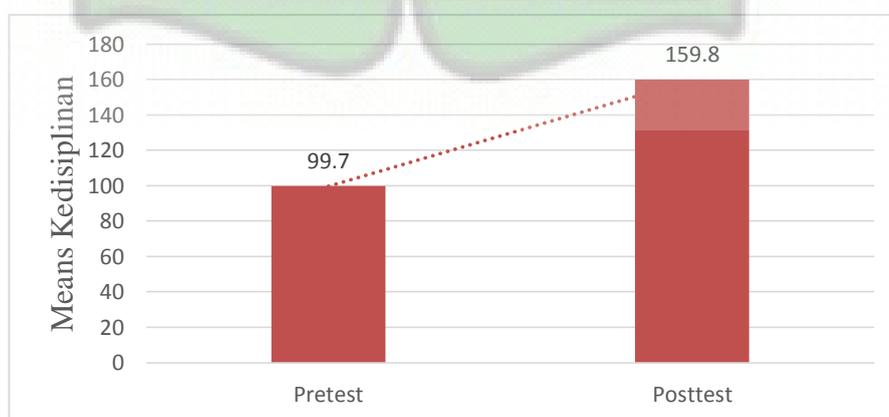
Hasil *post-test* memperlihatkan adanya perubahan hasil kedisiplinan belajar peserta didik sebelum dan setelah mendapatkan perlakuan yaitu berupa perlakuan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *self management*. Artinya peserta didik mengalami peningkatan kedisiplinan belajar secara signifikan berdasarkan hasil pengolahan data. Namun ada dua orang peserta didik yang masih berada pada kategori rendah, tetapi nilainya sedikit lebih tinggi dari nilai *pre-test*. Lihat tabel berikut ini untuk melihat perbandingan hasil *pre-test* dan *post test* yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.7
Data *Pre-test* Dan *Post-test* Kedisiplinan Belajar

Kode Peserta Didik	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
P	103	184
L	103	131
L	107	158
P	93	161
P	110	163
P	111	162
L	86	160
P	85	164
L	111	132
L	88	183

Berdasarkan tabel 4.7 di atas menunjukkan bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* kedisiplinan belajar mengalami peningkatan secara signifikan. Keefektifan teknik *self management* tidak hanya terlihat pada hasil pre dan post test, tetapi juga pada observasi siswa yang mengalami transformasi pada setiap aspek. Secara umum peserta didik yang menjadi sampel penelitian menunjukkan peningkatan disiplin belajar yang optimal.

Grafik
Perbandingan Nilai Rata-rata *Pre-test* dan *Post-test* Kedisiplinan Belajar Peserta Didik



Berdasarkan grafik di atas bisa dilihat bahwa hasil pengukuran *Pre-test* dan *Post-test* sebelum dan setelah dilakukan *treatment* terdapat peningkatan. Peserta didik mengalami peningkatan kedisiplinan belajar setelah diberikan perlakuan. Jadi peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik *self management* dapat meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.

Perlakuan yang diberikan oleh peneliti bisa memberikan perubahan terhadap kedisiplinan belajar peserta didik. Perubahan yang dimaksud disini yaitu meningkatnya hasil kedisiplinan belajar peserta didik dengan diterapkannya konseling kelompok dengan teknik *self management*.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi variabel yang digunakan dalam penelitian. Data yang tepat dan benar yaitu data yang berdistribusi normal. Uji normalitas yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov*. Pengambilan keputusan dapat mengetahui apakah distribusi data survei normal, jika $\text{sig} > 0.05$ maka distribusinya normal. Sedangkan jika $\text{sig} < 0.05$ maka data tidak akan berdistribusi normal.⁹³ Hasil yang diperoleh dari analisis tersaji pada tabel 4.9 di bawah ini:

Tabel 4.8
Hasil Uji Normalitas Peserta didik

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Posttest	,259	10	,056	,865	10	,086

Sumber: *Output SPSS For Windows* versi 20

⁹³ V. Wiratna Sujarweni, *SPSS untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Pusaka Baru Press, 2015), h. 55.

Berdasarkan tabel 4.9 di atas maka diperoleh nilai uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* data kedisiplinan peserta didik yaitu 0,56 lebih besar ($\text{sig} > 0.05$), artinya data kedisiplinan belajar peserta didik dengan teknik *self management* berdistribusi normal.

2. Uji T

Salah satu cara untuk mendeteksi perubahan disiplin belajar peserta didik adalah dengan menggunakan teknik *self management* yaitu membandingkan hasil disiplin belajar sebelum dan sesudah melakukan layanan konseling kelompok. Perubahan yang dimaksud disini adalah peningkatan nilai kedisiplinan belajar peserta didik dengan penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.

Maka dari hasil skor rata-rata nilai kedisiplinan peserta didik dengan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* memiliki daya yang sangat bagus sehingga mampu menghasilkan peningkatan signifikan pada hasil kedisiplinan belajar peserta didik *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.9
Hasil Perhitungan Rata-Rata *Pre-test* dan *Post-test*

Kedisiplinan Belajar	N	Mean
<i>Pre-test</i>	67	157,3
<i>Pos-test</i>	10	159,8

Berdasarkan hasil pada Tabel 5.0 di atas, rata-rata *pre-test* adalah 157,3 rata-rata *post-test* adalah 159,8 yang berarti bahwa rata-rata *post-test* lebih tinggi dari rata-rata *pre-test*. Artinya apabila nilai setelah ujian lebih tinggi dari nilai sebelum ujian, maka bisa dikatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan metode *self management* efektif dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

Tabel 4.10
Hasil Uji T 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 Posttest - Pretest	60.100	23.671	7.485	43.167	77.033	8.029	9	.000

Sumber: *Output SPSS For Windows* versi 20

Berdasarkan tabel 5.1 di atas memperlihatkan hasil t sebesar 8.029 dengan signifikan 0,000 yang artinya $0,000 < 0,05$ jadi H_a diterima dan H_o ditolak. Dapat disimpulkan ada perbedaan signifikan terhadap kedisiplinan belajar peserta didik dengan adanya layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. H_a diterima artinya ada perbedaan kedisiplinan belajar antara sebelum dan setelah layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.

- a. Hipotesis Alternatif (Ha): Layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.
- b. Hipotesis Nihil (Ho): Layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* tidak efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara.

Kedisiplinan belajar adalah salah satu faktor yang dapat menunjang keberhasilan peserta didik, oleh karena itu peserta didik harus tau pentingnya kedisiplinan belajar. Untuk mengukur urgensi kedisiplinan belajar peneliti menggunakan teknik triangulasi yaitu wawancara, observasi, dokumentasi, dan juga angket.

C. Urgensi Disiplin Belajar bagi Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara

Data untuk penelitian ini diperoleh melalui wawancara rinci yang peneliti lakukan pada tanggal 25-29 Januari 2022. Wawancara adalah salah satu metode pengumpulan data yang dipakai atau digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini. Wawancara dilakukan oleh peneliti bertujuan untuk menyelidiki sumber untuk memperoleh informasi yang akan membantu mereka menemukan jawaban dan masalah dalam survei ini.

Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan meminta izin kepada kepala sekolah, memilih subjek yang memiliki tingkat kedisiplinan belajar rendah, kemudian meminta izin kepada narasumber untuk wawancara. Proses pelaksanaan wawancara dilakukan dengan beberapa narasumber yaitu peserta didik di SMAN

2 Kluet Utara diantaranya 3 orang laki-laki dan 3 orang perempuan. Peneliti juga menguatkan data dengan observasi dan mengumpulkan bukti dari dokumentasi.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara dengan pedoman wawancara yang memuat pertanyaan tentang subjek survei. Wawancara dilakukan secara langsung yaitu melalui wawancara bebas atau tidak terstruktur, sehingga data yang terkumpul lebih banyak dan lengkap. Selama wawancara, peneliti menggunakan ponsel untuk merekam tanggapan responden.

Metode yang digunakan dalam proses pengumpulan data untuk penelitian ini menggunakan metode triangulasi. Menurut Sugiyono teknik triangulasi adalah teknik pengumpulan data yang menggabungkan berbagai teknik pengumpulan data dengan sumber data yang ada.⁹⁴ Teknik triangulasi artinya peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda untuk mengambil data dari sumber yang sama. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yaitu dengan membagikan angket, wawancara, observasi, dan juga dokumentasi.

Tabel 4.11
Urgensi Kedisiplinan Belajar

No	Tema	Angket	Wawancara	Observasi	Dokumentasi
1.	Masuk ruangan kelas tepat waktu, tidak	Berdasarkan angket yang telah dibagikan	Berdasarkan hasil wawancara peneliti	Hasil pengamatan yang dilakukan	Berdasarkan buku kasus peserta didik yang dibuat

⁹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi*...,h.241.

<p>membolos, dan mengikuti pelajaran sampai dengan selesai.</p>	<p>kepada peserta didik, maka di dapatkan hasil bahwa rata-rata nilai peserta didik berada pada kategori sedang, dengan jumlah nilai >132, < 181. Maka dapat disimpulkan bahwa ada beberapa peserta didik yang datang terlambat</p>	<p>dengan 6 orang peserta didik di dapatkan hasil bahwa Cuma beberapa dari mereka yang datang terlambat ke sekolah dikarenakan jarak rumah ke sekolah yang sangat jauh dan ada juga beberapa peserta didik yang membolos ke sekolah dikarenakan mereka tidak</p>	<p>oleh peneliti benar adanya peserta didik yang selalu datang terlambat ke sekolah, dan terlambat masuk ruangan kelas, alasannya karena telat bangun tidur dan jarak rumah yang terlalu jauh ke sekolah.</p>	<p>oleh guru BK di SMAN 2 Kluet Utara :</p> <ul style="list-style-type: none"> • pada tanggal 4 Feb 2021, kelas XI Mia¹ yang tidak sampai ke sekolah (Membolos). • Tanggal 10 Agustus 2021 peserta didik kelas XI Iis² juga tidak datang ke sekolah selama 3
---	---	--	---	---

		<p>dan membolos ke sekolah.</p>	<p>menyukai pelajaran yang akan dimasukinya pada hari itu, dan alasan terakhir karena telat bangun tidur.</p>	<p>Tetapi ada juga beberapa peserta didik yang selalu datang cepat ke sekolah walaupun harus menempuh jarak yang jauh dengan berjalan kaki.</p>	<p>minggu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanggal 25 Oktober 2021 terdapat peserta didik kelas XI Mia¹ yang cabut dari sekolah. • Tanggal 16 Februari 2022 terdapat 3 orang peserta didik yang datang terlambat ke sekolah dengan alasan yang
--	--	---------------------------------	---	---	--

					tidak jelas.
2.	Mengerjakan tugas-tugas dan pekerjaan rumah	Berdasarkan hasil angket yang telah dibagikan kepada peserta didik terdapat 3 orang peserta didik yang berada pada kategori sedang dan 1 orang yang berada pada kategori rendah. Dengan begitu dapat disimpulkan	Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan peserta didik didapatkan bahwa alasan peserta didik tidak mengerjakan tugas atau pekerjaan rumah tepat waktu karena mereka harus bekerja setelah	Berdasarkan hasil pengamatan peneliti benar, bahwa ada beberapa peserta didik yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, seperti mereka lupa kalau ada tugas dan juga ketika sudah waktunya kumpul	Tanggal 26 Januari terdapat 3 orang peserta didik yang di suruh jumpai guru BK oleh guru mata pelajaran karena tidak mengumpulkan tugas yang telah diberikan.

		<p>bahwa peserta didik mengerjakan pekerjaan rumah dan tugas yang diberikan oleh guru tepat waktu.</p>	<p>pulang sekolah dan di malam hari mereka ikut pengajian.</p>	<p>mereka mencontek tugas teman sekelas.</p>	
3.	<p>patuh dan tidak menentang peraturan yang berlaku di sekolah (Memiliki kelengkapan belajar)</p>	<p>Hasil angket yang telah dibagikan kepada peserta didik terdapat beberapa orang peserta didik yang berada pada</p>	<p>Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan peserta didik benar, bahwa sangat banyak peserta didik yang tidak</p>	<p>Berdasarkan hasil pengamatan peneliti benar bahwa banyak peserta didik yang melakukan pelanggaran di sekolah.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tanggal 3 Agustus 2021, peserta didik kelas X Mia¹ kedatangan merokok. • Tanggal 4 Agustus 2021, peserta didik kelas

		<p>kategori rendah dikarenakan tidak mematuhi peraturan yang berlaku di sekolah.</p>	<p>memiliki kelengkapan belajar, seperti catatan yang tidak lengkap, tidak membawa buku ke sekolah dan juga tidak memiliki pulpen. Selain itu juga terdapat beberapa peserta didik yang melanggar peraturan sekolah,</p>	<p>X Mia² kedatangan rokok.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanggal 16 Agustus 2021, peserta didik kelas X Mia² dan XI Iis¹, kedatangan berkelahi. • Tanggal 25 Januari 2022, peserta didik kelas XI Mia¹, kedatangan tidur di kelas.
--	--	--	--	--

			seperti merokok, berkelahi dan juga tidur dalam ruangan kelas.		
--	--	--	--	--	--

Berdasarkan hasil wawancara dengan 6 orang peserta didik dan kemudian didukung oleh hasil observasi, angket, serta dokumentasi dapat disimpulkan bahwa tingkat kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara sangat kuat, mereka tau betapa pentingnya kedisiplinan belajar peserta didik di sekolah tetapi ada beberapa dari mereka yang tidak melakukan kedisiplinan sesuai dengan apa yang mereka pahami. Contohnya ada beberapa peserta didik yang tidak pernah masuk ruangan kelas sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan, tidak menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran, sibuk keluar masuk ruangan kelas ketika guru sedang menjelaskan materi pembelajaran, serta tidak membawa perlengkapan belajar ke sekolah. Tetapi ketika ditanyai mereka menjawab bahwa mengikuti pembelajaran di sekolah itu sangat penting, yaitu untuk mengetahui materi pelajaran yang sebelum belum diketahui, tetapi yang dilakukan oleh mereka adalah membolos saat jam pelajaran, dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mereka paham makna pentingnya kedisiplinan belajar di sekolah tetapi mereka tidak menjalankan sesuai dengan apa yang mereka pahami,

oleh karena itu guru BK di SMAN 2 Kluet Utara harus lebih memberikan pemahaman dan pengarahan terhadap peserta didik yang kurang disiplin supaya mereka bisa meningkatkan kedisiplinan sesuai dengan apa yang mereka pahami sebelumnya. Menurut Cotton, disiplin sebenarnya mengacu pada pencegahan dan peningkatan perilaku, yang dapat dilakukan melalui latihan. Dengan kata lain, tindakan dapat dikendalikan dan dihasilkan melalui latihan. Tetapi juga bisa menggunakan hukuman dengan tujuan memperbaiki perilaku menjadi lebih baik.⁹⁵

Dalam hal ini peneliti dan guru BK di SMAN 2 Kluet Utara bekerja sama untuk membuat layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik, dimana beberapa dari informan yang memiliki tingkat kedisiplinan belajar rendah akan dibentuk menjadi satu kelompok dan kemudian akan diberikan materi tentang pentingnya kedisiplinan belajar di sekolah. Sebelum layanan tersebut berjalan anggota kelompok, peneliti, dan guru BK membuat kesepakatan apabila setelah layanan konseling kelompok dilakukan tetapi masih ada beberapa peserta didik yang tetap tidak disiplin maka akan diberikan sanksi. Sanksi tersebut berupa membersihkan perkarangan sekolah dan bahwa akan memanggil orang tua/wali ke sekolah untuk menyampaikan bagaimana perilaku anaknya di sekolah. Dan anggota kelompok juga setuju dengan perjanjian yang dibuat oleh guru BK dan juga peneliti.

⁹⁵ Cotton, Khatleen, *Schoolwide And Classroom Discipline*, ([Http://www.wrelorg./scpdlsirs/5Cu9.html](http://www.wrelorg./scpdlsirs/5Cu9.html)).

Sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* kedisiplinan belajar peserta didik mengalami perubahan, dimana ada beberapa dari mereka yang sebelumnya selalu telat masuk ruangan kelas sekarang jadi tepat waktu masuk ruangan kelas, yang sebelumnya tidak pernah membawa perlengkapan belajar ke sekolah sekarang sudah membawanya walaupun sesekali.

Jadi, urgensi kedisiplinan belajar bagi peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara adalah:

1. Disiplin yang sadar diri memungkinkan peserta didik untuk belajar dengan sukses. Di sisi lain, peserta didik yang selalu melanggar aturan sekolah maka dapat menghambat potensi dan hasil menjadi optimal
2. Tanpa kedisiplinan yang baik, maka suasana sekolah atau kelas akan sia-sia untuk kegiatan belajar. Disiplin mendukung proses pembelajaran secara tertib.
3. Orang tua selalu ingin sekolah mengenalkan anaknya pada norma dan nilai hidup dan disiplin. Ini adalah bagaimana anak-anak tumbuh menjadi individu yang terorganisir dengan baik.
4. Disiplin adalah cara bagi peserta didik agar berhasil dalam belajar dan bekerja di masa depan.

D. Proses Penerapan Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara

Proses penerapan teknik *self management* berjalan dengan baik. Proses perlakuan diberikan sebanyak 4 kali yang merujuk pada langkah-langkah teknik *self management* dan juga sesuai dengan modul serta RPL yang telah dibuat

sebelumnya oleh peneliti. Adapun tahapan pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan pembukaan dengan salam, tanyakan kepada peserta didik bagaimana keadaan mereka kemudian dengan antusias peserta didik tersebut merespon sehingga proses konseling kelompok berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan. Selanjutnya peneliti melakukan tahapan kegiatan dengan tahapan pertama yaitu *self monitoring*, sebelumnya peneliti menjelaskan terlebih dahulu maksud dari tahapan pertama dan setelah itu peserta didik menceritakan masalahnya dengan suka rela tanpa adanya paksaan serta mendengarkan pendapat guru dan juga teman-temannya.

Kemudian, peneliti melakukan tahapan kedua yaitu *self reward*, setelah menjelaskan bagaimana yang dimaksud dengan *self reward* kepada peserta didik ada beberapa anggota kelompok yang masih belum paham maksud dari tahapan tersebut, sehingga pada akhirnya peneliti memberikan contoh dan juga gambaran tentang *self reward* dan pada akhirnya peserta didik paham maksud dan tujuan dari tahapan tersebut. Pada tahapan ini peserta didik aktif dalam mengemukakan pendapat serta mampu menemukan ide atau gagasan baru dalam kelompok. Setelah tahapan kedua berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan, peneliti melakukan tahapan ketiga yaitu *self contracting*, pada tahapan ini peserta didik kebingungan bagaimana cara membuat perjanjian dengan diri sendiri, kemudian peneliti memberikan satu lembar kertas kepada mereka untuk menuliskan apa saja keluhan dari mereka tentang kedisiplinan yang kemudian mereka akan mengintropeksi diri mereka sendiri dan kemudian berjanji dengan diri sendiri untuk tidak akan melakukan kesalahan yang sama lagi.

Tahapan terakhir adalah *self control*, pada tahapan ini peneliti mendapatkan respon ataupun tanggapan yang sangat baik dari peserta didik dikarenakan mereka mulai paham maksud dan tujuan dari proses pelaksanaan layanan, contohnya: peserta didik disiplin dalam kelompok dan juga semua peserta didik ikut aktif dalam mengikuti kegiatan layanan.

Pada proses penerapan teknik *self management* peneliti memberikan 4 materi kepada peserta didik, materi yang diberikan adalah: Pengertian dan manfaat kedisiplinan belajar, Faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar, manajemen waktu, Sikap sopan dan santun. Alasan peneliti memilih dan memberikan materi tersebut adalah untuk membantu peserta didik lebih memahami makna dari disiplin tersebut.

Analisis data menunjukkan terdapat peningkatan disiplin belajar pada kelompok yang diberikan *treatment* dengan teknik *self management* yaitu kelompok percobaan dari kategori rendah ke kategori tinggi. Selain itu, kondisi ini terlihat dari hasil pengujian hipotesis yang menunjukkan bahwa proses penerapan teknik manajemen diri efektif untuk meningkatkan disiplin belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara. Indikator keberhasilan *treatment* ini juga terlihat jelas berdasarkan hasil lembar kerja (angket) yang dibagikan kepada peserta didik. Peserta didik belajar memahami cara untuk meningkatkan kedisiplinan belajar hingga mencapai nilai pada kategori tinggi. Peserta didik yang sebelum diberikan *treatment* selalu datang terlambat ke sekolah kisaran jam 8 lewat dan sekarang sudah mulai datang ke sekolah jam 7:30.

Dalam penerapan teknik *self management* ini, peneliti dibantu oleh guru BK untuk melakukan observasi pada saat peneliti memberikan layanan kepada anggota kelompok, peneliti juga memberikan lembar observasi pengamatan kepada pengamat terhadap proses penerapan teknik *self management*, kemudian mencatat dan memberi tanda cek pada pedoman observasi aspek-aspek yang muncul dalam pelaksanaan teknik *self management*. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa proses penerapan teknik *self management* berjalan secara baik dan maksimal.

Setelah diajarkan teknik self management berdasarkan penelusuran data observasi, ada keterlibatan peserta didik dalam kegiatan tersebut. Hal ini terlihat dari persentase 10 responden yang mengikuti kegiatan teknik *self management*. Pada pertemuan 1, 2, 3, dan 4, partisipasi peserta didik pada umumnya berada pada kategori teratas. Perilaku siswa yang diamati dalam empat sesi menunjukkan bahwa peserta didik terlihat aktif dalam proses penerapan keterampilan manajemen diri. Proses penerapan teknik *self management* dilakukan sesuai dengan modul dan juga RPL yang telah disusun sebelumnya sebelum melakukan penelitian kelapangan. Keberhasilan perlakuan juga ditentukan oleh kegiatan konseling dalam proses teknik manajemen diri.

Dari data *pre-test* dan *post-test* dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* peserta didik dengan kategori kedisiplinan paling rendah mengalami peningkatan terhadap kedisiplinan belajarnya. Dari 10 (sepuluh) peserta didik setelah diberikan *treatment* masih ada 2 orang peserta didik yang masih mempunyai nilai kedisiplinan rendah atau

dibawah rata-rata kategori yang telah ditentukan. Oleh karena itu peneliti mengambil tindakan untuk memberikan nama-nama peserta didik yang berjumlah 2 orang yang ketika diberikan *treatment* nilai kedisiplinannya masih rendah kepada guru BK untuk dikonselingkan kembali sehingga nantinya bisa meningkatkan kedisiplinan belajarnya.



BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian peneliti tentang efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik di SMAN2Kluet Utara pada masa pandemi Covid-19, maka dapat disimpulkan:

1. Layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik, hal ini dapat dibuktikan berdasarkan skor *mean* (rata-rata) *pre-test* kedisiplinan belajar sebelum diberikan *treatment* yaitu 99,7 dan *mean* (rata-rata) *post-test* kedisiplinan belajar setelah diberikan *treatment* yaitu 159,8 dengan sig $0,00 < 0,05$ yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak, dengan demikian kedisiplinan belajar peserta didik meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *self management*. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* efektif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik.
2. Urgensi disiplin belajar peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara adalah: Disiplin artinya kesadaran diri mendorong peserta didik agar belajar dengan sukses. Di sisi lain, peserta didik yang selalu melanggar atau mengganggu peraturan sekolah tidak akan berguna dalam kegiatan pembelajaran jika tidak melatih suasana sekolah atau kelas dengan baik,

yang akan menghambat optimalisasi potensi dan hasil. Disiplin mendukung proses pembelajaran secara tertib. Orang tua selalu ingin sekolah mengenalkan anaknya pada norma, nilai hidup dan disiplin. Disiplin adalah cara bagi peserta didik supaya berhasil dalam belajar dan berkarya sehingga anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang tertib dan teratur.

3. Proses penerapan teknik *self management* berjalan maksimal dan baik. Proses perlakuan diberikan sebanyak 4 kali sesuai dengan tahap-tahap dalam teknik *self management* yaitu: *self monitoring*, *self reward*, *self contracting*, dan *self control* yang sesuai dengan modul serta RPL yang telah disusun sebelumnya oleh peneliti. Antusias peserta didik dalam merespon membuat peneliti lebih semangat dalam memberikan *treatment* sehingga proses konseling kelompok berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memberikan beberapa saran, yaitu:

1. Guru BK atau konselor diharapkan mampu memberikan layanan konseling kelompok minimal ada beberapa kali persemester dengan menggunakan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik secara efektif.
2. Penelitian ini diharapkan dapat membantu peserta didik SMAN 2 Kluet Utara meningkatkan disiplin belajarnya dengan mengikuti kegiatan

layanan konseling kelompok yang diberikan oleh guru BK di sekolah maupun di luar sekolah.

3. Kami menyarankan kepada pembaca agar kami dapat mengembangkan nilai positif dari penelitian ini. Peneliti selanjutnya akan dapat memberikan masukan dan mendapatkan wawasan serta referensi untuk penelitian yang lebih baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Rahmi, *Urgensi Disiplin dalam Pembelajaran*, Vol. 3, No.1, 2015.
- Achmadi, Adam, dan Ayong Lianawati, “*Pengaruh Penggunaan Teknik Self Management Dalam Konseling Kelompok Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 24 Surabaya*”, Vol 8, No 22, 2021.
- Ariesandi. (2008). *Rahasia Mendidik Anak Agar Sukses dan Bahagia Tips Terpuji dan Melejitkan Potensi Optimal Anak*, Jakarta: Gramedia Pusaka Setia.
- Arikunto, Suharsimi. (1993). *Manajemen Pengajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- .(2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Arifa, Fieka Nurul, “*Tantangan Pelaksanaan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Covid-19*”, Vol XII, No 7, April 2020.
- Aunurrahman. (2010). *Belajar dan Pembelajaran*, Bandung: Alfabeta.
- Bernard, Harold W. (1990). *Mental Health in The Classroom*, New York: McGraw-Hill Book Company.
- Bungin, Burhan. (2010). *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (1994). *Kamus Besar Bahasa Indonesi Edisi Kedua*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Dimayanti dan Mujidno. (2009). *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Djamarah, Syaiful Bahri. (2010). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Dokumentasi dari KTU SMAN 2 Kluet Utara, 26 Januari 2022.
- Elpiani Nadia. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMA Negeri 1 Samadua Kabupaten Aceh Selatan, Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry. Skripsi. Diakses Tanggal 20 Januari 2021.
- Fatoni, Abdurrahman. (2011). *Metodelogi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*, Jakarta: Rineka.
- Febrianti, Reza. (2018). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Self-Management* untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik kelas Xi Administrasi Perkantoran Bandara di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung. Skripsi. Diakses Tanggal 22 Januari 2021.
- Furqon. (2009). *Statistik Terapan untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta.
- Hasan, Iqbal. (2003). *Pokok-Pokok Materi Statistik 2 (Statistik Inferensi)*, Cet-2, Jakarta: Bumi Aksara.

- <https://www.gurupendidikan.co.id/8-jenis-bentuk-dan-pengertian-wawancara-menurut-para-ahli-beserta-contohnya/>, Diakses Pada Tanggal 7 September 2018.
- Imran, Nur Azizah. (2020). *Penerapan Teknik Self Management untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa SMA Negeri 1 Sinjai*, (Jurnal).
- Insan, Suwanto “*Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK*”. VOL. 1, No. 1, Maret 2016.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa. (1995). Edisi Keempat, Jakarta: Gramedia.
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2010). Kamus Besar Bahasa Indonesia, Cet. Ke-5, Jakarta: Pustaka Phoenix.
- Komalasari, Gantina. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: Indeks.
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni dan Karsih. (2016). *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT. Indeks.
- Marzuki. (1989). *Metodelogi Riset*, Yogyakarta: Fakultas Ekonomi UI.
- Matdio, Siahaan, “*Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan*”. Jurnal Kajian Ilmiah (JKI) Edisi Khusus NO.1 (Juli 2020).
- Moenir. (2010). *Masalah-masalah dalam Belajar*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Monica, Mega Aria, dan Ruslan Abdul Gani, *Efektivitas Layanan 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, No. 1, 2016.
- Muhajir, Nunung. (1998). *Metode Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Kake Sugiyono.
- Mulyasa, E. (2013). *Kurikulum Berbasis Kompetensi*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nurihsan, Achmad Juntika. (2011). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Belakang Kehidupan*, Bandung: Refika Aditama.
- Nurin, Nurul Fauqan “*Efektivitas Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik Kelas VII Di SMP Islam Ibnu Khaldun Banda Aceh*”. Skripsi (Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry, 2019). Diakses Tanggal 13 Desember 2021.
- Nursalim, Mochammad. (2014). *Strategi dan Intevensi Konseling*, Jakarta: PT Indeks.
- Prama, Setia Ricky, Yordani, dkk. (2016). *Dasar-Dasar Statistik dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, Bogor: Penerbit In Media.

- Prasojo, Retmono Jazib, *Pengaruh Orang Tua dan Kedisiplinan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran IPS*, Vol 2, No, 1, November 2014.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Ratna, Lilis. (2013). *Teknik-Teknik Konseling*, Yogyakarta: Depublish.
- Rohani, Ahmad. (2004). *Pengelolaan Pengajaran*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Rositah, dan Raja Rahima, “*Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*”, Volume 1, No 1, 2020.
- Sarwono, Jonathan dan Hendra Nursalim. (2017). *Prosedur-Prosedur Populer Statistik untuk Analisis Data Riset Skripsi*, Yogyakarta: Grava Media.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Smith, Mardia Bin, “*Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Disiplin Belajar Siswa di SMA Negeri 1 Atinggola Kabupaten Gorontalo Utara*”, Vol 8, No 1, Maret 2011.
- Singgih, Gunarsa D. (2014). *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Penerbit Libri.
- Siregar, Syofian. (2014). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Sudjana, Nana. (1989). *Penelitian dan Penilaian*, Bandung: Sinar Baru.
- Sudrajat, Akhmad. (1992). *Peran Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Sujarweni, V. Wiratna. (2015). *SPSS untuk Penelitian*, Yogyakarta: Pusaka Baru Press.
- Susmiati, “*Meningkatkan Motivasi Belajar Bahasa Indonesia Melalui Penerapan Model Discovery Learning dan Media Video Dalam Kondisi Pandemi Covid-19 bagi Siswa di SMPN 2 Gangga*”. Vol 7, No 3, Juli 2020.
- Sugiyono. (2008). *Metodologi Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- . (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi*, Bandung: Alfabeta.
- Suwanto, Insan, *Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK*, Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia, Vol. 1 No, 1, Maret 2016.
- Telaumbanua, Kaminudin, *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Lahusa*, Vol 4, No 1, April 2018.

- The Liang, Gie. (2000). *Cara Belajar Yang Baik bagi Mahasiswa Edisi Kedua*, Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Tim Penyusun Kamus Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. (1997). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Tohirin. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Cipta Rosdakarya.
- Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Tu'u, Tulus. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*, Jakarta: Grasindo.
- Wibawa, Angga Eka Yuda, dan Anwar Sutoyo, dan Sugiyono, *Pengembangan Model Konseling Kelompok Behavior dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa SMA Kabupaten Lamongan*, Jurnal Bimbingan Konseling, vol. 4, No 2, September 2016.
- Wibowo, Eddy. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*, Semarang: Universitas Negeri Semarang Press.
- . (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*, Jakarta: Unres Press.
- Winkel. (2003). *Konseling Kelompok*, Bandung: Alfabeta.
- Winkel, W.S dan M.M Srihastuti. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Yogyakarta: Media Abadi.
- Yuliana. "Corona Virus Diseases (Covid-19) Sebuah Tinjauan Literatur". WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE, Vol 2, No 1, February 2020.
- Yuliantika, Siska, *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan Belajar Siswa*, Vol, 9, No. 1, Maret 2017.

Lampiran 1

SURAT KEPUTUSAN DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH
NOMOR : B-8312/Un.08/FTK/KP.07.6/5/2021

TENTANG

PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

DEKAN FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

- Menimbang : a. bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi dan ujian munaqasah 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 Nomor 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 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 dan Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
8. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 Tahun 2015, tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 492 Tahun 2003, tentang Pendelegasian Wewenang, Pengangkatan, Pemindahan dan Pemberhentian PNS dilingkungan 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/Seminar Proposal Skripsi Prodi Bimbingan Konseling tanggal 23 November 2020

MEMUTUSKAN

- Menetapkan :
PERTAMA : Menunjuk saudara :
1. Dr. Masbur, M. Ag Sebagai Pembimbing Pertama
2. Elviana, M. Si Sebagai Pembimbing Kedua
- Untuk Membimbing Skripsi :
Nama : Nadia Wirja
NIM : 170213103
Program Studi : Bimbingan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di SMAN 2 Kluet Utara Pada Masa Pandemic Covid-19
- KEDUA : Pembiayaan honorarium pembimbing pertama dan kedua tersebut di atas dibebankan pada DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2022
- KETIGA : 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.
- 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 : 10 Mei 2021



- Tambusan :
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



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN
Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B-418/Un.08/FTK.1/TL.00/01/2022
Lamp : -
Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,
Kepala Sekolah SMAN 2 Kluet Utara

Assalamu'alaikum Wr.Wb.
Pimpinan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **NADIA WIRJA / 170213103**
Semester/Jurusan : **X / Bimbingan Konseling**
Alamat sekarang : **Jl. Laks. Malahayati Gampoeng Kajhu Dsn. Lambateung Kec. Baitussalam, Kab. Aceh Besar**

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMAN 2 Kluet Utara pada Masa Pandemi COVID-19*

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 18 Januari 2022
an. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan,



Dr. M. Chalis, M.Ag.

Berlaku sampai : 12 Februari
2022

جامعة الرانيري
AR-RANIRY

Lampiran 3



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 2 KLUET UTARA

Jln. Datuk Chinde Kuala Ba'u, Kluet Utara, Aceh Selatan, Kode Pos.23771
Email : sman2kluetutaraacehselatan07@gmail.com



SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 422 / 038 / 2022

Kepala Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 2 Kluet Utara, Kabupaten Aceh Selatan, dengan ini menerangkan :

N a m a : NADIA WIRJA
NIM : 170213103 :-
Pekerjaan : Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan dan Keguruan Universitas Islam Negeri AR-Raniry Banda Aceh
Jurusan : Bimbingan Konseling
Semester : X
Alamat : Jl. Lsks. Malahayati, Gampong Kajhu, Kec. Baitussalam, Kab.Aceh Besar.

Benar yang nama tersebut di atas telah melakukan Penelitian Ilmiah Mahasiswa pada SMA Negeri 2 Kluet Utara selama 5 (lima) hari sejak tanggal 25 s/d 29 Januari 2022, dengan Judul " Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Peserta Didik di SMA Negeri 2 Kluet Utara Pada Masa PANDEMI covid-19 "

Demikian Surat Keterangan ini kami berikan agar yang bersangkutan dapat menggunakan sebagaimana mestinya.

Kluet Utara, 31 Januari 2022
Kepala Sekolah

HENDRI AZHAR, S.Pd
NIP.198303172009041007

Lampiran 4

HASIL JUDGEMENT INSTRUMEN

Instrumen : Kedisiplinan Belajar

Nama : Nadia Wirja

Nim : 170213103

PERTIMBANGAN	SARAN/REKOMENDASI/REVISI
BAHASA	✓
KONTRUK	✓
ISI	✓

Banda Aceh, 23 Desember 2021



Muslima, S.Ag., M.Ed

AR-RANIRY

HASIL JUDGEMENT INSTRUMEN

Instrumen : Kedisiplinan Belajar

Nama : Nadia Wirja

Nim : 170213103

PERTIMBANGAN	SARAN/REKOMENDASI/REVISI
BAHASA	Bahasa sudah baik (mengikuti EYD)
KONTRUK	BAIF
ISI	Seharusnya sesuai dgn isi DO

Banda Aceh, 23 Desember 2021



Wanti Khaira, S.Ag., M.Ed

جامعہ الرانیری
AR-RANIRY

Lampiran 5

ANGKET DISIPLIN BELAJAR PESERTA DIDIK

A. Identitas Siswa

Nama :
Kelas :
No Absen :

B. Petunjuk

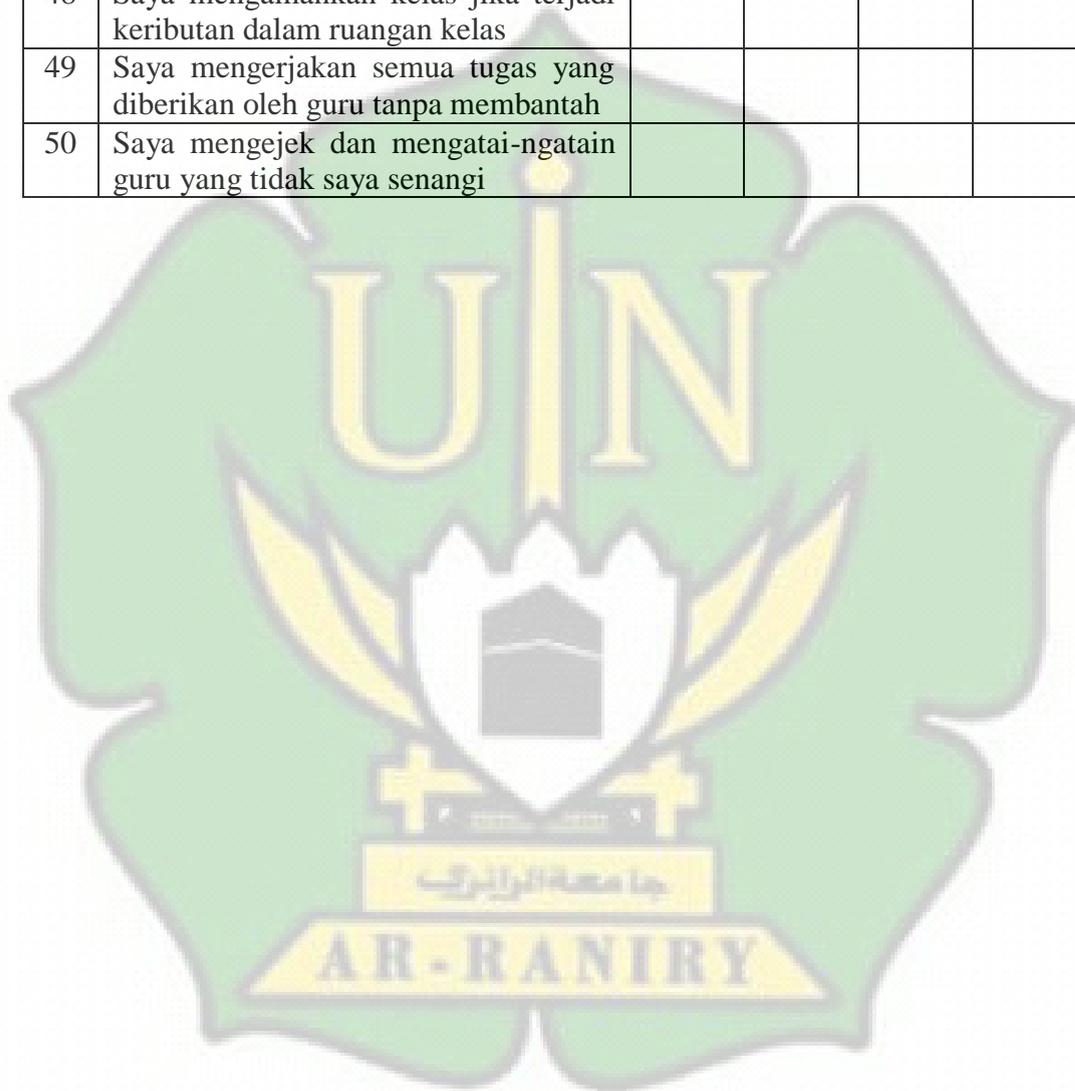
1. Pernyataan-pernyataan di bawah ini mungkin menggambarkan apa yang telah kamu alami atau apa yang mungkin terjadi pada diri kamu.
2. Kamu tentu memiliki jawaban terhadap setiap pernyataan ini, berikan tanda (√) pada yang sesuai.
3. Jawaban:
SS: Sangat Sering
SR: Sering
KK: Kadang-Kadang
TP: Tidak Pernah
4. Angket ini dijamin sangat rahasia dan dijawab dengan **JUJUR** dan **BENAR**

No	Pernyataan	SS	SR	KK	TP
1	Saya datang ke sekolah tepat waktu				
2	Saya terlambat datang ke sekolah karena telat bangun tidur				
3	Saya pulang sekolah sebelum jam pelajaran selesai karena materinya sangat membosankan				
4	Saya mengulang materi pelajaran yang belum dipahami				
5	Saya masuk ruangan kelas sesuai dengan waktu yang ditetapkan				
6	Saya belajar meskipun tidak ada ujian				
7	Saya menunda-nunda mengerjakan tugas karena bermain bersama teman-teman				
8	Saya mematuhi peraturan yang berlaku di sekolah dengan memakai atribut yang lengkap				
9	Saya mengerjakan tugas tepat waktu sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan				
10	Saya tetap menunggu guru di dalam ruangan kelas meskipun guru tidak				

	masuk				
11	Saya melanggar peraturan yang berlaku di sekolah dengan memanjat pagar untuk bolos				
12	Saya mengerjakan sendiri tugas yang diberikan oleh guru				
13	Saya bermalas-malasan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena saya kurang menyenangi pelajaran tersebut				
14	Saya keluar masuk ruangan kelas ketika guru sedang menyampaikan materi				
15	Saya patuh kepada semua guru dengan mengerjakan apa yang disuruh oleh guru				
16	Saya berbohong jika ditanyai guru alasan kenapa telat datang ke sekolah				
17	Saya bersikap jujur kepada semua guru dengan menjawab pertanyaan dari guru tanpa berbohong				
18	Saya melapor kepada wali kelas/ketua kelas ketika tidak dapat berhadir ke sekolah				
19	Saya beralasan sakit ketika malas datang ke sekolah				
20	Saya menjawab soal ujian sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
21	Saya belajar ketika hendak ujian saja				
22	Saya meminta jawaban teman saat sedang ujian				
23	Saya membawa contekan saat ujian karena saya tidak belajar				
24	Saya mengganggu teman yang sedang belajar di kelas				
25	Saya mengejek teman yang sering bertanya tentang materi pelajaran di kelas				
26	Saya dan teman sekelas mendengarkan penjelasan dari guru dan kemudian saling bertukar pendapat tentang materi pelajaran tersebut				
27	Saya memakai pakaian yang tidak semestinya tidak sesuai dengan				

	ketentuan sekolah				
28	Saya mematuhi peraturan yang berlaku di ruangan kelas dengan tidak bolos saat guru sedang mengajar				
29	Saya telat masuk ruangan kelas karena nongkrong di kantin				
30	Saya memanfaatkan waktu kosong untuk belajar di perpustakaan				
31	Saya mempelajari materi yang akan disampaikan guru ketika masuk kelas				
32	Saya tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena saya tidak paham terhadap tugas yang diberikan oleh guru				
33	Saya mengikuti pembelajaran dari awal sampai dengan selesai				
34	Saya malas belajar karena belajar itu membosankan				
35	Saya mengunjungi perpustakaan jika disuruh/jika ada keperluan saja				
36	Saya mengobrol dalam kelas saat guru sedang menyampaikan materi pelajaran supaya tidak mengantuk				
37	Saya memperhatikan guru yang sedang menyampaikan materi pelajaran karena saya senang dengan pelajaran tersebut				
38	Saya duduk di kantin saat jam pelajaran berlangsung				
39	Saya pergi ke sekolah hanya untuk jumpa teman-teman				
40	Saya bolos sekolah karena diajak sama kawan				
41	Saya mengerjakan tugas tepat waktu sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan				
42	Saya tetap datang ke sekolah meskipun hujan deras				
43	Saya mendengarkan penjelasan guru tanpa ribut di dalam ruangan kelas				
44	Saya senang belajar di perpustakaan karena banyak referensi buku yang bisa dibaca				
45	Saya bertanya jika saya belum paham tentang materi yang disampaikan oleh				

	guru				
46	Saya tidur dalam ruangan karena mengantuk				
47	Saya ribut dalam ruangan kelas karena bosan dengan materi pelajaran yang disampaikan oleh guru				
48	Saya mengamankan kelas jika terjadi keributan dalam ruangan kelas				
49	Saya mengerjakan semua tugas yang diberikan oleh guru tanpa membantah				
50	Saya mengejek dan mengatai-ngatain guru yang tidak saya senangi				



Lampiran 6

Instrument wawancara peneliti dengan peserta didik di SMAN 2 Kluet Utara

NO	Pertanyaan
1.	Apakah kamu masuk ruangan kelas tepat waktu?
2.	Apa yang kamu lakukan ketika guru sedang menjelaskan materi pelajaran di kelas?
3.	Apakah anda pernah tidur dalam ruangan kelas ketika guru sedang menjelaskan materi pelajaran di depan?
4.	Menurut anda apa pentingnya mengikuti pelajaran di kelas?
5.	Apakah anda sering keluar masuk ruangan kelas saat ada guru di dalam kelas?
6.	Apakah anda pernah membolos saat jam pelajaran?
7.	Apakah anda mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru?
8.	Apakah anda menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru secara tepat waktu?
9.	Apakah ketika pulang sekolah anda langsung mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru di sekolah?
10.	Apakah anda menunda-nunda dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru?
11.	Apakah pernah anda tidak mengumpulkan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru karena tidak menyelesaikannya?
12.	Apakah anda selalu membawa buku pelajaran di sekolah?
13.	Apakah anda memiliki buku yang berisikan materi pelajaran?
14.	Apakah pernah anda datang ke sekolah tanpa membawa perlengkapan sekolah?
15.	Menurut anda kenapa siswa dituntut untuk selalu datang ke sekolah dengan membawa kelengkapan belajar?
16.	Apa yang akan anda rasakan ketika anda datang ke sekolah tanpa perlengkapan belajar?
17.	Apa tanggapan anda ketika melihat teman anda yang selalu meminjam pulpen tanpa pernah membawanya?

Lampiran 7

PEDOMAN OBSERVASI

No	Aspek yang di ukur	Indikator	Pernyataan	Keterangan	
				Ya	Tidak
1.	Mengikuti pelajaran kelas	Masuk ruangan kelas tepat waktu, tidak membolos, dan mengikuti pelajaran sampai selesai	Adanya peserta didik yang sering datang terlambat ke sekolah dan juga terlambat masuk ruangan kelas yang tidak sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.		
	Mengerjakan tugas-tugas dan pekerjaan rumah	Mengerjakan pekerjaan rumah, mengerjakan soal yang diberikan guru, dan mencatat materi pelajaran.	Terdapat peserta didik yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru dan juga tidak mencatat materi pelajaran.		
	Memiliki kelengkapan belajar	Buku pelajaran, pulpen, buku cetak.	Terdapat peserta didik yang bahkan tidak pernah membawa perlengkapan belajar ke sekolah.		
2.	Teknik yang digunakan/diterapkan	Teknik <i>self management</i> dalam layanan konseling kelompok.	Layanan konseling kelompok yang diterapkan oleh guru BK sesuai dengan tahapannya		
			Guru BK menerapkan teknik <i>self management</i> dalam layanan konseling kelompok		
			Teknik <i>self management</i> yang		

			dilakukan atau diberikan oleh guru BK efektif dalam penyelesaian masalah peserta didik.		
3.	Peran dan proses pelaksanaan konseling kelompok	Guru BK sebagai pemimpin kelompok	Guru BK berperan sebagai pemimpin kelompok		
		Tahap awal konseling	Guru BK membangun hubungan dengan melibatkan anggota kelompok/ peserta didik		
		Tahap pertengahan	Guru BK memberikan bantuan penyelesaian masalah		
		Tahap akhir konseling	Guru BK mengakhiri proses konseling		
4.	Evaluasi dan tindak lanjut	Perubahan perasaan	Peserta didik merasa lebih senang dan lega setelah mengikuti layanan konseling kelompok.		
		Tindak lanjut	Adanya pengawasan terhadap peserta didik yang masih kurang disiplin		
			Adanya tindak lanjut yang dilakukan oleh guru BK terhadap peserta didik yang tidak disiplin		

Lampiran 8

**LEMBAR OBSERVASI PENGAMAT TERHADAP PROSES PENERAPAN
LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF
MANAGEMENT***

No	Aspek yang di Amati	Melakukan	
		Iya	Tidak
1.	Guru melakukan tahapan pembukaan terhadap pelaksanaan layanan.		
2.	Adanya respon dari peserta didik terhadap kegiatan yang akan dilakukan oleh guru.		
3	Guru melakukan tahapan peralihan yaitu dengan menyakan kesiapan peserta didik dalam mengikuti kegiatan layanan kelompok.		
4.	Antusias peserta didik dalam mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik <i>self management</i> .		
4.	Guru melakukan tahapan kegiatan dengan tahap pertama yaitu <i>self monitoring</i> .		
4.	Guru melakukan tahapan kegiatan dengan tahap kedua yaitu <i>self reward</i>		
5.	Guru melakukan tahapan kegiatan dengan tahap ketiga yaitu <i>self contracting</i>		
6.	Guru melakukan tahapan kegiatan dengan tahap ketiga yaitu <i>self control</i>		
8.	Peserta didik aktif dalam mengemukakan pendapat dalam kelompok		
9.	Peserta didik menceritakan masalahnya dengan suka rela dan mendengarkan serta menerima pendapat guru dan juga teman-temannya.		
10.	Kegiatan konseling kelompok berjalan sesuai dengan modul dan RPL.		

Lampiran 11.

Gambar 1
Pengisian Angket Kedisiplinan Belajar



Gambar 2
Pemberian *treatment* kepada peserta didik



Gambar 3
Wawancara dengan peserta didik

