

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK
SELF MANAGEMENT DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA
DI SMA NEGERI 1 TAPAKTUAN**

TESIS

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister
Program Studi Bimbingan dan Konseling



Oleh
Oktatul Sandowil
NIM. 20151022

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

ABSTRACT

Oktatul Sandowil. 2023. "Effectiveness of Group Guidance Services Using Self Management Techniques in Improving Student Discipline at SMA Negeri 1 Tapaktuan". Thesis. Masters of Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Education, Universitas Negeri Padang.

Student discipline is an important point for their success as students. However, there are still students who have low discipline, as found in SMA Negeri 1 Tapaktuan, there are students who often come to school late, don't wear clothes according to the existing regulations, gather with friends when the teacher explains, sleep during the learning process, take out the facilities. school and in and out of the classroom when learning activities are carried out. So efforts are needed to improve student discipline. Therefore, this study aims to (1) analyze the differences in the level of discipline of experimental group students before and after being given group guidance services using self management techniques, (2) analyze the differences in the level of discipline of control group students before and after being given the usual group guidance services. guidance and counseling teachers at school, and (3) analyzing the differences in the level of discipline of experimental group students after being given group guidance services using self management techniques with the control group who were given group guidance services usually provided by teachers at school.

The research method used is a quantitative approach. This type of research is Quasi Experimental Design, a non-equivalent control group design model. The research population was 213 students. The sample for this research was 16 students. Sampling used the Slovin formula and sampling using the Purposive Sampling technique. The research instrument used was a Likert Scale model student discipline questionnaire. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test and KolmogorovSmirnov Two Independent Samples test with the help of SPSS version 26.0.

The research results show that the majority of students' discipline levels are in the medium category, but there are still those who have low discipline. From the treatment given to students who had low discipline, the results showed that (1) there was a significant difference in the discipline of the experimental group students before and after being given group guidance services using self-management techniques, (2) there was a significant difference in the discipline of the control group students before. and afterwards they were given group guidance services which are usually used by guidance counselors in schools, and (3) there were differences in the discipline of the experimental group students who were given group guidance services using self-management techniques with the control group who were given group guidance services which were usually used by guidance counselors in schools. So, group tutoring services using self-management techniques are effective in increasing student discipline.

Keywords: Group Guidance, Self Management Techniques, Discipline Student

ABSTRAK

Oktatul Sandowil. 2023. “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri 1 Tapaktuan”. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Kedisiplinan siswa adalah poin penting untuk keberhasilannya sebagai peserta didik. Namun masih ada siswa yang memiliki kedisiplinan yang rendah, sebagaimana yang ditemukan di SMA Negeri 1 Tapaktuan adanya siswa yang sering terlambat datang ke sekolah, tidak memakai pakaian sesuai ketentuan yang ada, mengobrol dengan teman saat guru menjelaskan, tidur saat proses pembelajaran berlangsung, mencoret fasilitas sekolah dan ke luar masuk kelas saat kegiatan pembelajaran dilaksanakan. Sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk (1) menganalisis perbedaan tingkat kedisiplinan siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management*, (2) menganalisis perbedaan tingkat kedisiplinan siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok yang biasa diberikan guru BK di sekolah, dan (3) menganalisis perbedaan tingkat kedisiplinan siswa kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok yang biasa diberikan guru di sekolah.

Metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian *Quasi Exsperiment Design model non equivalent control group design*. Populasi penelitian sebanyak 213 siswa. Sampel penelitian ini sebanyak 16 siswa. Pengambilan sampel menggunakan rumus *Slovin* dan penarikan sampel dengan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket kedisiplinan siswa model Skala Likert. Data dianalisis dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *KolmogorovSmirnov Two Independent Sampels* dengan bantuan SPSS versi 26.0.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar tingkat kedisiplina siswa berada pada kategori sedang, namun masih ada yang memiliki kedisiplinan yang rendah. Dari perlakuan yang diberikan kepada siswa yang memiliki kedisiplinan rendah tersebut diperoleh hasil bahwa bahwa (1) terdapat perbedaan yang signifikan kedisiplinan siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management*, (2) terdapat perbedaan yang signifikan kedisiplinan siswa kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok yang biasa digunakan guru BK di sekolah, dan (3) terdapat perbedaan kedisiplinan siswa kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok yang biasa digunakan guru BK di sekolah. Jadi, layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* efektif meningkatkan kedisiplinan siswa.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik *Self Management*, Kedisiplinan Siswa

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : Oktavio Saidjidi

NIM : 20151020

Nama

Jarak Tempuh

Tanggal

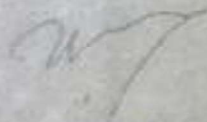
Prof. Dr. Suryanto S., M.S., Ekm.
Dekan Pascasarjana



27 Desember 2023

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Koordinator Program Studi S2 dan S1
Wibinggan dan Konseling STP UNE


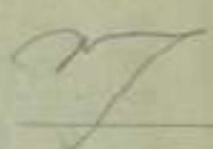



Prof. Dr. Mihal, M.Pd., Kons.
NIP. 00505022000121002



Prof. Dr. Elicman, M.S., Kons.
NIP. 106302251986021001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

No	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Prof. Dr. Nurfarahani S., M.S., Koms</u> (Ketua)	
2.	<u>Prof. Dr. Afidi, M.Pd., Koms</u> (Anggota)	
3.	<u>Dr. Nurfarahani, S.Pd., M.Pd., Koms</u> (Anggota)	

Makassar :
Nama Mahasiswa : Oktavia Sandewi
NIM : 20131029
Tanggal Ujian : 10 November 2023

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis saya yang berjudul:

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SISWA DI SMA NEGERI 1 TAPAKTUAN

Tidak pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi lain dan tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis aslinya. Apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh universitas batal saya terima.

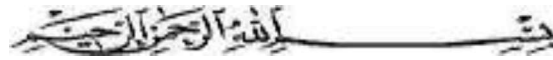
Padang, November 2023

Saya yang menyatakan



OKTATUL SANDOWIL
NIM. 20151022

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan hasil penelitian ini dengan judul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri 1 Tapaktuan”. Pada hasil penelitian ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., Kons. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi dan saran kepada peneliti untuk menyelesaikan hasil penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku kontributor I dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, kepada peneliti untuk kesempurnaan hasil penelitian ini.
3. Ibu Dr. Nurfarhanah, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku kontributor II dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, kepada peneliti untuk kesempurnaan hasil penelitian ini.
4. Bapak Dr. Rezki Hariko, M.Pd., Kons., penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktu untuk memberikan masukan, saran, kepada peneliti untuk kesempurnaan hasil penelitian ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, khususnya dosen jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan dalam penyelesaian tesis ini.
6. Pegawai Tata Usaha Pascasarjana FIP UNP yang telah membantu peneliti secara administratif untuk kelancaran pelaksanaan seminar hasil penelitian ini.

7. Kepala Sekolah, Bapak dan Ibu Guru BK serta Staff Tata Usaha di SMA Negeri 1 Tapaktuan yang telah memberikan kesempatan, bantuan, dan kerja sama, sehingga data penelitian ini dapat diperoleh.
8. Teristimewa kepada kedua orangtua, abang, kakak dan uni yang senantiasa selalu memberikan do'a, semangat, bantuan moril dan materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.
9. Seluruh teman-teman Angkatan 2020 Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan do'anya.
10. Pihak-pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam menyelesaikan hasil penelitian ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan berupa pahala dan kemuliaan disisi-Nya. Peneliti sangat menyadari bahwa hasil penelitian ini masih terdapat kekurangan. Oleh sebab itu, peneliti mengharapkan saran dan kritikan yang bersifat membangun demi perbaikan untuk di masa yang akan datang. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, November 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Pembatasan Masalah.....	10
D. Perumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	12
G. Kebaharuan dan Orisinalitas Penelitian	14
H. Definisi Operasional	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	16
1. Kedisiplinan	
a. Pengertian Kedisiplinan	16
b. Tujuan Kedisiplinan.....	18
c. Macam-macam Kedisiplinan.....	20
d. Aspek-aspek Kedisiplinan.....	23
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kedisiplinan	23
f. Upaya Meningkatkan Kedisiplinan Siswa	25
2. Teknik <i>Self Management</i>	26
a. Pengertian <i>Self Management</i>	26
b. Tujuan <i>Self Management</i>	28
c. Aspek-aspek <i>Self Management</i>	28
d. Teknik-teknik <i>Self Management</i>	32
e. Tahap-tahap Teknik <i>Self Management</i>	32
3. Layanan Bimbingan Kelompok	34
a. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	34
b. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok.....	36
c. Asas-asas Bimbingan Kelompok.....	36
d. Tahap-tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok.....	37
4. Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik <i>Self Management</i> untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa.....	38
B. Penelitian yang Relevan	42

C. Kerangka Konseptual.....	43
D. Hipotesis Penelitian	44
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	46
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	47
C. Instrumen Penelitian	51
D. Teknik Pengumpulan Data	56
E. Teknik Analisis Data.....	57
F. Jadwal Penelitian	61
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian	63
B. Pengujian Hipotesis	80
C. Pembahasan	87
D. Keterbatasan Penelitian.....	101
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	105
B. Saran	106
C. Implikasi.....	108
REFERENSI	112

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Langkah-langkah Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Self Management</i> (Kelompok Eksperimen) dan Tanpa Teknik <i>Self Management</i> (Kelompok Kontrol).....	40
Tabel 2.2 Langkah-langkah Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Tanpa Teknik <i>Self Management</i> (Kelompok Kontrol)	41
Tabel 3.1 Populasi Penelitian	48
Tabel 3.2 Sampel Penelitian	50
Tabel 3.3 Penskoran/Penilaian Instrumen Kedisiplinan Siswa	51
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Penelitian	52
Tabel 3.5 Kategori Penskoran Kedisiplinan Siswa	58
Tabel 3.6 Kategori Penskoran Kedisiplinan Siswa Masing-masing Aspek .	60
Tabel 3.7 Jadwal Penelitian	62
Tabel 4.1 Gambaran Kedisiplinan Siswa Keseluruhan Sebelum Diberikan Perlakuan	64
Tabel 4.2 Data <i>Pretest</i> Kedisiplinan Keseluruhan Siswa Berdasarkan Sub Variabel Ketertiban, Kemampuan Mengendalikan Diri dan Kemampuan Berkonsentrasi.....	64
Tabel 4.3 Skor <i>Pretest</i> Kedisiplinan Masing-masing Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	66
Tabel 4.4 Data <i>Pretest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub Variabel Ketertiban, Kemampuan Mengendalikan Diri dan Kemampuan Berkonsentrasi.....	67
Tabel 4.5 Skor <i>Posttest</i> Kedisiplinan Masing-masing Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	69
Tabel 4.6 Data <i>Posttest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Berdasarkan Sub Variabel Ketertiban, Kemampuan Mengendalikan Diri dan Kemampuan Berkonsentrasi.....	71
Tabel 4.7 Perbandingan Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen	73
Tabel 4.8 Perbandingan Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Kontrol.....	75
Tabel 4.9 Perbandingan Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol.....	77
Tabel 4.10 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Kedisiplinan Siswa antara <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	81
Tabel 4.11 Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	82
Tabel 4.12 Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Kedisiplinan Siswa antara <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	83
Tabel 4.13 Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol.....	84

Tabel 4.14 Hasil Pengujian <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	86
--	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Kerangka Konseptual.....	43
Gambar 3.1. Rancangan Penelitian <i>The Equivalent Control Group</i>	49
Gambar 4.1. Diagram Hasil <i>Pretest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	67
Gambar 4.2. Diagram Hasil <i>Posttest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	70
Gambar 4.3. Diagram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Eksperimen.....	74
Gambar 4.4. Diagram Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kedisiplinan Siswa Kelompok Kontrol.....	76
Gambar 4.5. Diagram Perbandingan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kedisiplinan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	78

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen Penelitian.....	118
Lampiran 2. Hasil Uji Valid dan Realibilitas Instrumen Penelitian	135
Lampiran 3. Tabulasi Data Penelitian.....	139
Lampiran 4. Hasil Uji Hipotesis Penelitian.....	156
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	158

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kedisiplinan sangat penting dalam meningkatkan perkembangan siswa dalam belajar, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Kedisiplinan merupakan salah satu sikap yang sangat diharapkan oleh setiap pendidik kepada siswa pada saat berlangsungnya proses pembelajaran. Kedisiplinan merupakan faktor penting yang diperlukan oleh para siswa agar dapat belajar dan berperilaku dengan cara yang dapat diterima di lingkungannya.

Sebagaimana yang dijelaskan Sarwono & Meinarno (2012) bahwa kedisiplinan merupakan kepatuhan yang merupakan salah satu dari jenis efek sosial atau dampak dari pengaruh komunitas atau personal guna mematuhi dan mentaati aturan yang ditetapkan oleh pemegang otoritas. Selain itu, Feldman (2012) menjelaskan bahwa muara dari kepatuhan merupakan sifat taat kepada aturan guna merubah perilaku individu atau kelompok baik perubahan permintaan dari aturan ataupun dari orang lain dan bahkan perubahan tersebut bisa saja muncul dari dorongan diri individu. Mulyasa (2003) menjelaskan bahwa kedisiplinan ialah suatu keadaan tertib, di mana orang-orang tergabung dalam satu sistem tunduk pada peraturan-peraturan yang ada dengan senang hati.

Tujuan utama dari kedisiplinan adalah untuk mendidik agar siswa menjadi mapan dalam mengelola emosi, serta mampu mengontrol diri dalam berperilaku dan bisa memanfaatkan waktu dengan baik (Sulistiyorini, 2014). Tujuan dari kedisiplinan bermacam ragam. Kedisiplinan yang diberlakukan

kepada para siswa bertujuan agar membantu siswa guna mengatasi terjadinya berbagai macam problem yang dapat mengurangi kedisiplinan, hal ini agar siswa dapat merasakan kenyamanan pada saat berlangsungnya proses pembelajaran. Tujuan yang telah disebutkan sebelumnya tidak bisa terlaksana jika tanpa didukung oleh para pendidik atau guru, yakni dukungan yang mampu meningkatkan perilaku siswa untuk menegakkan kedisiplinan (Mulyasa, 2013).

Fungsi dari kedisiplinan sendiri ialah untuk menghormati tata tertib di lingkungan tempat berlangsungnya proses pembelajaran serta untuk menghormati peraturan yang telah ditentukan oleh otoritas. Fungsi utama kedisiplinan ialah mengajarkan mengendalikan diri dengan mudah, menghormati dan mematuhi otoritas (Irham & Wiyana, 2013). Selain itu, kedisiplinan juga berfungsi agar para siswa dapat menata kehidupan bersama, membentuk dan melatih kepribadian guna menciptakan lingkungan yang sehat (Azra, 2012).

Beberapa definisi di atas menunjukkan bahwasanya kedisiplinan memiliki peran penting dalam pengembangan pribadi siswa agar dapat melatih diri, melaksanakan dan mengikuti peraturan maupun tata tertib di sekolah. Namun tidak semua siswa dapat menerapkan kedisiplinan dalam dirinya.

Hasil penelitian Schiff (2018) menunjukkan bahwa tingginya permasalahan kedisiplinan siswa di Amerika Serikat seperti melanggar peraturan dan ketentuan sekolah, berkelahi bahkan melawan kepada guru,

sehingga siswa yang melakukan pelanggaran kedisiplinan tersebut diskors, dikeluarkan, dirujuk secara disiplin dan ditangkap oleh pihak keamanan atau kepolisian.

Selain itu, Heilbrun, Cornell & Lovergrof (2015) dalam hasil penelitiannya di Virginia ditemukan adanya siswa yang melanggar berbagai peraturan yang telah ditetapkan, seperti membawa minuman keras dan memakai narkoba di sekolah. Hal ini menunjukkan tingginya tingkat pelanggaran kedisiplinan yang dilakukan oleh siswa.

Pelanggaran kedisiplinan yang dilakukan siswa juga terjadi di berbagai sekolah yang ada di Indonesia. Sebagaimana yang diungkapkan Najmuddin, Fauzi & Ikhvani (2019) yang meneliti di SMA Babul Maghfirah Aceh Besar bahwa adanya siswa yang melakukan pelanggaran kedisiplinan. Adapun bentuk-bentuk pelanggaran kedisiplinan yang sering dilakukan siswa, yaitu terlambat datang ke sekolah, terlambat masuk kelas, tidak memperhatikan ke papan tulis, mencoret-coret dinding, berteriak di kelas, memukul meja, tidak mengerjakan PR, membawa HP, berkelahi, merokok dan melakukan pelanggaran terhadap peraturan yang telah ditetapkan sekolah.

Hasil penelitian lainnya yang mengungkap tentang permasalahan kedisiplinan siswa ialah penelitian Felazen (2020) yang meneliti siswa kelas IV di SD Negeri Pucung II di Kabupaten Karawang ditemukan terdapat beberapa permasalahan mengenai kedisiplinan. Permasalahan tersebut antara lain siswa datang terlambat, tidak menyelesaikan tugas tepat waktu sesuai

dengan yang ditentukan, tidak memperhatikan pelajaran dan berpakaian tidak rapi.

Selain itu, Pasikha (2017) dalam hasil penelitiannya dijelaskan bahwa siswa tidak terlepas dari pelanggaran kedisiplinan baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Perilaku negatif yang terjadi dikalangan siswa yang notabene masih menyandang predikat sebagai pelajar pada akhir-akhir ini tampaknya sudah sangat mengkhawatirkan. Perilaku seperti sex bebas, penyalahgunaan narkoba, geng motor, pemalakan dan berbagai tindakan yang menjurus ke arah kriminal lainnya yang dapat merugikan diri. Di lingkungan internal sekolah pun pelanggaran terhadap berbagai aturan dan tata tertib sekolah masih sering ditemukan dari kasus yang paling ringan hingga yang berat, seperti kasus bolos sekolah, perkelahian, nyontek, pencurian dan bentuk pelanggaran disiplin lainnya.

Sobri, Nursaptini, Widodo & Sutisna (2019) dalam hasil penelitiannya juga menjelaskan bahwa banyak perilaku siswa tidak disiplin yang sering ditemui di lingkungan sekolah, seperti tidak memakai seragam yang lengkap sesuai dengan yang tercantum dalam tata tertib sekolah, datang ke sekolah tidak tepat waktu, membuang sampah sembarangan, tidak duduk atau berjalan dengan seenaknya menginjak tanaman yang jelas-jelas sudah dipasang tulisan “dilarang menginjak tanaman”, mencoret coret dinding sekolah, terlambat mengumpulkan tugas, membolos sekolah, tidak menggunakan seragam sesuai aturan, tidak mencukur rambut sesuai tata tertib sekolah, menggunakan tato padahal sudah jelas tidak dibolehkan dalam aturan sekolah dan lain

sebagainya. Perilaku tidak disiplin yang ditampilkan siswa akan merugikan diri siswa tersebut secara pribadi, serta merugikan pihak sekolah dari tindakan yang dilakukan.

Namun, berdasarkan observasi awal dan wawancara yang peneliti lakukan dengan dua orang guru Bimbingan dan Konseling (selanjutnya disingkat BK) dan empat orang siswa kelas XI SMA Negeri 1 Tapaktuan pada tanggal 9 Maret 2022 ditemukan dan diperoleh keterangan bahwa masih adanya siswa yang tidak menerapkan perilaku kedisiplinan, seperti sulit bangun pagi, terlambat masuk kelas, sering berkelahi dengan teman, sering berbicara saat guru sedang menerangkan pelajaran, sering melawan guru, mencoret fasilitas sekolah, tidak mematuhi peraturan sekolah dan peraturan guru mata pelajaran, berbohong kepada orang tua datang ke sekolah tetapi tidak hadir di sekolah dan di kelas.

Selain itu, dari wawancara yang dilakukan dengan siswa diperoleh keterangan bahwa siswa tersebut jarang membuat pekerjaan rumah (PR), sering datang terlambat karena telat bangun, tidak datang ke sekolah karena tidak membuat PR yang diberikan guru, rambut panjang, mengobrol dengan teman ketika guru sedang menerangkan materi pelajaran dan sering izin ke luar kelas ketika jam pelajaran masih berlangsung.

Dari temuan di SMA Negeri 1 Tapaktuan tersebut, dapat dipahami bahwa masih banyaknya siswa yang tidak disiplin dan tidak mengikuti ketentuan yang ditetapkan di sekolah terkait kedisiplinan. Padahal, kedisiplinan memiliki peran yang sangat penting dalam merubah perilaku

seseorang, khususnya bagi siswa yang bertujuan untuk mengusir rasa malas dan sering terlambat ke sekolah atau tidak siap dalam mengikuti proses pembelajaran. Siswa yang berperilaku tidak disiplin jika dibiarkan maka bisa menghambat proses pembelajaran, serta dapat berpengaruh pada siswa yang lain yang pada akhirnya menganggap proses pembelajaran tidak penting. Siswa yang mempunyai tingkat disiplin yang rendah cenderung senang memberontak, sering membuat masalah, mempengaruhi teman berbuat tidak baik, dan malas belajar, suasana sekolah dan juga kelas menjadi kurang kondusif bagi kegiatan pembelajaran sehingga akan menghambat optimalisasi potensi yang ada pada siswa. Hal ini secara tidak langsung akan menjadi faktor penghambat keberhasilan siswa untuk mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Sugiarto, Suyati & Yulianti (2019) dalam hasil penelitiannya dijelaskan bahwa siswa yang memiliki kedisiplinan rendah itu cenderung malas untuk belajar, tidak pernah mengerjakan PR atau tugas, malas untuk mencatat dan membaca buku pelajaran, kurangnya kesadaran untuk belajar, belum terbiasa dengan disiplin belajar yang mana hal ini dikarenakan sebagian besar oleh dirinya sendiri. Siswa yang demikian itu dapat dikatakan sikap perilaku yang kurang baik dan apabila terus dibiarkan, maka akan merugikan diri siswa itu sendiri. Sehingga sangat perlu upaya untuk mengatasi sikap perilaku yang tidak baik itu agar tidak berkembang pada diri setiap siswa. Kurangnya kedisiplinan siswa dapat dicegah melalui layanan bimbingan dan konseling yaitu melalui layanan bimbingan kelompok. Pemberian layanan

bimbingan kelompok dalam meningkatkan perilaku disiplin siswa sangat penting.

Kedisiplinan dikaitkan dengan kepatuhan pada peraturan yang bila terjadi pelanggaran terkena sanksi yaitu disiplin yang berhubungan dengan orang lain, seperti orang tua dan guru. Jika kepatuhan dalam sekolah, berarti taat pada peraturan sekolah, seperti memakai pakaian sesuai aturan sekolah, tidak mencoret-coret gedung sekolah, membuang sampah pada tempatnya. Seorang siswa yang dikatakan memiliki kedisiplinan apabila ia mengikuti peraturan yang ada.

Kedisiplinan perlu dikembangkan dengan berlatih, yang mana tidak terlena dalam kemalasan seperti bangun pagi, sekolah tepat waktu, mengerjakan tugas dari guru di sekolah, mematuhi orang tua, mematuhi aturan-aturan dari guru mata pelajaran.

Untuk mengatasi masalah kedisiplinan siswa pada sekolah, maka perlu diberikan layanan bimbingan dan konseling yaitu layanan bimbingan kelompok dan berkeinginan untuk mengubah perilakunya sendiri, khususnya dalam hal kedisiplinan yang rendah, sehingga diharapkan dengan teknik perubahan perilaku dapat meningkatkan kedisiplinan siswa. Teknik atau strategi yang berfungsi untuk mengubah perilaku yaitu dengan menggunakan pendekatan behavior yang mana teknik yang akan digunakan adalah teknik *self management*.

Menurut Prayitno (2012) bimbingan kelompok memiliki tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum bimbingan kelompok ialah agar

berkembangnya kemampuan bersosialisasi, khususnya tentang kemampuan komunikasi peserta layanan. Tujuan khusus layanan bimbingan kelompok agar berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang terwujudnya kehidupan efektif sehari-hari. Selain itu, Putra, Daharnis & Syahniar (2013) juga menjelaskan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah agar siswa memperoleh berbagai bahan yang dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari dan mencegah berkembangnya masalah yang dialami siswa. Hal tersebut dapat terwujud apabila siswa memiliki manajemen diri yang baik atau lebih dikenal dengan *self management*.

Neitzel (2009) menyatakan tujuan *self management* dapat untuk mengurangi perilaku yang tidak pantas dan mengganggu (perilaku yang mengganggu, tidak menyelesaikan tugas sekolah dan tugas-tugas secara mandiri dan efisien) dan meningkatkan sosial, adaptif dan kemampuan bahasa/komunikasi. Sehingga dengan teknik *self management* ini dapat meminimalisir perilaku yang dapat mengganggu kehidupan seseorang yang dapat membuat merugikan dirinya sendiri, serta dapat menumbuhkan dan meningkatkan perilaku positif pada diri seseorang yang bertingkah laku sebagaimana seharusnya dan memajemen diri dalam penentuan perilaku yang membawa dampak positif dalam menjalani kegiatan sehari-hari. Sa'diyah, Chotim & Triningtyas (2016) menjelaskan bahwa penerapan teknik *self management* dapat membantu siswa untuk memahami, mengatur dan mengendalikan perilakunya sendiri.

Penggunaan strategi pengelolaan diri tersebut sangatlah tepat jika strategi ini dikombinasikan dengan informasi cara belajar yang efektif untuk membantu meningkatkan kedisiplinan belajar, yang meliputi perencanaan aktivitas belajar sesuai dengan jadwal waktu belajar yang telah ditentukan. *Self-monitoring* atau pemantauan diri digunakan untuk memberikan catatan seluruh aktivitas dalam melaksanakan rencana dan jadwal waktu yang belum ditepati. *Stimulus control* atau pengendalian rangsang digunakan untuk mengatasi adanya kegagalan dalam menjalankan aktivitas belajar sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan karena kebiasaan tersebut, kebiasaan inilah yang dapat diusahakan untuk dikendalikan. Sedangkan *self-reward* atau penghargaan diri sendiri digunakan untuk memberikan penguat positif setelah berhasil melaksanakan aktivitas belajar sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Sehingga dengan penguat ini diharapkan aktivitas tersebut dapat dipertahankan atau ditingkatkan (Isnaini & Taufik, 2015).

Berdasarkan penjelasan tersebut, bahwa layanan bimbingan kelompok dan teknik *self management* merupakan suatu kombinasi yang tepat untuk meningkatkan pemahaman dan mengarahkan diri pribadi untuk berperilaku positif berdasarkan pemahaman yang diperoleh. Sehingga hal ini dirasa cocok untuk membantu siswa dalam meningkatkan pemahaman dan manajemen diri khususnya terkait kedisiplinan. Maka, berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik *Self Management* dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa di SMA Negeri 1 Tapaktuan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dikemukakan, maka peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan pokok yaitu sebagai berikut.

1. Adanya siswa tidak masuk sekolah dalam tepat waktu.
2. Adanya siswa sering ke luar masuk saat proses pembelajaran berlangsung.
3. Adanya siswa sering tidur saat proses pembelajaran berlangsung.
4. Adanya siswa tidak mengerjakan tugas yang sudah diberikan oleh guru mata pelajaran.
5. Adanya siswa tidak memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi di dalam kelas.
6. Adanya siswa yang mengobrol di kelas saat proses pembelajaran berlangsung.
7. Adanya siswa yang mencoret fasilitas sekolah.
8. Adanya siswa yang tidak membuang sampah pada tempat yang telah disediakan.
9. Adanya siswa yang tidak memakai pakaian sesuai ketentuan yang telah ditetapkan sekolah.
10. Adanya siswa yang mengobrol pada saat proses pembelajaran berlangsung.
11. Belum ada dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus, permasalahan dan sesuai dengan kemampuan peneliti, maka penelitian ini dibatasi pada.

1. Kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan yang rendah.
2. Layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* untuk meningkatkan kedisiplinan siswa

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut.

1. Bagaimana deskripsi kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan sebelum diberikan perlakuan?
2. Apakah terdapat perbedaan tingkat kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management*?
3. Apakah terdapat perbedaan tingkat kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok yang biasa diberikan guru BK di sekolah?
4. Apakah terdapat perbedaan tingkat kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok yang biasa diberikan guru di sekolah?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang akan dilakukan sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan sebelum diberikan perlakuan.
2. Menganalisis perbedaan tingkat kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management*.
3. Menganalisis perbedaan tingkat kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan bimbingan kelompok yang biasa diberikan guru BK di sekolah.
4. Menganalisis perbedaan tingkat kedisiplinan siswa SMA Negeri 1 Tapaktuan kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *self management* dengan kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok yang biasa diberikan guru BK di sekolah.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan/ pengetahuan tentang pengaruh teknik *self management* terhadap peningkatan kedisiplinan siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan membandingkan kenyataan yang ada di lapangan dengan teori yang ada. Sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya

yang akan mengambil tema yang sama, serta dapat memberikan manfaat bagi para pendidik khususnya guru BK untuk mencari dan menuntaskan berbagai permasalahan-permasalahan yang terjadi pada siswa.

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

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai alternatif pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

b. Bagi Guru Mapel dan Guru BK

Dapat membantu para guru untuk membantu dan membimbing siswanya mengenai kedisiplinan diri.

c. Bagi Siswa.

Dapat membantu siswa untuk mengembangkan dan mengatur diri dalam bertingkah laku.

G. Kebaharuan dan Orisinalitas Penelitian

Adapun kebaharuan dan orisinalitas dari penelitian yang akan dilakukan sebagai berikut.

1. Banyak peneliti yang meneliti tentang kedisiplinan siswa, namun belum ada yang meneliti tentang peningkatan kedisiplinan siswa melalui bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *self management*.
2. Penelitian ini yang akan dilakukan memiliki karakteristik tersendiri sesuai dengan kondisi di lapangan, sehingga aspek penelitian dipilih sesuai dengan kondisi kedisiplinan siswa di lapangan yang belum pernah diteliti sebelumnya.

H. Definisi Operasional

1. Kedisiplinan Siswa

Kedisiplinan merupakan hal yang penting diterapkan oleh setiap siswa dalam melaksanakan proses pembelajaran. Adapun kedisiplinan yang dimaksudkan dalam ini meliputi disiplin berhubungan dengan ketertiban, disiplin berhubungan dengan kemampuan mengendalikan diri, dan disiplin berhubungan kemampuan berkonsentrasi.

2. Teknik *Self Management*

Self management adalah suatu upaya mengelola diri sendiri ke arah yang lebih baik sehingga dapat mencapai tujuan yang telah direncanakan. *Self management* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa mengatur dirinya untuk bertanggung jawab

terhadap segala aturan yang telah dibuatnya, dengan tahap yaitu (1) tahap *self monitoring*, siswa mencatat berapa kali melanggar peraturan dalam sehari, (2) tahap *stimulus control*, siswa mengevaluasi hasil catatan yang telah dibuat dengan tingkah laku yang ingin dicapai dan mengontrol diri dari stimulus yang datang dari lingkungan, dan (3) tahap *self reward*, siswa memberi *reward* jika siswa mampu mencegah dirinya untuk tidak melanggar aturan yang telah dibuat dan memberi hukuman jika tujuan yang ingin dicapai tidak terlaksana dengan baik.

3. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok sebagai proses bantuan yang diberikan kepada siswa yang bertujuan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. Pada kegiatan bimbingan kelompok ini diberikan suatu topik untuk dibahas dan didiskusikan bersama, sehingga dalam kelompok tersebut tercipta dinamika kelompok yang menggambarkan suasana kelompok untuk mencapai tujuan bersama, dalam hal ini topik yang diberikan adalah topik tugas berkenaan dengan meningkatkan kedisiplinan siswa. Layanan bimbingan kelompok ini terdiri dari empat tahap yaitu: (1) tahap pembentukan, (2) tahap peralihan, (3) tahap kegiatan, dan (4) tahap pengakhiran.