**BAB II**

**KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS PENELITIAN**

1. **Kajian Pustaka**
2. **Pengertian Bimbingan *Self Management***
3. **Pengertian Bimbingan**

Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada individu dari seorang yang ahli, namun tidak sesederhana itu untuk memahami pengertian dari bimbingan.Pengertian tetang bimbingan formal telah diusahakan orang setidaknya sejak awal abad ke-20, yang diprakarsai oleh Frank Parson pada tahun 1908.Sejak itu muncul rumusan tentang bimbingan sesuai dengan perkembangan pelayanan bimbingan, sebagai suatu pekerjaan yang khas yang ditekuni oleh para peminat dan ahlinya. Pengertian bimbingan yang dikemukakan oleh para ahli memberikan pengertian yang saling melengkapi satu sama lain.Frank Parson (Winkel,2004) mengemukakan bahwa : “Bimbingan sebagai bantuan yang diberikan kepada individu untuk dapat memilih,mempersiapkan diri dan memangku suatu jabatan dan mendapat kemajuan dalam jabatan yang dipilihnya”. Maka untuk memahami pengertian dari bimbingan perlu mempertimbangkan beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli, lebih jelasnya Frank Parson (Winkel,2004) menyatakan bahwa : “ Pengertian bimbingan dalam beberapa aspek yakni bimbingan diberikan kepada individu untuk memasuki suatu jabatan dan mencapai kemajuan dalam jabatan. Pengertian ini masih sangat spesifik yang berorientasi karir “.

7

Sedangkan Rochman Natawidjaya (Winkel,2004) mengatakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, supaya individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga ia sanggup mengarahkan diri dan dapat bertindak wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan keluarga serta masyarakat. Berbeda dengan Shertzer & Stone (Winkel,2004) merumuskan Bimbingan sebagai suatu proses membantu orang-perorangan untuk memahami dirinya dan lingkungannya.

Pengertian bimbingan yang dikemukakan oleh beberapa para ahli maka penulis mengambil kesimpulan, bahwa bimbingan adalah :“Suatu proses pemberian bantuan kepada individu secara berkelanjutan dan sistematis, yang dilakukan oleh seorang ahli yang telah mendapat latihan khusus untuk itu, dimaksudkan agar individu dapat memahami dirinya, lingkunganya serta dapat mengarahkan diri dan menyesuaikan diri dengan lingkungan untuk dapat mengembangkan potensi dirinya secara optimal untuk kesejahteraan dirinya dan kesejahteraan masyarakat”

1. **Pengertian *Self Management***

Manajemen berasal dari bahasa Prancis kuno *ménagement*, yang memiliki arti seni melaksanakan dan mengatur. Lebih lanjut Menurut Ricky W. Griffin (Wikipedia Bahasa Indonesia, 21 januari 2013) mengemukakan bahwa :

Manajemen sebagai sebuah proses perencanaan, pengorganisasian, pengkoordinasian, dan pengontrolan sumber daya untuk mencapai sasaran (*goals*) secara efektif dan efesien. Efektif berarti bahwa tujuan dapat dicapai sesuai dengan perencanaan, sementara efisien berarti bahwa tugas yang ada dilaksanakan secara benar, terorganisir, dan sesuai dengan jadwal.

Sedangkan Manajemen menurut Handayaningrat (2004: 36) mengemukakan bahwa: “Manajemen sebagai proses diartikan sebagai serangkaian tahap kegiatan mulai dari menentukan sasaran sampai berakhirnya sasaran/tercapainya tujuan, sedangkan manajemen sebagai fungsi adalah merupakan tugas atau kegiatan”.

Selanjutnya Rumi (Arsyad,1996:23) menuliskan dalam Islam yang mengatakan bahwa :

Pengertian manajemen dapat disimpulkan sebagai “suatu aktivitas manajerial untuk mentranspormasikan suatu gagasan yang berlandaskan niat mencari keridhaan Allah SWT dan untuk mencapai tujuan-tujuan yang diridhaiNya.

Selanjutnya dikemukakan pengertian diri. Secara umum pengertian diri merujuk Kamus Besar Bahasa Indonesia (Balai Pustaka,2005:27) yang disebut diri adalah orang seorang (terpisah dari orang lain), badan, tidak dengan yang lain. Dengan demikian diri adalah segala sesuatu yang dimiliki orang dengan berbagai potensi kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya.

Sedangkan Menurut Majdi (2007:46) mendefenisikan diri pribadi, individu yang mengemukakan bahwa:

Pengertian diri pribadi, individu, adalah totalitas manusia sebagai perpaduan dari jasad dan rohani, fisik yang bisa kita lihat dan sesuatu yang tak terlihat yang menggerakan fisik (hati, pikiran, jiwa). Diri adalah totalitas dari pemikiran, keinginan, dan gerakan kita dalam ruang dan waktu. Dengan kata lain, perpaduan antara intelektual, emosional, spiritual, dan fisik.

Berangkat dari makna dua kata manajemen dan diri di atas, dapat disimpulkan sementara bahwa manajemen diri adalah suatu proses melihat diri secara keseluruhan melihat potensi yang dimiliki, melihat kelebihan-kelebihan yang dimiliki, dan melihat kekurangan-kekurangan yang dimiliki agar apa yang diinginkan dapat tercapai.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa manajemen kaitannya dengan potensi diri adalah suatu proses pemanfaatan dan penggunaan potensi diri dalam merencanakan, mengorganisasikan, menggerakkan, dan mengawasi diri secara efektif dan efisien sehingga tercapai tujuan pribadi.

1. **Pengertian Bimbingan *Self Management***

Pendekatan terbaru dari pandangan behavioral dalam belajar adalah manajemen diri, yaitu membantu siswa agar mampu mengontrol kegiatan belajarnya. Peran siswa dalam kegiatan belajarnya merupakan perhatian utama dari para psikologi dan para pendidik saat ini. Pengertian manajemen diri berangkat pada satu ide penting yaitu tanggung jawab dan kemampuan belajar diri siswa. Schunk (Uno,2006:210) menyatakan bahwa “tidak ada orang yang mampu untuk belajar demi kepentingan orang lain melainkan kepentingan untuk dirinya sendiri”.

Brian Yates (Uno,2006:210) tahun 1999 mengemukakan mulai memperkenalkan Konsep *self management* kemudian O'Keefe dan Berger dalam bukunya yang berjudul *self management on collage student*: approach ABC (Wikipedia Bahasa Indonesia,21Januari 2013) telah menyempurnakan *Self management*. Lebih lanjut dikemukakan oleh Majdi ( 2007:201) memberikan pengertian ”Manajemen diri adalah sebuah proses merubah totalitas diri, intelektual, emosional, spiritual, dan fisik kita agar apa yang kita inginkan (sasaran) tercapai”.

Sedangkan Menurut Uno (2006:19) menjelaskan Manajemen diri sebagai berikut :

Manajemen diri adalah perilaku siswa yang bertanggung jawab terhadap pengaturan segala perilakunya sendiri, dengan tujuan agar siswa bisa lebih mandiri, lebih independen, dan lebih mampu memprediksikan masa depannya.

Sedangkan Menurut Desmita (2007:80) yang mendefenisikan Bimbingan Manajemen diri mengemukakan bahwa :

Bimbingan Manajemen diri adalah struktur yang membantu anak mengorganisasi dan memahami tentang siapa dirinya, yang didasarkan atas pandangan orang lain, pengalaman-pengalamannya sendiri, dan atas dasar penggolongan budaya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan manajemen diri adalah membantu siswa agar dapat meningkatkan segala kemampuan yang dimiliki untuk dapat mengelola pikiran, perilaku dan perasaan dalam rangka untuk mencapai suatu tujuan agar lebih mandiri serta melihat masa depan yang lebih baik.

1. **Tujuan Bimbingan *Self Management***

Dalam bimbingan manajemen diri, Cormier &Cormier (Wordpress. Com, tanggal 21 Januari 2013) kegiatan bimbingan manajemen diri diarahkan kepada perumusan pernyataan yang khusus mengenai tujuan pribadi yang ingin dicapai oleh setiap konseli.Ini berkenaan dengan perilaku kongkrit yang bermasalah yang ingin mereka ubah dan keterampilan-keterampilan baru yang ingin mereka pelajari selama berada dalam bimbingan tersebut.Perilaku yang secara khas ingin mereka ubah seperti menghilangkan segala kesulitan yang mereka hadapi dalam belajar.

Dalam hal ini, konselor merinci dan memilih tujuan umum menjadi tujuan khusus, kongkrit, dan dapat diukur yang dapat ditelusuri dengan sistematik.Setelah peserta mengkhususkan tujuannya, maka konselor membuat rancangan kegiatan bimbingan manajemen diri untuk memberi perlakuan untuk mencapai tujuan yang telah dirumuskan. Misalnya kelompok siswa mampu melaksanakan disiplin dalam proses belajarnya.

1. **Prosedur Pengembangan Bimbingan *Self Management***

Berdasarkan Cormier & Cormier (Wordpress. Com, tanggal 21 Januari2013) dalam mengembangkan kemampuan Manajemen diri (*self management*) itu ada beberapa siasat yang dapat ditempuh, yaitu sebagai berikut:(1) Pantau Diri (*Self Monitoring*), (2) Ganjar Diri (*Self Reward*), (3) Kendali Stimulus (*Stimulus Control*), (4) Hukuman Diri (*Self Punishment*). Berikut ini diuraikan secara singkat :

1. Pantau-Diri (*Self* – *Monitoring*)

Pantau-diri adalah suatu proses mengamati dan mencatat serba-serbi diri sendiri dan interaksinya dengan lingkungannya.Pada tahap ini konselor memerintakan siswa untuk menyusun jadwal kegiatan belajarnya, sehingga bisa dijadikan pedoman perilakunya sehari-hari dikelas maupun di luar kelas.Penyusunan jadwal belajar yang dilakukan oleh siswa dapat melatih dirinya dalam memonitoring kegiatan belajarnya. Kemampuan yang dimiliki dalam memonitoring diri akan lebih efektif dalam meningkatkan kinerja dalam melatih kedisiplinan belajar siswa yang bersangkutan.

1. Ganjar -Diri ( *Self* – *Reward* )

Ganjar-diri merupakan siasat pengubahan perilaku dengan mengatur dan memperkuat perilakunya dengan konsekuensi yang dihasilkannya sendiri. Ganjar-diri ini dapat ditetapkan untuk pengubahan perilaku karena, banyak perilaku individu yang dikendalikan oleh konsekuensi yang dihasilkan sendiri di samping konsekuensi dari luar

1. Kendali Stimulus (*Stimulus*-*control*)

Kendali-stimulus merupakan pengubahan perilaku yang dilakukan oleh siswa dengan cara mengenali rangsangan-rangsangan yang mengendalikan perilaku, mengurangi kemungkinan bertemu dengan rangsangan yang menyebabkan timbulnya perilaku yang tidak diinginkan, meningkatkan rang­sangan yang dapat menyebabkan timbulnya perilaku yang diinginkan, dan mengubah konsekuensi atau waktu kegiatan-kegiatan sebelumnya yang merugikan digantikan dengan pola baru yang mendukung pencapaian tujuan perilaku yang diinginkan

1. Hukuman Diri (*Self Punishment*)

Hukuman diri merupakan siasat pengubahan perilaku dengan cara mengatur dan memperlemah atau menghilangkan perilaku dengan konsekuensi yang dihasilkan sendiri.

Lebih jelasnya menurut Cormier & Cormier (Wordpress.Com, tanggal 21 Januari 2013) kesadaran untuk membuat perilaku lebih baik dari biasanya memang sulit, salah satu teknik untuk mengubahnya yaitu dengan teknik *self management*.Adapun Prosedur aplikasi dalam melakukan teknik *self management* yaitu :

1. Melakukan pemantauan diri dan pengamatan

Memantau kegiatan sehari-hari prilaku apa saja yang telah kita amati. Melakukan pengamatan dengan cara misalnya mencatat perilaku-perilaku yang ingin diubah, perilaku-perilaku yang ingin ditingkatkan.

1. Mengimplementasikan strategi pengendalian diri

Pengendalian diri dalam hal ini beberapa perencanaan, Perencanaan lingkungan melibatkan modifikasi keadaan yang mendahului atau menimbulkan suatu tingkah laku.melalui perencanaan lingkungan seseorang akan belajar mengenali dan memodifikasi tingkah laku. Perencanaan lingkungan ini mencakup lingkungan keluarga konseli, lingkungan sekolah dan lingkungan kegiatan.

Misalnya memikirkan kompensasi-kompensasi yang akan dilakukan jika tidak berhasil menjalankan strategi awal, meminta tolong kepada orang tua, teman, guru untuk selalu membantu konseli dalam menjalankan strategi pengubahan tingkah laku yang ia jalankan.

1. Pemrograman diri.

seperti, kelola internal (*self reinforcement*, kritikdiri), konsekuensi eksternal (kontrak pribadi dan pemberian hak-hak istimewa pada diri).

1. **Kedisiplinan Belajar**
2. **Pengertian Disiplin**

Disiplin merupakan titik pusat dalam pendidikan, tanpa disiplin tidak akan ada kesepakatan antara guru dan murid yang mengakibatkan prestasi yang dicapai kurang optimal terutama dalam belajar. Dengan kesadaran yang tinggi dalam disiplin belajar, seorang siswa dapat ditumbuhkan rasa tanggung jawab terhadap pentingnya belajar.

Berdasarkan pendapat Tu’u, (2004: 30), Istilah disiplin berasal dari bahasa latin “*Disciplina*” yang menunjuk pada kegiatan belajar mengajar. Istilah tersebut sangat dekat dengan istilah dalam Bahasa Inggris “*Disciple*” yang berarti mengikuti orang untuk belajar di bawah pengawasan seorang pemimpin.Dalam kegiatan belajar tersebut, bawahan dilatih untuk patuh dan taat pada peraturan-peraturan yang dibuat oleh pemimpin.

Sedangkan pengertian disiplin menurut Sutopo Yuwono, (1989:39) mengemukakan bahwa :

Pengertian disiplin yang lebih umum mengacu kepada adanya kesesuaian sikap seseorang dengan norma-norma yang berlaku secara umum hingga dalam prakteknya identik dengan prilaku yang teratur atau sikap dengan aturan-aturan.

Lebih lanjut Hadari Hanawi (1982:103) mengatakan bahwa disiplin itu terwujud dalam kesediaan mematuhi secara sadar setiap peraturan yang berlaku. Hal ini sejalan dengan pernyataan Depdiknas (2004:17) bahwa disiplin adalah sikap mental yang mengandung kerelaan mematuhi semua peraturan dan norma yang berlaku dalam menunaikan tugas dan tanggung jawab.

Sedangkan menurut Depdikbud (1992:3) yang mengemukakan defenisi disiplin yaitu sebagai berikut:

Disiplin adalah tingkat konsistensi dan konskuen seseorang terhadap suatu komitmen atau kesepakatan bersama yang berhubungan dengan tujuan yang akan dicapai waktu dan proses pelaksanaan suatu kegiatan.Siswa yang memiliki disiplin akan menunjukkan ketaatan dan keteraturan terhadap perannya sebagai seorang pelajar yaitu belajar secara terarah dan teratur. Dengan demikian siswa yang berdisiplin akan lebih mampu mengarahkan dan mengendalikan perilakunya. Disiplin memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia terutama siswa dalam hal belajar. Disiplin akan memudahkan siswa dalam belajar secara terarah dan teratur.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, penulis dapat menarik kesimpulan bahwa disiplin adalah suatu tindakan yang mengkoreksi atau mendidik seseorang agar bersikap dan bertingkah laku sesuai dengan ketentuan atau peraturan dalam menjalankan pekerjaan tertentu.

1. **Pengertian Belajar**

Belajar Secara psikologis menurut Slameto, (2003:2) yang menyatakan bahwa :

Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Kiranya tidaklah berlebihan apabila dinyatakan bahwa belajar merupakan hal yang sentral bagi setiap manusia. Pada umumnya setiap orang dapat menyebutkan kata belajar, tetapi tidak setiap orang dapat memahami apa arti belajar yang sebenarnya. Kesatuan pendapat mengenai belajar sampai kini belum ada, dan andai kata ditanyakan kepada banyak orang tentang belajar, jawabannya akan sekian banyak pula.

Sedangkan Menurut Winkel (2004:38) defenisi belajar yang mengemukakan bahwa :

Belajar merupakan salah satu proses mental yang mengarah kepada penguasaan pengetahuan, kecakapan, kebijaksanaan, atau sikap yang diperoleh, disimpan, dan dilaksanakan sehingga menimbulkan tingkah laku yang progresif dan adaptif.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka penulis memberikan arti bahwa belajar adalah suatu usaha untuk memperoleh perubahan dan perkembangan dalam diri guna mencapai perubahan tingkah laku yang baru berupa kecakapan, pengertian dan sikap.

Lebih lanjut dari pemahaman penulis mengemukakan bahwa apa yang terjadi pada diri orang yang sedang belajar, tidak dapat diketahui secara langsung oleh orang lain, yang dapat diamati adalah tingkah laku dan hasilnya. Dalam proses belajar siswa menggunakan kemampuan mentalnya untuk mempelajari bahan belajar. Kemampuan-kemampuan kognitif, afektif, psikomotorik yang dibelajarkan dengan bahan belajar menjadi semakin rinci dan menguat. Adanya informasi tentang sasaran belajar, adanya penguatan-penguatan adanya evaluasi dan keberhasilan belajar menyebabkan siswa semakin sadar akan kemampuan dirinya. Hal ini akan memperkuat kedisiplinan siswa.

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar dalam penelitian ini adalah sikap siswa yang terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan dan keteraturan berdasarkan acuan nilai moral individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang mencakup perubahan berfikir, sikap, dan tindakan yang sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang telah ditetapkan seseorang dalam belajar secara konsisten dan konsekuen.

1. **Aspek-aspek kedisiplinan belajar**

Kedisiplinan siswa dalam belajar yang akan digunakan sebagai acuan adalah kemampuan siswa untuk melakukan aktivitas belajarnya tanpa harus bergantung pada orang lain.

Menurut Rubino (Rudiyanto,2006) mengemukakan setidaknya terdapat tiga aspek dalam kedisiplinan belajar :

1. Adanya sikap mental siswa terhadap pelajaran yang diajarkan guru, sikap mental tersebut meliputi antara lain: siswa mempunyai rasa percaya diri dan keuletan dalam setiap belajarnya
2. Adanya cara–cara belajar yang digunakan oleh siswa demi meraih prestasi belajar yang baik. Dalam hal ini harus mengarah pada pedoman-pedoman umum untuk belajar dengan baik yang meliputi : keteraturan dalam belajar, konsentrasi dalam belajar, penggunaan waktu dalam belajar, pemakaian sarana perpustakaan
3. Adanya sikap mandiri yang dimiliki oleh siswa meliputi antara lain: tidak suka bergantung pada orang lain kecuali bila benar-benar memerlukan, segala sesuatunya dipikirkan masak-masak, individu kreatif dalam melakukan sesuatu, selalu mencari jalan keluar yang paling mudah, efektif dan efisien, dalam setiap usahanya tidak mudah putus asa dan mampu mengendalikan emosinya dan mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, tidak mudah terpengaruh dari luar.
4. **Faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan belajar**

Disiplin turut berpengaruh terhadap prestasi belajar. Hal ini dapat terlihat pada siswa yang memiliki disiplin yang tinggi akan belajar dengan baik dan teratur, serta akan menghasilkan prestasi yang baik pula. Faktor-faktor belajar turut berpengaruh terhadap tingkat disiplin individu.

Menurut Suryabrata (2001:249) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin belajar adalah sebagai berikut:

1. Faktor eksterinsik
2. Faktor non-sosial, seperti keadaan udara, suhu udara, waktu, tempat dan alat-alat yang dipakai untuk belajar.
3. Faktor sosial, terdiri atas lingkungan keluarga, lingkungan sekolah,

lingkungan masyarakat dan lingkungan kelompok.

1. Faktor instrinsik
2. Faktor psikologi, seperti minat, bakat, motivasi, konsentrasi, dan

kemampuan kognitif.

1. Faktor fisiologis, yang termasuk dalam faktor fisiologis antara lain pendengaran, penglihatan, kesegaran jasmani, keletihan, kekurangan gizi, kurang tidur dan sakit yang diderita.
2. **Unsur-unsur Disiplin Belajar**

Bila disiplin diharapkan mampu mendidik siswa untuk berperilaku sesuai dengan standar yang ditetapkan kelompok sosial mereka, ia harus mempunyai empat unsur pokok. Hurlock (1999:84) menyebutkan empat unsur pokok tersebut adalah sebagai berikut: (1) Peraturan, (2) Hukuman, (3) Penghargaan, (4) Konsistensi. Berikut ini akan dijelaskan secara singkat :

1. Peraturan

Merupakan pola yang ditetapkan untuk tingkah laku.Pola tersebut mungkin ditetapkan oleh guru, orang tua dan teman bermain.Tujuan peraturan adalah untuk mewujudkan anak lebih bermoral dengan membekali pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu. Peraturan yang jelas dan dapat diterapkan secara efektif akan membantu anak merasa aman dan terhindar dari tingkah laku yang menyimpang dan bagi orang tua, berguna untuk memanfaatkan hubungan yang serasi antara anak dan orang tua.

1. Hukuman

Hukuman berasal dari kata kerja lain “*punire*”. Hurlock (1999:89) menyatakan bahwa hukuman berarti menjatuhkan hukuman pada seseorang karena suatu kesalahan, perlawanan atau pelanggaran sebagai ganjaran atau pembalasan. Tetapi hukuman untuk perilaku yang salah hanya dapat dibenarkan bila iamempunyai nilai pendidikan dan ketika perkembangan bicara dan bahasa anak telah baik, penjelasan verbal harus menggantikan hukuman.

1. Penghargaan

Hurlock (1999:90) mengistilahkan “penghargaan” berarti tiap bentuk penghargaan untuk suatu hasil yang baik.Penghargan tidak perlu berbentuk materi tetapi dapat berupa kata-kata pujian, senyuman, atau tepukan dipunggung dan belaian. Banyak orang yang merasa bahwa penghargaan itu tidak perlu dilakukan karena bisa melemahkan motivasi anak untuk melakukan apa yang harus dilakukannya. Sikap guru yang memandang enteng terhadap hal ini menyebabkan anak merasa kurang termotivasi untuk belajar.Oleh karena itu guru harus sadar tentang betapa pentingnya memberikan penghargaan atau ganjaran kepada anak khususnya jika mereka berhasil.

1. Konsistensi

Konsistensi berarti tingkat keseragaman atau stabilitas, keajegan, atau suatu kecenderungan menuju kesamaan (Hurlock, 1999:91).Disiplin tidak mungkin terlaksana tanpa konsistensi.Dengan demikian konsistensi merupakan suatu kecenderungan menuju kesamaan. Disiplin yang konstan akan mengakibatkan tiadanya perubahan untuk menghadapi kebutuhan perkembangan yang berubah. Disiplin mempunyai nilai mendidik yang besar yaitu peraturan yang konsisten bisa memicu proses belajar anak. Dengan adanya konsistensi anak akan terlatih dan terbiasa dengan segala hal yang bersifat tetap, sehingga mereka akan termotivasi untuk melakukan hal yang benar dan menghindari hal yang salah. Fungsi konsistensi ada tiga macam, yaitu pertama mempunyai nilai mendidik yang besar.Kedua konsistensi mempunyai nilai motivasi yang kuat.Sedang ketiga konsistensi mempertinggi penghargaan terhadap peraturan dan orang yang berkuasa.

1. **Pembentukan Disiplin**

Menurut Tu’u (2004: 48) dalam pembentukan disiplin seseorang sedikitnya terdapat tujuh hal yang turut mempengaruhinya. Ketujuh hal tersebut antara lain adalah sebagai berikut: (1) Kesadaran diri, (2) Mengikuti dan mentaati aturan, (3) Alat pendidikan, (4) Hukuman, (5) Teladan, (6) Lingkungan berdisiplin, (7) Latihan disiplin. Berikut ini akan diuraikan secara lanjut :

1. Kesadaran diri, kesadaran diri sebagai pemahaman diri bahwa disiplin merupakan aspek penting bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya.
2. Mengikuti dan mentaati aturan, pengikutan dan ketaatan merupakan langkah penerapan dan praktik atas peraturan-peraturan yang mengatur perilaku individu sebagai kelanjutan dari adanya kesadaran diri yang dihasilkan oleh kemampuan dan kemauan diri yang kuat.
3. Alat Pendidikan, alat pedidikan dapat digunakan untuk mempengaruhi, mengubah perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai yang ditentukan atau diajarkan.
4. Hukuman, hukuman merupakan salah satu upaya yang dapat digunakan sebagai sarana untuk menyadarkan, mengoreksi dan meluruskan yang salah sehingga orang kembali pada prilaku yang sesuai dengan harapan.
5. Teladan, dalam pembentukan disiplin seringkali perbuatan dan tindakan jauh lebih berpengaruh daripada kata-kata. Jadi dalam pembentukan disiplin siswa contoh dan teladan disiplin dari kepala sekolah, guru serta karyawan dapat berpengaruh kepada disiplin siswa.
6. Lingkungan berdisiplin, seorang siswa dapat dipengaruhi oleh lingkungan, apabila lingkungannya berdisiplin, maka siswa dapat terbawa oleh lingkungannya tersebut.
7. Latihan disiplin, disiplin siswa dapat dibentuk melalui proses latihan dan kebiasaan. Dengan membiasakan melakukan disiplin secara berulang-ulang dalam praktik kehidupan sehari-hari, disiplin akan terbentuk dalam diri siswa.
8. **Usaha Menumbuhkan Disiplin Belajar**

Disiplin yang baik adalah disiplin yang timbul karena adanya kesadaran dari dalam diri sendiri, bukan karena terpaksa, sehingga diperlukan adanya usaha untuk menumbuhkan sikap disiplin tersebut.

Lebih lanjut Menurut Sofchah Sulistiyowati (2001: 3) ada cara yang dapat digunakan siswa agar dapat belajar dengan baik, yaitu seorang siswa harus mempunyai sikap disiplin dalam belajar. Adapun disiplin yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Disiplin dalam menepati jadwal pelajaran, apabila seorang siswa mempunyai jadwal kegiatan belajar, maka ia harus menepati jadwal yang telah dibuatnya.
2. Disiplin dalam mengatasi godaan yang akan menunda waktu belajar baik di rumah maupun di sekolah, godaan yang datang pada seorang siswa pada saat waktu belajar sangat banyak.Hal tersebut membutuhkan kemauan dan kemampuan siswa untuk dapat mengatasi segala macam godaan yang datang tersebut baik pada saat waktu belajar di sekolah maupun pada waktu belajar di rumah.Godaan yang datang pada waktu belajar misalnya adalah ajakan untuk bermain dari teman, menonton acara televisi, dan sebagainya.
3. Disiplin terhadap diri sendiri, disiplin diri harus selalu dimunculkan pada diri siswa, karena dengan disiplin diri akan menumbuhkan kemauan dan semangat belajar siswa baik di sekolah maupun di rumah. Hal ini sesuai dengan apa yang di kemukakan oleh Bimo Walgito (1989: 123) tentang *”Self dicipline”* (disiplin terhadap diri sendiri), yang harus selalu ditanamkan oleh setiap individu siswa, karena meskipun mempunyai rencana belajar yang baik akan tetap menjadi rencana kalau tidak ada disiplin diri.
4. Menjaga kondisi fisik agar selalu sehat dan fit, disiplin dalam menjaga kondisi fisik sangat penting bagi siswa, karena dengan kondisi fisik yang baik tentu akan dapat mendukung aktivitas sehari-hari dari siswa yang bersangkutan. Salah satu cara untuk menjaga kondisi fisik agar tetap terjaga dengan baik adalah makan secara teratur dan mengkonsumsi makanan yang bergizi serta berolah raga secara teratur.

Disiplin apabila dikembangkan dan diterapkan dengan baik, konsisten dan konsekuen akan berdampak positif bagi kehidupan dan perilaku siswa. Disiplin dapat mendorong siswa belajar secara konkret dalam praktik hidup di sekolah tentang hal-hal positif, melakukan hal-hal yang lurus dan benar, menjauhi hal-hal negatif. Dengan pemberlakuan disiplin, siswa belajar beradaptasi dengan lingkungan yang baik itu, sehingga muncul keseimbangan diri dalam hubungan dengan orang lain. Jadi disiplin menata perilaku seseorang dalam hubungannya di tengah lingkungannya**.**

1. **Ciri-Ciri Siswa yang Disiplin Dalam Belajar.**

Seorang yang mempunyai disiplin diri memiliki ciri-ciri seperti yang di kemukakan oleh Prijodarminto (1994: 23) adalah sebagai berikut:

1. Memiliki nilai-nilai ketaatan yang berarti individu memiliki kepatuhan terhadap peraturan yang ada di lingkungannya.
2. Memiliki nilai-nilai keteraturan yang berarti individu mempunyai kebiasaan melakukan kegiatan dengan teratur dan tersusun rapi.
3. memiliki pemahaman yang baik mengenai sistem aturan perilaku, norma kriteria dan standar yang berlaku di masyarakat.

Disiplin dalam belajar harus dimiliki oleh setiap siswa, sehingga dapat menjadi suatu kebiasaan yang selalu melekat pada diri setiap siswa. Dengan demikian akanterbentuk suatu etos belajar yang baik. Belajar yang dilakukan oleh siswa tidak lagi dirasakan sebagai beban, akan tetapi sudah dianggap sebagai suatu kebutuhan dalam hidupnya.

Seorang siswa yang memiliki disiplin belajar yang tinggi akan dapat belajar dengan baik yang ditunjukkan oleh sikapnya dalam belajar yang sungguh-sungguh dan sadar akan tugas dan tanggungjawabnya sebagi pelajar, terarah dan teratur sehingga sangat dimungkinkan dapat mencapai prestasi belajar yang terbaik.

Disiplin belajar sebagai faktor internal siswa (faktor psikologis) dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Walgito (2004:154) bahwa : “Disiplin belajar harus ditanamkan dan dimiliki oleh tiap-tiap individu, karena sekalipun mempunyai rencana belajar yang baik, akan tetap tinggal rencana kalau tidak ada kedisiplinan” Dengan demikian peran disiplin belajar pada siswa sangat besar pengaruhnya terhadap prestasi belajarnya. Hal ini dikarenakan dengan adanya disiplin belajar, seorang siswa akan mampu mengkondisikan dirinya untuk belajar sesuai dengan tugasnya sebagai seorang pelajar. Dengan disiplin, maka rasa malas, rasa enggan dapat diatasi, hal ini dapat meningkatkan kualitas belajarnya, sehingga memungkinkan siswa memperoleh prestasi belajar yang terbaik. Dalam penelitian ini yang menjadi indikator dari disiplin belajar siswa adalah sebagai berikut:

1. Kesadaran dalam mentaati peraturan dan tata tertib sekolah
2. Menyelesaikan tugas tepat waktu
3. Tepat waktu dalam belajar
4. Keteraturan dalam belajar
5. Belajar dengan sungguh-sungguh

Untuk memperjelas kelima indikator di atas, maka masing masing indikator tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Kesadaran dalam mentaati peraturan dan tata tertib sekolah

Peraturan dan tata-tertib merupakan sesuatu yang digunakan untuk mengatur perilaku yang diharapkan terjadi pada diri siswa. Sebagaimana yang dikemukakan Arikunto (1990: 122) bahwa:

Peraturan menunjuk pada patokan atau standar yang sifatnya umum yang harus dipenuhi siswa seperti misalnya peraturan tentang kehadiran siswa, peraturan tentang jam istirahat, peraturan tentang kondisi yang harus dipenuhi siswa di dalam kelas pada waktu pelajaran sedang berlangsung seperti: mendengarkan dengan baik pelajaran yang disampaikan guru, tidak bicara tanpa seizin guru, tidak makan atau minum pada saat KBM, tidak meninggalkan kelas tanpa seizin guru dan sebagainya.

Faktor penting untuk dapat memberlakukan peraturan dan tata-tertib sekolah adalah kedisiplinan. Sementara itu untuk dapat berdisiplin seorang siswa membutuhkan adanya kesadaran dari dalam dirinya untuk mematuhi segala peraturan dan tata-tertib sekolah.

Kedisiplinan siswa dalam menjalankan peraturan dan tata-tertib sekolah sangat mendukung proses belajar siswa. Dengan menjalankan peraturan dan tata-tertib sekolah, seorang siswa tidak akan mendapat masalah di sekolah dan belajarnyapun akan berjalan dengan lancar. Lain halnya jika ia melakukan pelanggaran atas peraturan atau tata-tertib sekolah ia akan berurusan dengan Bapak/Ibu guru untuk menerima sanksi atas pelanggaran yang dilakukannya yang tentunya akan menyita waktu belajarnya.

Sebagai ilustrasi dari pelanggaran atas peraturan dan tata tertib sekolah adalah ketika siswa datang ke sekolah terlambat, ia akan mengalami kerugian berupa ketinggalan dalam menerima materi pelajaran dan juga akan menerima sanksi dari guru sebagai hukuman atas pelanggaran yang dilakukannya yang tentunya akan berdampak kurang baik terhadap belajarnya. Demikian halnya dengan masalah membolos, ketika siswa membolos maka ia akan mengalami kerugian yang lebih besar daripada terlambat masuk sekolah karena ia sama sekali tidak dapat menerima materi atau pelajaran yang disampaikan oleh Bapak/Ibu guru di sekolah dan juga akan menerima sanksi atas pelanggaran yang dilakukannya.

Untuk mematuhi seluruh peraturan dan tata-tertib sekolah sebenarnya bukanlah sesuatu yang sulit, karena peraturan dan tata-tertib sekolah dibuat untuk dapat dilaksanakan oleh siswa. Tidak mungkin peraturan dan tata-tertib sekolah dibuat untuk tidak dapat dilaksanakan oleh siswa. Untuk dapat melaksanakan peraturan dan tata-tertib sekolah yang penting adalah niat dan kesadaran untuk selalu taat dan patuh terhadap seluruh peraturan dan tata-tertib yang ada, karena hal tersebut pasti akan berdampak positif terhadap kemajuan belajarnya.

1. Menyelesaikan tugas tepat waktu

Menyelesaikan tugas merupakan salah satu rangkaian kegiatan dalam belajar, yang dilakukan baik di dalam maupun di luar jam sekolah. Tujuan dari pemberian tugas menurut Ahmadi (1991: 61) biasanya untuk ”Memantapkan pengetahuan yang telah diterima, mengaktifkan anak dalam belajar, membiasakan anak giat belajar dan memupuk rasa tanggung jawab”.

Dengan adanya tugas yang diberikan oleh guru pada siswa, seorang siswa diharapkan akan dapat lebih paham terhadap mata pelajaran yang disampaikan di sekolah. Agar siswa berhasil dalam belajar, maka ia harus dapat mengerjakan setiap tugas yang diberikan dengan sebaik-baiknya, baik dalam proses pengerjaannya maupun pengumpulannya, karena seringkali tugas yang dikumpulkan melebihi batas akhir pengumpulan tugas akan dapat mengurangi nilai yang diberikan. Dalam mengerjakan tugas dari guru (PR) hendaknya tidak ditunda-tunda karena dengan menunda-nunda pekerjaan seringkali membuat kita menjadi malas untuk mengerjakannya.

1. Tepat waktu dalam belajar

Menurut pendapat Slameto (2003:77) yang dikemukakan bahwa: ”Pada permulaan belajar sering dirasakan kelambatan, keengganan bekerja dan kalau perasaan itu kuat, belajar sering diundurkan, malahan tak dikerjakan”. Kelambatan itu dapat diatasi dengan suatu perintah kepada diri sendiri untuk memulai pekerjaan itu tepat pada waktunya.

Belajar merupakan tugas dan kewajiban bagi seorang pelajar. Sebagai seorang pelajar, siswa hendaknya dapat menggunakan waktu yang dimilikinya dengan seefisien dan seefektif mungkin, karena waktu yang telah berlalu akan hilang dan tidak pernah akan kembali lagi. Oleh karena itu siswa hendaknya sadar dan dapat memanfaatkan waktu yang ada untuk belajar digunakan hanya untuk belajar.

Untuk memudahkan siswa dalam belajar, hendaknya ia membuat jadwal belajar untuk membatasi kegiatan lain yang tidak berguna yang dapat mengganggu aktivitas belajarnya. Orang tua disini mempunyai peran yang penting dalam menegakkan kedisiplinan anak dalam belajar terutama mengenai waktu belajar siswa di rumah. Orang tua dapat melakukan pengawasan terhadap aktivitas belajar anak ketika belajar di rumah. Apabila anak tidak belajar, orang tua harus dapat mengetahui dan mengingatkannya untuk belajar.

1. Keteraturan dalam belajar

Dalam bukunya Pedoman Belajar bagi pelajar dan santri, Zarnuji ( As’adi, 2001: 40) mengatakan bahwa: ”Biasakanlah belajar dan janganlah kamu mencoba untuk meninggalkan belajar, karena ilmu itu bergantung pada orangnya bisa jadi tetap dan bisa jadi semakin bertambah lantaran selalu dipelajari terus menerus”.

Keteraturan dalam belajar merupakan usaha untuk menghasilkan atau memperoleh hasil belajar yang optimal. Dengan belajar secara teratur setiap hari kita dapat terus menerus menyerap materi pelajaran yang sedang kita pelajari, sehingga pengetahuan yang kita dapatkan senantiasa terus bertambah.

Dengan belajar secara teratur setiap hari baik mengulang pelajaran yang telah diberikan maupun menyiapkan materi untuk keesokan harinya akan membuat penguasaan materi siswa menjadi lebih baik, karena dengan selalu mengulang pelajaran yang telah diterimanya akan membuat pemahaman siswa menjadi lebih baik. Demikian juga dengan selalu belajar menyiapkan materi yang akan disampaikan keesokan harinya dapat membantu belajar siswa, karena siswa menjadi lebih siap dalam menerima materi dan akan membuat penerimaannya menjadi lebih baik.

Jadi keteraturan dalam belajar sangat penting bagi siswa, karena dengan belajar secara teratur memungkinkan siswa dapat meningkatkan penguasaan materi pelajaran yang sedang dipelajarinya, sehingga siswa dapat meraih prestasi belajar yang optimal.

1. Belajar dengan sungguh-sungguh

Untuk meraih prestasi belajar yang optimal, seorang siswa hendaknya belajar dengan sungguh-sungguh. Menurut pendapat Slameto (2003:78) yang dikemukakan bahwa: ”Biasanya orang yang ingin belajar atau bekerja sungguh-sungguh harus bertekad, jangan meninggalkan tempat duduknya selama 40 menit, apapun yang terjadi”.

Seorang siswa dalam belajar harus dapat mengendalikan diri untuk tetap belajar ketika waktunya belajar dan tidak menggunakannya untuk aktivitas yang lain. Ketika belajar di rumah seorang siswa banyak menemui godaan yang dapat mengganggu belajarnya dan bahkan dapat membuatnya tidak belajar seperti bermain, melihat acara televisi dan sebagainya. Disamping hal tersebut seringkali siswa dihadapkan pada kesulitan-kesulitan dalam menyerap dan memahami materi pelajaran yang dipelajarinya dan bila hal tersebut tidak terpecahkan dapat membuatnya kesal dan putus asa. Untuk itu maka siswa hendaknya menanamkan tekad pada dirinya untuk bersungguh-sungguh dalam belajar, niscaya kesulitan-kesulitan yang ada dapat dipecahkan sedikit demi sedikit meskipun materi yang dipelajari cukup sulit.

1. **Kerangka Pikir**

Belajar merupakan kebutuhan psikologi diri guna menambah cakrawala berpikir sehingga akses pengetahuan menjadi sesuatu yang mudah untuk diketahui.Aktivitas belajar harus selalu senantiasa ditumbuhkan. Kesadaran akan pentingnya belajar harus menjadi dasar pijakan bagi setiap peserta didik dalam setiap menjalani aktivitas yang ada. Butuh suatu sikap konsisten dan prinsip bahwa belajar merupakan aspek penting dalam membangun tatanan paradigma baru agar kehidupan menjadi lebih baik. Dalam proses belajar kadangkala siswa tidak mampu bersikap secara konsisten, banyak perilaku-perilaku yang tampak yang tidak sesuai apa yang menjadi harapan guru dalam proses belajar, inilah yang dialami oleh sebagian siswa SMA Negeri 1 Bontomatene Kabupaten Kepulauan Selayar.

Hal ini perlu diatasi sejak dini, agar dalam proses belajarnya dapat mencapai hasil yang maksimal. Salah satu upaya mengatasi ketidakdisiplinan belajar siswa adalah dengan menggunakan bimbingan *Self Management* dengan melalui beberapa teknik.Teknik ini dilaksanakan sebagai upaya untuk memperoleh perilaku manajemen diri yang baik, sehingga siswa mampu mengelola pikiran, perilaku dan perasaan agar dapat memiliki sikap disiplin belajar.

Berdasarkan uraian diatas, maka kerangka pikir dalam penelitian ini digambarkan dalam bentuk skema berikut ini:

KETIDAKDISIPLINAN BELAJAR

PEMBERIAN BIMBINGAN *SELF MANAGEMENT*

1. *SELF MONITORING*
2. *SELF REWARD*
3. *STIMULUS CONTROL*
4. *SELF PUNISHMENT*

DISIPLIN MENINGKAT

TETAP TIDAK DISIPLIN

ADA PENGARUH

TIDAK ADA PENGARUH

Gambar 2.1: Skema Kerangka Pikir.

1. **Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan teori yang dibahas dalam tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah di uraikan di atas, maka diajukan hipotesis penelitian ini, yaitu bimbingan *self management* berpengaruh dalam meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di SMA Negeri 1 Bontomatene Kabupaten Kepulauan Selayar.