

## **IMPLEMENTASI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK MELALUI TEKNIK *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK KELAS VII DI MTS USWATUN HASANAH PADALARANG**

**Rival Fauzan Izzul Haq<sup>1</sup>, Nandang Rukanda<sup>2</sup>, Muhammad Rezza Septian<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> fauzanrival@gmail.com <sup>2</sup> rezza.septian25@gmail.com <sup>3</sup> nandangrukanda@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
IKIP Siliwangi

### **Abstract**

*This study aims to determine the implementation of group guidance services through self- This article aims to determine the implementation of group guidance services through self-management techniques on student discipline at MTs Uswatun Hasanah Padalarang. The research method used was descriptive qualitative, the subjects in this study were 4 students of class VII at Mts Uswatun Hasanah, this research instrument used observation, interviews and documentation guidelines and used data triangulation, namely data reduction, presentation, and drawing conclusions. The results obtained indicate that group guidance services through self-management techniques on student discipline have proven effective. Student responses to group guidance services through self-management techniques on student discipline carried out by researchers are giving positive responses, which means students are interested and happy to carry out group guidance services with BK teachers and researchers.*

**Keywords:** *group guidance, self-management, discipline*

### **Abstrak**

Artikel ini bertujuan untuk mengetahui Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Self-management* Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Di MTs Uswatun Hasanah Padalarang. Metode penelitian yang digunakan deskriptif kualitatif, subjek dalam penelian ini adalah empat orang peserta didik kelas VII di Mts Uswatun Hasanah, instrument penelitian ini menggunakan pedoman observasi, wawancara dan dokumentasi dan menggunakan triangulasi data yaitu reduksi data, penyajian, dan menarik kesimpulan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self-management* terhadap kedisiplinan siswa terbukti efektif. Respon siswa terhadap layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self-management* terhadap kedisiplinan peserta didik yang dilakukan oleh peneliti yaitu memberikan respon positif, yang berarti peserta didik tertarik dan senang melaksanakan layanan bimbingan kelompok bersama guru BK dan juga peneliti.

**Kata Kunci:** *bimbingan kelompok, self-management, kedisiplinan*

---

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah proses menjadikan individu lebih baik dari sebelumnya. Disiplin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi individu dalam pendidikan.

Hal ini memastikan bahwa individu tersebut disiplin untuk meningkatkan keberhasilan atau kualitas belajar dan mencapai kinerja yang optimal.

Dunia pendidikan masih memiliki banyak masalah dengan kurangnya disiplin yang sering menghambat atau mempengaruhi keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi yang optimal. Masalah kedisiplinan siswa yang kurang baik terlihat pada intensitas yang mewabah dan sulit untuk dihadapi guru secara individu. Hal ini disebabkan kurangnya waktu, terlalu banyak stres, dan kesulitan mencari solusi. Mereka ditangani bersama dalam bentuk kerja sama tim, sehingga Anda dapat menangani masalah dengan cepat, efektif, dan efisien.

Disiplin adalah aspek penting dalam kehidupan pribadi. Dengan disiplin, individu dapat berperilaku seperti yang diharapkan dan memenuhi diri sendiri dengan baik. Menurut Suwignyo & Nusantoro (2015:3844), pembelajaran disiplin dapat digambarkan sebagai sarana pendidikan bagi anak, karena anak yang disiplin dapat mengambil sikap yang tertib dan mengikuti norma dan aturan yang ada. Berbagai indikator disiplin belajar menurut Arikunto (Retong, 2019: 331341) dibagi menjadi tiga jenis: 1) perilaku disiplin di dalam kelas, 2) perilaku disiplin di luar kelas di lingkungan sekolah, dan 3) perilaku disiplin di rumah. dapat dibagi.

Selain itu, menurut Rusydayana & Supriyanto (Winata, dkk. 2021:1826), kedisiplinan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar, sehingga sikap disiplin seorang siswa juga dapat menjamin prestasi belajar yang maksimal. Salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kedisiplinan siswa adalah layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok dirancang untuk membantu siswa memecahkan masalah dalam kelompok. Menurut Retong (2019), wisata kelompok ini merupakan kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan menggunakan dinamika kelompok. Retong melanjutkan (2019) bahwa komponen kepemimpinan kelompok adalah pemimpin kelompok, anggota kelompok, dan dinamika kelompok. Menurut Sukardi (Putra, 2019: 493500), konseling kelompok adalah layanan konseling yang memungkinkan banyak siswa untuk menerima berbagai materi dari atasan dan konselornya. Materi-materi ini mendukung kehidupan pribadi dan sehari-hari sebagai siswa, keluarga dan anggota masyarakat, serta pengambilan keputusan. Pikirkan tentang produksi.

Pendekatan atau teknik yang dapat digunakan dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan disiplin belajar siswa adalah manajemen diri. Pendekatan ini memberikan siswa kontrol atas diri mereka sendiri dan memungkinkan mereka untuk menetapkan tujuan dan lebih memahami siapa mereka. Menurut Komalasari Mutiaroh & Muis (2020) Manajemen diri sebagai cara untuk mengatur perilaku individu. Selain itu, menurut Mutiaroh & Muis (2020), manajemen diri adalah teori pengaturan diri yang menekankan pada pilihan tujuan yang dicapai setiap individu. Menurut Alamri (2015), manajemen diri meliputi pemantauan diri (self-monitoring), penguatan aktif (self-reward), kontrak atau kesepakatan dengan diri sendiri (self-contraction), dan perolehan stimulus (stimulus control). Menurut (Suwignyo & Nusantoro, 2015: 3844), sebagai hasil penelitian lain tentang efektivitas konseling kelompok untuk meningkatkan disiplin belajar siswa, kemampuan siswa untuk belajar disiplin kepemimpinan tinggi sebesar 76,1%, meningkat 10,5%.

Menurut Annisa Nurul (2019) hasil penelitian ini dapat digunakan untuk dalam meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. Hal ini terbukti dengan perubahan pada perilaku subjek yang telah diteliti mengalami perubahan dalam kedisiplinan belajarnya sebelum dan sesudah dilakukannya teknik selfmanagement. Menurut euis nurhidayati (2018) peningkatan bimbingan kelompok teknik selfmanagement yang telah dilakukan oleh peneliti mengalami peningkatan pada kedisiplinan. Menurut Tika (2021) bahwa penanganan yang digunakan guru BK dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik selfmanagement pada kedisiplinan siswa mengalami peningkatan. Menurut Amaliyah (2018) bahwa layanan bimbingan kelompok melalui teknik selfmanagement dapat mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 Banjarmasin.

Menurut Siti Musruroh (2011), tingkat keterlambatan setelah memberikan pelayanan kemahasiswaan mengalami perubahan, meningkat signifikan dari 99,23% menjadi 100%. Menurut Adam (2021), penelitian ini menunjukkan bahwa disiplin belajar meningkat dari nilai *Asym.Sig SPSS* sebesar 0,005 dan menurun dari tingkat signifikansi (0,05). Artinya hasil belajar siswa dalam kelompok semakin meningkat. Layanan konseling Swadaya memberikan keterampilan manajemen. Menurut Regina (2018), 4.444 siswa lebih tinggi setelah menerima layanan konseling kelompok swakelola daripada sebelum menggunakan layanan konseling kelompok swakelola. Layanan

bimbingan kelompok mandiri ini memberikan kontribusi terhadap disiplin belajar siswa kelas VII SMP 22 Medan

## **METODE**

Penelitian ini dengan menggunakan metode deskriptif pendekatan kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang didasari asumsi-asumsi dasar, pandangan-pandangan filosofis dan ideologis. Menurut Moleong (2010), penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang dipahami subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan perilaku, dengan menjelaskannya secara utuh, terutama dalam bentuk kata-kata dan bahasa. . Sebuah konteks alami dan alami menggunakan berbagai metode ilmiah.

Penelitian kualitatif deskriptif yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang pelaksanaan layanan konseling kelompok swakelola pada disiplin Pese Kelas 7 di Muswatun Hasana Kabupaten Bandung Barat Padararan. Selain itu, metode pengolahan data yang digunakan adalah triangulasi data. Triangulasi data terdiri dari mereduksi data, menyajikannya, dan menarik kesimpulan.

## **HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK tentang layanan konseling kelompok swakelola, hal ini sangat baik karena membantu guru BK, bahkan guru lainnya, untuk menghadapi siswa yang kurang disiplin. , Siswa juga mengalami perubahan perilaku kedisiplinan mereka. , serta yang baik. Ada beberapa kesulitan yang dihadapi siswa. Beberapa siswa malu mengikuti layanan konseling kelompok dengan guru BK dan mengalami kesulitan mengikuti karena kesulitan dalam bertindak dalam layanan konseling kelompok, sementara yang lain kesulitan memahami materi. Namun seiring waktu, siswa menjadi lebih aktif, dingin, dan sensitif, dan dengan menjelaskan kembali, siswa menjadi sadar dan memahami keterampilan manajemen diri. Guru BK menghadapi beberapa kendala karena kurangnya ruangan khusus untuk bimbingan dan konseling, terutama yang berkaitan dengan sarana dan prasarana. Artinya, pelayanan diberikan di dalam kelas atau di ruang guru. Berdasarkan wawancara dengan guru BK, ada tiga tahap: a) tahap implementasi, b) tahap inti, dan c) tahap akhir.

“setelah semua siswa sudah didalam kelas bimbingan dibuka dengan salam dan berdoa sebelum memulai kegiatan selanjutnya, lalu ibu menyapaikan topik yang mau dibahas. Dan memberikan icebreaking biar siswa tidak tegang, bersemangat ketika bimbingan dilakukan. lalu siswa dikasih tau tujuan dari layanan ini. Lalu ibu menjelaskan pengertian mengenai kedisiplinan dan teknik *self-management*.

Pada saat nerangin teknik *self-managemet* ada siswa yaitu RZ dan SN yang pada awal penjelasan kurang memahami apa itu teknik *self-management*, tapi setelah penejelasan ulang oleh ibu alhamdulillah RZ dan SN jadi paham apa itu *teknik self-management*. Lalu pada tahap kontrak dengan diri sendiri siswa diberitahu untuk bekerja sama dengan temen-temannya yang berada di sekolah maupun di luar sekolah atau pun dengan keluarganya untuk membantu siswa tersebut bila mana melakukan hal tersebut maka ada teman atau pun keluarganya yang mengingatkan hal tersebut tidak baik. Dan memberi tahu siswa bahwa siswa tersebut akan menanggung resiko dari program teknik *self-management* ini. Dan ibu juga memberi pemahaman bahwa semua itu untuk diri mereka sendiri. Lalu siswa diminta untuk menuliskan peraturan agar program *self-management* dapat berjalan. Dan tahap penguasaan terhadap rangsangan semua siswa mengevaluasi dari program *self-management* pada perilaku yang sudah ditargetkan di tahap sebelumnya, dan meminta siswa untuk tetap melaksanakan perilaku baru yang diinginkan. lalu semua siswa menyimpulkan apa saja yang telah dilaksanakan, dan ibu menita kepada siswa agar lebih aktif lagi pada saat layanan bimbingan kelompok dilaksanakan. Dan kegiatan layanan bimbingan kelompok diakhiti dengan berdoa Bersama-sama dan mengucapkan salam”

### **Pembahasan**

Menurut hasil penelitian MTs Uswatun Hasanah Padalarang, teknik *self-management* disiplin siswa digunakan untuk melaksanakan layanan bimbingan kelompok bagi siswa kelas VII. Peran guru BK dapat mempengaruhi dan meningkatkan disiplin siswa melalui bimbingan kelompok *self-management* teknologi. Guru BK menggunakan keterampilan manajemen diri untuk memungkinkan siswa mengelola diri sendiri, membuat siswa lebih baik, dan menetapkan tujuan untuk mata pelajaran sekolah. Menurut Isnaini (2015), teknik manajemen diri dipilih karena strategi perubahan perilaku dituangkan dalam bentuk latihan pemantauan diri, rangsangan yang

terkontrol, dan penghargaan. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *self-management* telah dilakukan secara bertahap.

Menurut Gunarsa (1989: 225), manajemen diri meliputi pemantauan diri, penghargaan diri, kontrak diri, dan kontrol stimulus. 1). Pemantauan diri, Menurut Komalasari, Wahyuni & Karsih (2011:182), tahap pemantauan diri adalah ketika konselor dengan sengaja mengamati perilakunya sendiri dan mencatatnya dengan cermat. Yang perlu diperhatikan konseli saat merekam perilaku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi perilaku. Dalam proses ini, konseli mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya dalam interaksi dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri semacam ini, konseli biasanya mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengontrol penyebab (*antecedent*) masalah dan menghasilkan konsekuensi. 2). Penguatan aktif (penghargaan diri) digunakan untuk membantu klien mengatur dan memperkuat perilaku mereka melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri.

Menurut Ratna (2012: 61), penguatan positif (*self-reward*) adalah tahap mengubah lingkungan dan anteseden untuk mengarahkan perilaku ke arah yang diinginkan. Penghargaan ini digunakan untuk memperkuat atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar dari teknik ini adalah, dalam praktiknya, penghargaan diri yang sejajar dengan hadiah yang diberikan sendiri sama dengan hadiah yang mendorong perilaku target. 3). Kontrak atau kesepakatan dengan diri sendiri (*self-contract*) Menurut Ratna (2013: 61), kontrak atau kesepakatan dengan diri sendiri merupakan tahapan perubahan perilaku dengan melihat hasil atau tujuan yang diharapkan. Menurut Komalasari, Wahyuni & Karsih (2011:182), tahap penguasaan stimulus (*self-control*) adalah tahap untuk mengevaluasi penggunaan manajemen diri dalam perilaku target akhir. Teknik ini menekankan perilaku baru yang diperlukan untuk mempertahankan.

Teknik manajemen diri yang digunakan dalam penelitian sebelumnya oleh Mutiaroh dan Muis (2020) menunjukkan bahwa hasil strategi manajemen diri dalam bimbingan kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan disiplin belajar siswa, dan semua mata pelajaran yang terdiri dari 8 siswa memiliki tujuan. Siswa kelas XI IPS 1 SMA Sidoarjo Antartika semuanya mengalami peningkatan ukuran dan jenis mata pelajaran.

## SIMPULAN

Pelaksanaan Pelayanan Disiplin Siswa Kelas VII MTs Uswatun Hasanah Melalui Layanan Bimbingan Kelompok melalui *Self-Management* yang dilakukan peneliti dilaksanakan sesuai dengan tahapan layanan bimbingan kelompok yaitu tahap awal, tahap inti dan tahap akhir. Peneliti dapat melihat bahwa siswa dapat memahami pentingnya disiplin. Selain itu, siswa memperoleh pengetahuan baru tentang keterampilan manajemen diri dalam disiplin siswa.

## REFERENSI

- Adam Ahmad. (2021). penggunaan teknik self-management dalam bimbingan kelompok terhadap kedisiplinan belajar siswa kelas IX SMP negeri 24 Surabaya. *Jurnal bimbingan dan konseling vol 38 (2)*
- Amaliyah. (2018). layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management untuk mengurangi perilaku siswa membolos di SMPN 29 banjarmasin. *Jurnal bimbingan dan konseling vol. 4 (1)*
- Annisa nurul. (2019). efektivitas teknik self-management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa. *Jurnal bimbingan konseling vol 2 (1)*
- Gunarsa, D dan Gunarsa,. 1989. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia
- Isnaini, T.( 2015). Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar, ” *Jurnal Penelitian Humaniora*. vol 16 (2)
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Ratna, Lilis. *Teknik-teknik Konseling*. Yogyakarta: CV Budi Utama, 2013.
- Moleong, L.J. 2010. *Metodologi penelitian kualitatif*, bandung: remaja rosda karya
- Mutiarih,muis. 2020. *Penerapan penerapan strategi self-management dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kedisiplinan belajar peserta didik. prosiding seminar & lokakarya nasional bimbingan dan konseling*
- Regina sundanis.(2018). efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management untk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa kelas VII SMP 22 medan. *Jurnal bimbingan dan konseling vol 15 (2)*
- Retong, M. L. (2019). peningkatan kedisiplin siswa melalui layanan bimbingan kelompok: studi di kelas xi sma negeri 1 maumere martha loran retong. *Jurnal bimbingan dan konseling 10(1)*, 331–342.
- Sukardi dan Kusumawati. 2008. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta. vol 4 (2)
- Tika Nurhayati. (2021). layanan bimbingan kelompok dengan teknik self-management terhadap kedisiplinan. *Jurnal bimbingan dan konseling. vol 4 (3)*