

## **Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XII IPS Di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes**

**M. Taufik Hidayat**

Universitas PGRI Semarang

**Siti Fitriana**

Universitas PGRI Semarang

**M.A. Primaningrum Dian**

Universitas PGRI Semarang

Alamat: Alamat: Jl. Sidodadi Timur No.24, Karangtempel, Kota Semarang

Korespondensi penulis: [mtaufikhdt04@gmail.com](mailto:mtaufikhdt04@gmail.com)

**Abstract.** *The research is motivated by several problems of undisciplined behavior in learning, namely: (1) some students are still late for coming to school; (2) some students still cheat, often skip classes, are noisy in class, and are late in collecting assignments from the teacher; and (3) some students did not do homework from the teacher. The aim of the study was to determine the effect of group guidance using self-management techniques on the learning discipline of class XII IPS students at SMA Negeri 1 Keuntungan Brebes. The study used a quantitative approach with Pre-Experimental Designs of the One Group Pretest-Posttest Design type. The population of this study were all students of class XII IPS at SMA Negeri 1 Keuntungan Brebes totaling 72 students, consisting of class XII IPS 1 totaling 36 students and class XII IPS 3 totaling 36 students. The research sample was students of class XII IPS 1 SMA Negeri 1 Keuntungan Brebes, totaling 36 students. The sampling technique uses a purposive sampling technique. The data collection technique is a non-test with a psychological scale. Data analysis techniques using descriptive statistics. Test the hypothesis using paired samples t-test. The results showed that there was an effect of group guidance using self-management techniques on the learning discipline of class XII IPS 1 students at SMA Negeri 1 Keuntungan Brebes. The magnitude of the effect is indicated by the difference in the mean pre-test and post-test, that is, the mean pre-test is 80.53 to the mean post-test is 84.89, so an average increase is obtained. mean of 4.361 or 4%. It can be concluded that there is an influence of group guidance with self-management techniques on the learning discipline of class XII IPS students at SMA Negeri 1 Keuntungan Brebes.*

**Keywords:** *Group Guidance With Self-Management Techniques, Learning Discipline*

**Abstrak.** Penelitian dilatarbelakangi beberapa masalah perilaku tidak disiplin dalam belajar, yaitu: (1) beberapa siswa masih terlambat datang ke sekolah; (2) beberapa siswa masih mencontek, sering bolos, gaduh di kelas, dan terlambat mengumpulkan tugas dari guru; dan (3) beberapa siswa tidak mengerjakan PR dari guru. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik self management terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan Pre-Experimental Designs tipe One Group Pretest-Posttest Design. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes berjumlah 72 siswa, terdiri dari kelas XII IPS 1 berjumlah 36 siswa dan kelas XII IPS 3 berjumlah 36 siswa. Sampel penelitian adalah siswa kelas XII IPS 1 SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes berjumlah 36 siswa. Teknik sampling menggunakan teknik sampling purposive. Teknik pengumpulan data adalah non tes dengan skala psikologis. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif. Uji hipotesis menggunakan uji paired sampel t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik self management terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes. Besarnya pengaruh ditandai dengan perbedaan rata-rata mean pre-test dengan post-test, yaitu diperoleh nilai rata-rata mean pre-test sebesar 80,53 menjadi rata-rata mean post-test sebesar 84,89, maka diperoleh peningkatan rata-rata mean sebesar 4,361 atau 4%. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik self management terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes.

Received Juni 30, 2023; Revised Juli 2, 2023; Accepted Agustus 16, 2023

\* M. Taufik Hidayat, [mtaufikhdt04@gmail.com](mailto:mtaufikhdt04@gmail.com)

**Kata Kunci:** Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management, Kedisiplinan Belajar

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Adanya pendidikan, siswa memiliki pengetahuan dan pengalaman dalam menjalani kehidupannya. Pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak, serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa (UU RI No.20, tahun 2003). Sekolah merupakan lembaga pendidikan dan pengajaran secara formal yang berfungsi untuk meningkatkan kualitas moral, pengetahuan, keterampilan, dan sosial siswa yang sangat berpengaruh terhadap pembentukan pribadinya.

Sekolah sebagai pusat pendidikan memberikan materi dan pembinaan sikap, serta jiwa pada setiap siswa karena merupakan komponen utama dalam setiap proses pembelajaran. Siswa akan mempunyai bekal yang baik dalam menghadapi berbagai pengaruh, sehingga mencapai proses pembelajaran yang diharapkan, yaitu proses pembelajaran yang penuh ketenangan dan ketertiban. Kegiatan pembelajaran di sekolah merupakan kegiatan yang secara keseluruhan berlangsung cukup lama. Oleh karena itu, banyak siswa terkadang merasa bosan, jenuh dan kurang tertarik dengan pelajaran, sehingga menimbulkan banyak bentuk perilaku yang tidak baik. Salah satunya adalah tidak disiplin dalam belajar.

Disiplin belajar merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi prestasi belajar siswa. Siswa yang memiliki disiplin belajar tinggi akan menunjukkan sikap keteraturan dan ketaatannya dalam belajar. Menurut Aboluwodi (2015:2) dalam sistem pendidikan, siswa yang disiplin akan patuh dengan aturan dan peraturan di sekolahnya.

Disiplin sangat penting dalam kegiatan belajar dan menciptakan suasana belajar yang nyaman, serta kondusif untuk belajar. Sikap disiplin merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi prestasi belajar (Purnomosari, 2018:4). Disiplin dapat membuat siswa belajar lebih maju dan kemajuan tersebut dapat meningkatkan prestasi belajar maupun potensi yang dimiliki siswa.

Pada kenyataannya banyak siswa yang menunjukkan sikap dan perilaku yang tidak sesuai dengan sikap moral yang baik. Misalnya: membolos, merokok, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, membuat keributan di sekolah, melawan guru, berkelahi bahkan melakukan tindakan bersifat kriminal, sehingga dapat merugikan bagi siswa, sekolah maupun di masyarakat (Nabila, 2020:2).

Hasil observasi di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, dapat diketahui terdapat beberapa ketidak disiplin belajar siswa yang diperoleh melalui data pelanggaran siswa dari

guru BK. Terdapat beberapa siswa kelas XII IPS yang berperilaku tidak disiplin. Perilaku tidak disiplin yang dilakukan beberapa siswa tersebut, yaitu: membolos sekolah, terlambat datang ke sekolah, dan berambut panjang bagi siswa laki-laki. Hasil observasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat beberapa perilaku tidak disiplin belajar yang dilakukan oleh siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, yaitu: membolos sekolah, terlambat datang ke sekolah, dan berambut panjang bagi siswa laki-laki.

Hasil penyebaran angket awal yang dilakukan kepada siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, diketahui bahwa dari 106 siswa kelas XII IPS, siswa yang pernah tidak berangkat ke sekolah karena disengaja atau membolos sebesar 35%. Siswa mencontek pada saat ulangan harian sebesar 45%. Siswa membolos pada saat jam pelajaran di kelas sebanyak 31%. Selain itu, siswa tidak mengerjakan tugas rumah yang diberikan oleh guru sebesar 32%. Hasil tersebut menunjukkan, bahwa siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, memiliki kedisiplinan belajar yang masih rendah.

Hasil wawancara kepada beberapa siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, menunjukkan bahwa beberapa siswa pernah tidak disiplin dalam menaati peraturan di sekolah, yaitu terlambat masuk sekolah dan tidak memakai seragam sekolah. Beberapa siswa tidak disiplin dalam mengikuti pembelajaran, yaitu mencontek, sering bolos, gaduh di kelas, dan terlambat mengumpulkan tugas dari guru. Beberapa siswa juga tidak disiplin dalam kegiatan belajar di rumah, yaitu tidak mengerjakan PR dari guru.

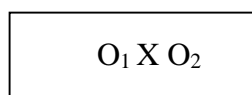
Hasil wawancara yang dilakukan kepada salah satu guru BK di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, menunjukkan bahwa ketidakdisiplinan siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes selama ini adalah keterlambatan berangkat ke sekolah, gaduh di kelas ketika kegiatan belajar mengajar, dan sering izin ke luar kelas. Implementasi layanan yang telah diberikan kepada siswa terkait kedisiplinan belajar dengan melaksanakan layanan individu, konseling klasikal, dan bimbingan kelompok.

Adanya ketidakdisiplinan belajar siswa, maka diperlukan suatu tindakan untuk menumbuhkan pemahaman siswa terhadap pentingnya disiplin belajar. Apabila pemahaman tentang disiplin belajar telah terbentuk, maka siswa yang memiliki masalah dengan disiplin belajar akan berkurang, dan prestasi belajar akan meningkat. Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Pada lingkup pendidikan yang menjadi sasaran layanan Bimbingan dan Konseling, yaitu siswa yang merupakan pribadi yang sedang dalam proses perkembangan ke arah kematangan. Masing-masing siswa memiliki karakteristik pribadi yang unik dan juga berbeda (Dewi *et al*, 2023).

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan di atas, peneliti mempunyai gagasan untuk melakukan penelitian tentang kedisiplinan belajar siswa dengan memilih judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Self Management* Terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes”. Rumusan masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah adakah pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes.

## **METODE**

Metode penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Designs* tipe *One Group Pretest-Posttest Design*.



**Gambar 1. *One Group Pretest-Posttest Design***  
(Sumber: Sugiyono, 2013)

Keterangan:

- $O_1$  = nilai *pre-test* (sebelum diberi perlakuan)
- $X$  = *treatment* yang diberikan (variabel independen)
- $O_2$  = nilai *post-test* (setelah diberi perlakuan)

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes berjumlah 72 siswa, terdiri dari kelas XII IPS 1 berjumlah 36 siswa dan kelas XII IPS 3 berjumlah 36 siswa. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas XII IPS 1 SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes berjumlah 36 siswa. Kelas yang dipilih akan diberikan skala *pre-test* kedisiplinan belajar sebelum diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Selanjutnya, diberikan skala *post-test* kedisiplinan belajar siswa setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposive*. Penulis memilih teknik *purposive sampling* dengan menetapkan pertimbangan-pertimbangan tertentu didasarkan pada pemilihan siswa yang memiliki tingkat

ketidaksiplinan belajar yang lebih tinggi, yaitu kelas XII IPS 1 SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes dibandingkan dengan kelas XII IPS 2 dan kelas XII IPS 3.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik non tes. Teknik non tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi menggunakan skala kedisiplinan belajar siswa. Sebelum dilakukan analisis, data yang telah diperoleh akan diuji dengan uji persyaratan data, yaitu: uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas. Uji hipotesis menggunakan uji *paired sampel t-test*. Hal tersebut dilakukan berdasarkan perbedaan antara hasil *pre-test* dan hasil *post-test*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terkait topik kedisiplinan belajar dengan beberapa materi, yaitu: (1) kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah; (2) kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas; dan (3) kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) tahap pembentukan; (2) tahap peralihan; (3) tahap kegiatan; dan (4) tahap pengakhiran. Pada tahap pembentukan, dilakukan dengan pembentukan dan penguatan kelompok, penyampaian tujuan khusus yang akan dicapai, serta membuat kesepakatan. Pada tahap peralihan, dilakukan dengan pengkondisian siswa agar siap mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Pada tahap kegiatan, dilakukan dengan teknik *self management*, yaitu: (1) monitor diri; (2) evaluasi diri; dan (3) pemberian penguatan. Pada tahap pengakhiran dilakukan dengan mengevaluasi dan mengulas kembali hasil kegiatan layanan, serta merencanakan tindak lanjut.

Pertemuan pertama, membahas materi kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah. Tujuan umum pada kegiatan ini adalah siswa dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Sedangkan, tujuan khusus yang dicapai adalah meningkatkan kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah.

Pada tahap pembentukan, dilakukan dengan tahap: (1) konselor membuka kegiatan dengan salam dan berdoa bersama; (2) konselor menyampaikan tujuan khusus yang akan dicapai; (3) konselor menginformasikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggungjawab siswa; dan (4) konselor membuat kesepakatan, bahwa hari ini akan melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terkait materi kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah selama 45 menit. Pada tahap peralihan, dilakukan dengan

tahap: (1) konselor mengondisikan siswa agar siap mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; dan (2) konselor menanyakan kesiapan siswa pada tiap kelompok.

Pada tahap kegiatan, dilakukan dengan teknik *self management*, yaitu: (1) konselor memberikan penjelasan materi terkait kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah; (2) konselor menampilkan materi kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah dengan PPT di layar proyektor LCD; (3) siswa mengamati PPT berisi materi kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah di layar proyektor LCD; (4) siswa membuat catatan tingkah laku dalam menaati peraturan di sekolah; (5) siswa mengamati tingkah lakunya sendiri dan mencatat perilaku yang tidak menaati peraturan di sekolah; (6) siswa mendiskusikan dengan kelompoknya masing-masing terkait tingkah laku tindak menaati peraturan di sekolah yang sering dilakukan; (7) perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusinya; (8) siswa dari kelompok lain dapat mengajukan pertanyaan; (9) konselor bertindak sebagai moderator dalam sesi tanya jawab; (10) siswa menuliskan kalimat untuk menguatkan diri dalam menaati peraturan di sekolah; (11) siswa menuliskan hukuman apa yang pantas ketika tidak menaati kedisiplinan di sekolah; (12) konselor dan siswa menyimpulkan hasil kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; (13) konselor memberikan penguatan materi kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah; (14) konselor memberikan instrumen LKPD dan setiap siswa menuliskan hasil kegiatan di atas kertas yang sudah disiapkan; dan (15) konselor memberikan lembar laisek untuk mengetahui sikap atau antusias siswa dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

Pada tahap pengakhiran, dilakukan dengan tahap: (1) konselor menjelaskan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* akan segera diakhiri; (2) siswa merefleksikan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; (3) konselor dan siswa melakukan evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan secara bersama-sama; (4) konselor menyampaikan rencana tindak lanjut pada kegiatan selanjutnya; (5) konselor dan siswa melakukan doa bersama; dan (6) konselor menutup kegiatan dengan salam.

Pertemuan kedua, membahas materi kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas. Tujuan umum pada kegiatan ini adalah siswa dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Sedangkan, tujuan khusus yang dicapai adalah meningkatkan kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas.

Pada tahap pembentukan, dilakukan dengan tahap: (1) konselor membuka kegiatan dengan salam dan berdoa bersama; (2) konselor menyampaikan tujuan khusus yang akan dicapai; (3) konselor menginformasikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggungjawab siswa; dan (4) konselor membuat kesepakatan, bahwa hari ini akan melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terkait materi kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas selama 45 menit. Pada tahap peralihan, dilakukan dengan tahap: (1) konselor mengondisikan siswa agar siap mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; dan (2) konselor menanyakan kesiapan siswa pada tiap kelompok.

Pada tahap kegiatan, dilakukan dengan teknik *self management*, yaitu: (1) konselor menampilkan materi kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas dengan PPT di layar proyektor LCD; (2) konselor memberikan penjelasan materi terkait kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas; (3) siswa mengamati PPT berisi materi kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas di layar proyektor LCD; (4) siswa membuat catatan tingkah disiplin yang harus dilakukan dalam mengikuti pembelajaran di kelas; (5) siswa mengamati tingkah lakunya sendiri dan mencatat perilaku tidak disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas; (6) siswa mendiskusikan dengan kelompoknya masing-masing terkait perilaku tidak disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas yang sering dilakukan; (7) perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusinya; (8) siswa dari kelompok lain dapat mengajukan pertanyaan; (9) konselor bertindak sebagai moderator dalam sesi tanya jawab; (10) siswa menuliskan kalimat penguatan diri untuk meningkatkan kedisiplinan dalam mengikuti pembelajaran di kelas; (11) siswa menuliskan hukuman apa yang pantas ketika tidak disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas; (12) konselor dan siswa menyimpulkan hasil kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; (13) konselor memberikan penguatan materi kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas; (14) konselor memberikan instrumen LKPD dan setiap siswa menuliskan hasil kegiatan di atas kertas yang sudah disiapkan; dan (15) konselor memberikan lembar laiseg untuk mengetahui sikap atau antusias siswa dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

Pada tahap pengakhiran, dilakukan dengan tahap: (1) konselor menjelaskan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* akan segera diakhiri; (2) siswa merefleksikan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; (3) konselor dan siswa melakukan evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan secara bersama-sama; (4) konselor menyampaikan rencana tindak

lanjut pada kegiatan selanjutnya; (5) konselor dan siswa melakukan doa bersama; dan (6) konselor menutup kegiatan dengan salam.

Pertemuan ketiga, membahas materi kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah. Tujuan umum pada kegiatan ini adalah siswa dapat meningkatkan kedisiplinan belajar. Sedangkan, tujuan khusus yang dicapai adalah meningkatkan kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah.

Pada tahap pembentukan, dilakukan dengan tahap: (1) konselor membuka kegiatan dengan salam dan berdoa bersama; (2) konselor menyampaikan tujuan khusus yang akan dicapai; (3) konselor menginformasikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggungjawab siswa; dan (4) konselor membuat kesepakatan, bahwa hari ini akan melakukan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terkait materi kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah selama 45 menit. Pada tahap peralihan, dilakukan dengan tahap: (1) konselor mengondisikan siswa agar siap mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; dan (2) konselor menanyakan kesiapan siswa pada tiap kelompok.

Pada tahap kegiatan, dilakukan dengan teknik *self management*, yaitu: (1) konselor menampilkan materi kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah dengan PPT di layar proyektor LCD; (2) konselor memberikan penjelasan materi terkait kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah; (3) siswa mengamati PPT berisi materi kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah di layar proyektor LCD; (4) siswa membuat catatan perilaku disiplin yang harus dilakukan terhadap kegiatan belajar di rumah; (5) siswa mengamati perilakunya sendiri dan mencatat perilaku tidak disiplin terhadap kegiatan belajar di rumah; (6) siswa mendiskusikan dengan kelompoknya masing-masing terkait perilaku tidak disiplin dalam kegiatan belajar di rumah yang sering dilakukan; (7) perwakilan kelompok mempresentasikan hasil diskusinya; (8) siswa dari kelompok lain dapat mengajukan pertanyaan; (9) konselor bertindak sebagai moderator dalam sesi tanya jawab; (10) siswa menuliskan kalimat penguatan diri untuk meningkatkan kedisiplinan dalam kegiatan belajar di rumah; (11) siswa menuliskan hukuman apa yang pantas ketika tidak disiplin dalam kegiatan belajar di rumah; (12) konselor dan siswa menyimpulkan hasil kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; (13) konselor memberikan penguatan materi kedisiplinan siswa dalam kegiatan belajar di rumah; (14) konselor memberikan instrumen LKPD dan setiap siswa menuliskan hasil kegiatan di atas kertas yang sudah disiapkan; dan (15)



konselor memberikan lembar *laissez* untuk mengetahui sikap atau antusias siswa dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*.

Pada tahap pengakhiran, dilakukan dengan tahap: (1) konselor menjelaskan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* akan segera diakhiri; (2) siswa merefleksikan kemanfaatan dan kebermanaknaan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*; (3) konselor dan siswa melakukan evaluasi kegiatan yang telah dilaksanakan secara bersama-sama; (4) konselor menyampaikan rencana tindak lanjut pada kegiatan selanjutnya; (5) konselor dan siswa melakukan doa bersama; dan (6) konselor menutup kegiatan dengan salam.

Hasil catatan evaluasi pada pertemuan pertama, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menuliskan perilaku disiplin dalam menaati peraturan di sekolah, seperti: datang ke sekolah tepat waktu, memakai seragam lengkap dengan atribut, bersikap baik dan sopan di sekolah, rajin mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, dan melaksanakan tugas piket. Terdapat beberapa siswa yang tidak menaati peraturan di sekolah, seperti: terlambat datang ke sekolah. Beberapa siswa dapat menguatkan dirinya untuk menaati peraturan di sekolah, seperti “saya harus berangkat lebih awal, supaya tidak terlambat ke sekolah”. Sebagian besar siswa menuliskan hukuman ketika tidak menaati peraturan di sekolah, seperti bersedia dihukum dengan mengerjakan tugas dari guru dan pemanggilan orang tua ke sekolah.

Hasil catatan evaluasi pada pertemuan kedua, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menuliskan perilaku disiplin yang harus dilakukan dalam mengikuti pembelajaran, seperti: menyimak penjelasan dari guru, tidak tidur di kelas, tidak mengobrol, tidak mencontek saat ulangan, tidak membuat gaduh di kelas, dan tidak membolos. Beberapa siswa tidak disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas, seperti: tidur di kelas dan mengobrol dengan teman sebangku. Beberapa siswa dapat menuliskan kalimat penguat agar disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas, seperti: “saya harus tekun belajar”, “saya menyimak penjelasan dari guru”, dan “saya tidak akan gaduh di kelas ketika pelajaran”. Sebagian besar siswa menuliskan hukuman ketika tidak menaati peraturan di sekolah, seperti bersedia dihukum dengan mengerjakan tugas dari guru.

Hasil catatan evaluasi pada pertemuan ketiga, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menuliskan kedisiplinan belajar di rumah, seperti: mengerjakan PR dan mempelajari kembali pelajaran di sekolah. Beberapa siswa tidak disiplin dalam kegiatan belajar di rumah, seperti tidak mempelajari kembali pelajaran dari sekolah. Beberapa siswa dapat menuliskan kalimat penguat agar disiplin dalam kegiatan belajar di rumah, seperti: “saya akan tekun belajar”, dan “saya akan rajin mengerjakan PR dari guru”. Sebagian besar siswa dapat

menuliskan hukuman jika tidak disiplin dalam belajar di rumah, seperti: dimarahi orang tua dan tidak mendapatkan uang jajan.

Hasil lembar kerja peserta didik pada pertemuan pertama, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menjawab pengertian kedisiplinan dalam menaati peraturan di sekolah. Sebagian besar siswa dapat menyebutkan kedisiplinan dalam menaati peraturan di sekolah. Sebagian besar siswa telah berperilaku disiplin dalam menaati peraturan di sekolah, akan tetapi beberapa siswa masih melakukan perilaku tidak disiplin, seperti terlambat datang ke sekolah.

Hasil lembar kerja peserta didik pada pertemuan kedua, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menjawab pengertian kedisiplinan dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Sebagian besar siswa dapat menyebutkan kedisiplinan dalam mengikuti pembelajaran di kelas, seperti mendengarkan penjelasan dari guru, tidak mencontek, dan tidak membuat gaduh. Sebagian besar siswa dapat berperilaku disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas, akan tetapi terdapat beberapa siswa yang tidak disiplin, seperti: mengobrol dengan teman sebangku, dan tidur di kelas.

Hasil lembar kerja peserta didik pada pertemuan ketiga, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menjawab pengertian kedisiplinan dalam kegiatan belajar di rumah. Sebagian besar siswa dapat menyebutkan kedisiplinan dalam kegiatan belajar di rumah, seperti mengerjakan PR dan mempelajari kembali pelajaran dari sekolah. sebagian besar siswa telah berperilaku disiplin dalam kegiatan belajar di rumah, akan tetapi masih terdapat beberapa siswa yang tidak mempelajari pelajaran dari sekolah.

Hasil *laiseg* pada pertemuan pertama, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menjawab topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, yaitu kedisiplinan dalam menaati peraturan di sekolah. Sebagian besar siswa mengaku mendapatkan tambahan informasi mengenai kedisiplinan dalam menaati peraturan di sekolah. Sebagian besar siswa mengaku senang dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Sebagian besar siswa mengaku akan lebih disiplin dalam menaati peraturan di sekolah setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Sebagian besar siswa beranggapan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sangat menarik untuk diikuti.

Hasil *laiseg* pada pertemuan kedua, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menjawab topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, yaitu kedisiplinan dalam melaksanakan pembelajaran di kelas. Sebagian besar

siswa mengaku mendapatkan tambahan informasi mengenai kedisiplinan dalam mengikuti pembelajaran di kelas. Sebagian besar siswa mengaku senang dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Sebagian besar siswa mengaku akan lebih disiplin dalam mengikuti pembelajaran di kelas, seperti tekun belajar dan menyimak penjelasan dari guru. Sebagian besar siswa beranggapan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* sangat menarik untuk diikuti.

Hasil *laiseg* pada pertemuan ketiga, dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa dapat menjawab topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*, yaitu kedisiplinan dalam kegiatan belajar di rumah. Sebagian besar siswa mengaku memperoleh informasi kedisiplinan belajar di rumah, seperti mengerjakan PR dan mempelajari kembali pelajaran dari sekolah. Sebagian besar siswa merasa senang mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management*. Sebagian besar siswa mengaku akan lebih rajin belajar di rumah dan rajin mengerjakan PR dari sekolah. Sebagian besar siswa beranggapan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* menyenangkan dan dapat memberikan tambahan informasi tentang kedisiplinan.

Hasil *pre-test* skala kedisiplinan belajar, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 80% dalam kategori baik. Pada aspek I kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memakai seragam sekolah dengan baik sesuai peraturan sekolah. Siswa dengan sangat baik datang ke sekolah tepat waktu. Siswa dapat bersikap sopan dan santun terhadap warga sekolah dengan sangat baik. Siswa dengan sangat baik dapat menjaga kebersihan lingkungan sekolah dengan membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, siswa rajin mengikuti upacara bendera dengan sangat baik.

Pada aspek II kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 80% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mendengarkan penjelasan guru ketika mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas dengan sangat baik. Siswa aktif mengikuti pembelajaran di kelas. Siswa dengan baik segera mengerjakan tugas dari guru agar tugasnya cepat selesai. Siswa dapat mengumpulkan tugas dari guru sesuai kemampuannya sendiri dengan baik. Siswa dengan baik bersikap tenang tanpa mengganggu teman lainnya ketika mengikuti pelajaran. Selain itu, siswa dapat mengerjakan tugas dari guru secara mandiri dengan baik.

Pada aspek III kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 77% dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dapat menyiapkan perlengkapan sebelum berangkat ke sekolah dengan sangat baik. Siswa dapat

membuat jadwal belajar sendiri di rumah dengan baik. Selain itu, siswa dengan baik dapat mempelajari materi pelajaran di rumah terlebih dahulu, sebelum berangkat ke sekolah.

Berdasarkan hasil *pre-test* skala kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, menunjukkan bahwa siswa dapat melakukan kedisiplinan dalam menaati peraturan di sekolah dengan sangat baik. Siswa dapat melakukan kedisiplinan dalam melaksanakan pembelajaran di kelas dengan baik. Selain itu, siswa dapat melakukan kedisiplinan terhadap kegiatan belajar di rumah dengan baik.

Hasil *post-test* skala kedisiplinan belajar, diperoleh nilai total rata-rata persentase sebesar 85% dalam kategori sangat baik. Pada aspek I kedisiplinan siswa dalam menaati peraturan di sekolah, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 88% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memakai seragam sekolah dengan baik sesuai peraturan sekolah. Siswa dengan sangat baik datang ke sekolah tepat waktu. Siswa dapat bersikap sopan dan santun terhadap warga sekolah dengan sangat baik. Siswa dengan sangat baik dapat menjaga kebersihan lingkungan sekolah dengan membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, siswa rajin mengikuti upacara bendera dengan sangat baik.

Pada aspek II kedisiplinan siswa dalam melaksanakan pembelajaran di kelas, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 84% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mendengarkan penjelasan guru ketika mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas dengan sangat baik. Siswa aktif mengikuti pembelajaran di kelas. Siswa dengan sangat baik segera mengerjakan tugas dari guru agar tugasnya cepat selesai. Siswa dapat mengumpulkan tugas dari guru sesuai kemampuannya sendiri dengan sangat baik. Siswa dengan sangat baik bersikap tenang tanpa mengganggu teman lainnya ketika mengikuti pelajaran. Selain itu, siswa dapat mengerjakan tugas dari guru secara mandiri dengan sangat baik.

Pada aspek III kedisiplinan siswa terhadap kegiatan belajar di rumah, diperoleh nilai rata-rata persentase sebesar 82% dalam kategori sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dapat menyiapkan perlengkapan sebelum berangkat ke sekolah dengan sangat baik. Siswa dapat membuat jadwal belajar sendiri di rumah dengan sangat baik. Selain itu, siswa dengan sangat baik dapat mempelajari materi pelajaran di rumah terlebih dahulu, sebelum berangkat ke sekolah.

Berdasarkan hasil *post-test* skala kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, menunjukkan bahwa siswa dapat melakukan kedisiplinan dalam menaati peraturan di sekolah dengan sangat baik. Siswa dapat melakukan kedisiplinan

dalam melaksanakan pembelajaran di kelas dengan sangat baik. Selain itu, siswa dapat melakukan kedisiplinan terhadap kegiatan belajar di rumah dengan sangat baik.

Hasil uji normalitas dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05 menunjukkan bahwa nilai *Sig.* data hasil skala kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, sebesar  $0,200 > 0,05$ , maka data berdistribusi normal. Dapat disimpulkan bahwa data hasil skala kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, dikatakan berdistribusi normal.

Hasil homogenitas dengan taraf signifikansi sebesar 5% atau 0,05, menunjukkan bahwa data hasil skala kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes dengan nilai *P value sig.*  $0,133 > 0,05$ , maka variabel dinyatakan bersifat homogen. Dapat disimpulkan bahwa data hasil skala kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes, dinyatakan bersifat homogen.

Hasil uji *paired sampel t-test* yang telah dilakukan diperoleh nilai *sig 2-tailed* sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes. Pengaruh perbedaan rata-rata *mean pre-test* dengan *post-test*, yaitu diperoleh nilai rata-rata *mean pre-test* sebesar 80,53 menjadi rata-rata *mean post-test* sebesar 84,89, maka diperoleh peningkatan rata-rata *mean* sebesar 4,361 atau 4%.

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pangestuti dan Nur (2021) bahwa ada pengaruh positif layanan bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas VIII di SMP N 3 Sewon. Dibuktikan dengan hasil analisis data koefisien variabel sebesar 0,570 dengan taraf signifikansi 0,000. Sedangkan dalam penelitian ini, hasil uji *paired sampel t-test* yang telah dilakukan diperoleh nilai *sig 2-tailed* sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes.

## **SIMPULAN**

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS 1 di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes. Besarnya pengaruh ditandai dengan perbedaan rata-rata *mean pre-test* dengan *post-test*, yaitu diperoleh nilai rata-rata *mean pre-test* sebesar 80,53 menjadi rata-rata *mean post-test* sebesar 84,89, maka diperoleh peningkatan rata-rata *mean* sebesar 4,361 atau 4%. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok

dengan teknik *self management* terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas XII IPS di SMA Negeri 1 Ketanggungan Brebes.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Aboluwodi, A. 2015. A Critical Analysis of Retributive Punishment as a Discipline Measure in Nigeria's Public Secondary Schools. *Journal of Education and Practice*. Vol.6, No.10, hal:134-142.
- Dewi, Fitriana, dan Maretha. 2023. Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Kepribadian Siswa MAN 2 Kota Semarang. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol.5, No.1. ISSN: 2685-9351.
- Nabila, Siti. 2020. Pengaruh Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Terhadap Kedisiplinan Siswa di MAN 19 Jakarta. Skripsi. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Pangestuti dan Nur Wahyumiani. 2021. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas VIII di SMP N 3 Sewon Tahun 2019/2020. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol.6, No.1 Desember 2021. ISSN: 2541-6782.
- Purnomosari, Wulan. 2018. Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa (Penelitian Siswa Kelas VII F SMP Negeri 1 Sawangan Magelang). Skripsi. Magelang. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D). Bandung: Alfabeta.