

LETTER OF ACCEPTANCE

PINISI JOURNAL OF EDUCATION

ISSN 2747-268X (online)

Publication and Conference Management Center

Pinisi Building, 8th Floor, Universitas Negeri Makassar, Makassar 90222, South Sulawesi, Indonesia



13 Oktober 2021

To:

Yusril Maskur

Jurusan Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Negeri Makassar, Indonesia

Dear Yusril Maskur

After the review process, we hereby inform you that your paper is **accepted for publication**.

The title of the paper:

Penerapan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Madrasah Tsanwiyah (Application of Self-Management Techniques to Improve Learning Discipline of Tsanwiyah Madrasah Students)

Authors:

Yusril Maskur, Abdullah Pandang, Muhammad Anas

Thanks for your kind interest in **Pinisi Journal of Education**

Please feel free to contact if you require additional information.

Sincerely,

Managing Editor

Pinisi Journal of Education

Website: <https://ojs.unm.ac.id/pje>

Email: phinisi.journal@gmail.com



Penerapan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di MTs Negeri 4 Bone

Application of Self-Management Techniques to Improve Student Learning Discipline at MTs Negeri 4 Bone

Yusril Maskur^{1*}, Dr. Abdullah Pandang, M.Pd², Drs. H. Muhammad Anas, M.Si³

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Penulis Koresponden: yusrilmaskur4@gmail.com

Abstrak

Yusril Maskur, 2021. Penerapan Teknik Self-Management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di MTs NEGERI 4 BONE. Skripsi. Dibimbing oleh Dr. Abdullah Pandang, M.Pd dan Drs. Muhammad Anas, M.Si. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini menelaah pengaruh penerapan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa di MTs NEGERI 4 BONE. Adapun masalah dalam penelitian ini yaitu: (1) Bagaimana gambaran kedisiplinan belajar siswa sebelum dan sesudah pemberian teknik *self management* di MTs Negeri 4 Bone? (2) Bagaimana gambaran pelaksanaan penerapan teknik *self management* di MTs Negeri 4 Bone? (3) Apakah dengan penerapan teknik *self management* ini dapat meningkatkan kedisiplinan siswa dalam belajar di MTs Negeri 4 Bone?. Tujuan penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui gambaran tingkat kedisiplinan siswa sebelum dan sesudah pemberian teknik *Self management* di MTs Negeri 4 Bone. (2) Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan penerapan teknik *Self management* di MTs Negeri 4 Bone. (3) Untuk mengetahui penerapan teknik *Self management* meningkatkan kedisiplinan belajar siswa di MTs Negeri 4 Bone. Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian Single Subject Research (SSR) dan menggunakan desain A-B-A. Adapun subjek pada penelitian ini adalah dua orang siswa kelas VIII E MTs NEGERI 4 BONE yang mengalami kedisiplinan belajar rendah. Analisis data yang digunakan yaitu melalui instrument observasi dan skala penilaian. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis visual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Tingkat kedisiplinan belajar sebelum diberikan perlakuan berupa penerapan teknik Self-Management berada pada kategori rendah (2) Pelaksanaan teknik Self-Management untuk mengurangi tingkat kedisiplinan belajar pada siswa MTs Negeri 4 Bone dilaksanakan sebanyak 7 tahap dalam 8 kali pertemuan, Selama pelaksanaan penelitian siswa menunjukkan tingkat partisipasi yang baik (3) Penerapan teknik self-management dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

Kata Kunci: Teknik Self-Management, Kedisiplinan Belajar

Abstract

YUSRIL MASKUR, 2021. Application of Self-Management Techniques to improve student learning discipline at MTs NEGERI 4 BONE. Essay. Supervised by Dr. Abdullah Pandang, M.Pd and Drs. Muhammad Anas, M.Si. Makassar State University Faculty of Education.

This study examines the effect of applying Self-Management Techniques to Improve Student Discipline at MTs NEGERI 4 BONE. The problems in this study are: (1) What is the description of student learning discipline before and after giving self-management techniques at MTs Negeri 4 Bone? (2) What is the description of the implementation of self management techniques in MTs Negeri 4 Bone? (3) Can the application of this self-management technique improve student discipline in studying at MTs Negeri 4 Bone?. The aims of this study are: (1) To describe the level of discipline of students before and after giving self management techniques at MTs Negeri 4 Bone. (2) To find out the description of the implementation of self management techniques in MTs Negeri 4 Bone. (3) To find out the application of self management techniques to improve student learning discipline at MTs Negeri 4 Bone. This research approach uses a quantitative approach with the type of research is Single Subject Research (SSR) and uses an A-B-A design. The subjects in this study were two students of class VIII E MTs NEGERI 4 BONE who experienced low learning discipline. Analysis of the data used is through observation instruments and rating scales. Data analysis used descriptive analysis and visual analysis. The results showed that: (1) The level of learning discipline before being given treatment in the form of applying the Self-Management technique was in the low category (2) The implementation of the Self-Management technique to reduce the level of learning discipline in MTs Negeri 4 Bone students was carried out in 7 stages in 8 times. meetings, During the implementation of the research students showed a good level of participation (3) The application of self-management techniques can improve student learning discipline.

Keywords: Self-Management Techniques, Learning Discipline

1. PENDAHULUAN

Sebagai lembaga yang bertujuan untuk merekayasa tingkah laku maka sekolah menjadi wadah perubahan pembiasaan individu kearah yang lebih baik. Salah satu pembiasaan yang dibentuk dalam proses pendidikan disekolah yaitu pembiasaan kedisiplinan peserta didik. Menurut (Febriyanto B.;dkk, 2020)disiplin adalah sebuah perasaan untuk patuh terhadap yang dipercayainya melalui tindakan yang konsisten. Dalam setiap kegiatan pendidikan disiplin menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan belajar. kedisiplinan yang dimaksud mencakup, disiplin waktu, disiplin diri, disiplin social, disiplin nasional.

Disiplin merupakan latihan watak dan batin agar segala perbuatan seseorang sesuai dengan peraturan yang ada (Anggraini D., 2011), Disiplin juga sebagai upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya. Menurut (Fajriyani, Janah N., Loviana D., 2016) menyatakan bahwa faktor yang menjadi penyebab peserta didik tidak disiplin belajar yaitu adanya dorongan dari dalam diri peserta didik diantaranya pengetahuan, kesadaran, ketaatan, keinginan berprestasi, dan latihan berdisiplin. Dengan membiasakan diri untuk menaati aturan yang ada maka seseorang akan terbiasa menanamkan sikap disiplin dalam dirinya.

Dari uraian diatas, maka dapat dikatakan bahwa dengan adanya disiplin dalam menaati tata tertib, siswa akan terdorong untuk selalu melaksanakan kegiatan sesuai aturan yang ada dan akhirnya merasa aman karena dapat mengetahui mana yang baik dan mana yang tidak baik untuk dihindari. Hal ini sangat bermanfaat dalam menunjang proses belajar mengajar disekolah serta akan meningkatkan prestasi belajar siswa. Disiplin sebagai nilai karakter memiliki arti bahwa karakter dibangun atas nilai-nilai sikap disiplin, dan kedisiplinan merupakan bagian dari karakter positif. Sikap disiplin didunia pendidikan sangatlah erat kaitannya, orang yang disiplin mencerminkan tanggung jawab dan pengetahuan yang dimiliki.

Kedisiplinan belajar akan membentuk kesadaran pada setiap peserta didik tentang tugas dan tanggung jawabnya agar menjadi seseorang yang mampu memikul tanggung jawab atas semua pekerjaannya. Setiap pekerjaan akan berhasil dengan

baik jika dikerjakan dengan teratur dan disiplin, lebih-lebih dalam hal belajar. Disamping teratur, siswa harus belajar disiplin. Dengan kedisiplinan siswa dapat memahami pelajaran dengan baik serta dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki sehingga dapat memperoleh prestasi yang baik. Timbulnya sikap disiplin bukanlah peristiwa yang mendadak yang terjadi seketika. Kedisiplinan pada seorang siswa tidak dapat tumbuh tanpa adanya kesadaran diri oleh siswa dan juga intervensi dari pendidik dan itupun dilakukan secara bertahap sedikit demi sedikit.

Adapun indikator kedisiplinan menurut Syafrudin (Khafid M & Suroso, 2017) ada 4 yaitu 1) ketaatan terhadap waktu belajar, 2) ketaatan terhadap tugas-tugas pelajaran, 3) ketaatan terhadap penggunaan fasilitas belajar, dan 4) ketaatan menggunakan waktu datang dan pulang. Dengan mendisiplinkan diri dalam proses belajar maka siswa akan terlatih untuk mengerjakan segala sesuatu dengan penuh tanggung jawab dan juga secara teratur, sehingga tujuan yang akan dicapai dalam proses pembelajaran dapat terlaksana secara optimal. Namun tidak semua siswa telah menerapkan kedisiplinan tersebut dalam proses belajarnya sehari-hari, masih banyak siswa yang tidak mengerjakan tugas yang diberikan, datang terlambat, dan mengerjakan kegiatan lain saat proses belajar mengajar berlangsung, seperti berbicara dengan teman lainnya, atau menggunakan *smartphone* di kelas tanpa arahan guru mata pelajaran.

Hal ini tentu akan berdampak negatif bagi siswa tersebut. Oleh karena itu, siswa perlu mendapat perlakuan dan arahan dari pihak sekolah untuk mendisiplinkan perilaku tidak disiplin siswa tersebut dalam belajar, salah satunya yaitu dari konselor sekolah (guru BK). Perilaku tidak disiplin belajar siswa disekolah seperti tidak mengerjakan tugas rumah, tidak memperhatikan materi pembelajaran, mengganggu teman saat belajar dan aktivitas lain yang sering terjadi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Purbaningtyas S., 2016) menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara kedisiplinan belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Akuntansi Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Kutasari Tahun Ajaran 2015/2016. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana diperoleh harga koefisien korelasi sebesar 0,449 dan koefisien determinasi sebesar 0,202, sehingga dapat dikatakan bahwa korelasinya positif sebesar 20,2%. yang dimana dapat disimpulkan bahwa Kedisiplinan Siswa memberikan pengaruh positif terhadap Prestasi Belajar siswa. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat Kedisiplinan Siswa maka Prestasi Belajar semakin tinggi.

Lebih lanjut, hasil studi penelitian yang dilakukan oleh (Anggraini A.J., 2014) menunjukkan bahwa terdapat beberapa bentuk tidak disiplin siswa belajar diantaranya, (1) siswa datang terlambat, (2) tidak membawa pulang buku pelajaran dan alat sekolah, (3) tidak menyelesaikan tugas tepat waktu, (4) tidak memperhatikan pelajaran, (5) membuang sampah tidak pada tempatnya, (6) berpakaian tidak rapi. kemudian pelanggaran lain yang ditemukan saat siswa belajar yaitu tidak memperhatikan saat pelajaran berlangsung, membuat suara gaduh, keluar masuk kelas tanpa izin, mengganggu siswa lain, berjalan-jalan saat pelajaran berlangsung, membaca materi yang tidak sesuai dengan pelajaran yang sedang berlangsung, memakai jilbab selain warna putih, menggunakan sepatu selain warna hitam, dan melepas sepatu saat pelajaran berlangsung. perilaku tidak disiplin siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu : kebiasaan siswa yang dibawa sebelumnya, pengaruh teman sebaya maupun cara mengajar dan mendidik guru yang kurang efektif.

Perilaku – perilaku siswa tersebut sebenarnya telah diatur dalam aturan sekolah dan disepakati oleh seluruh siswa pada saat pengenalan sekolah dan masa orientasi namun kurangnya kesadaran diri serta manajemen diri yang baik dari siswa membuat perilaku ketidaksiplinan belajar timbul. Perilaku maladaptif tidak disiplin belajar siswa sekolah memang bukan pelanggaran yang berat. Namun, jika tidak segera diatasi, akan berdampak pada perkembangan dan prestasi belajar siswa. Seringnya siswa terlambat akan menjadi kebiasaan buruk, bahkan bisa jadi berpengaruh pada kehidupan pasca sekolahnya, misalnya ketika memasuki dunia kerja. Perilaku kedisiplinan belajar rendah sering di temui di beberapa sekolah.

Fenomena mengenai perilaku ketidaksiplinan siswa juga terjadi di MTs Negeri 4 Bone. Hasil survey awal yang telah peneliti lakukan pada tanggal 28 September 2020, diketahui bahwa terdapat siswa (AL dan AD) yang berperilaku tidak disiplin saat belajar, seperti tidak mengerjakan tugas, datang terlambat ataupun berbicara saat jam mata pelajaran berlangsung di kelas. Dari hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan konseling dan wakil kepala sekolah bidang kesiswaan di MTs Negeri 4 Bone, diperoleh informasi bahwa masih ada beberapa siswa yang berperilaku tidak disiplin saat belajar. sedangkan di sekolah MTs Negeri 4 Bone sudah ditetapkan berbagai aturan dalam proses pembelajaran seperti jam masuk mata pelajaran dan juga tata tertib dikelas.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru

Bimbingan dan Konseling, diketahui bahwa siswa (AL dan AD) di kelas VIII menunjukkan frekuensi perilaku tidak disiplin saat belajar yang tinggi. Hal tersebut ditandai dengan tidak tepat waktu masuk saat jam mata pelajaran, berbicara saat guru menjelaskan materi pelajaran, tidak mengerjakan tugas dan juga melakukan kegiatan lain saat jam pelajaran berlangsung.

Selanjutnya, berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 September 2020, terdapat siswa yang berperilaku tidak disiplin saat belajar seperti tidak mengerjakan tugas, terlambat saat jam mata pelajaran berlangsung, berbicara atau mengganggu siswa lain saat proses pembelajaran berlangsung serta berpakaian tidak sesuai dengan aturan yang berlaku. Menurut aturan dari pihak wakil kepala sekolah bidang kesiswaan dan juga guru mata pelajaran di MTs Negeri 4 Bone, diketahui siswa (AL dan AD) yang berperilaku tidak disiplin terutama saat pembelajaran berlangsung, seperti tidak memperhatikan guru saat menjelaskan materi pelajaran, mengganggu siswa lain saat belajar maupun tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara terhadap guru BK dan wakil kepala sekolah bidang kesiswaan serta guru mata pelajaran, dari beberapa siswa yang memiliki frekuensi tidak disiplin belajar yang tinggi, ada dua siswa yang peneliti tentukan sebagai subjek penelitian, yaitu siswa yang teridentifikasi memiliki perilaku tidak disiplin saat belajar. Siswa tersebut berinisial AL dan AD (yang sekarang berada dikelas VIII E). Adapun bentuk perilaku tidak disiplin siswa yang dapat terlihat berdasarkan observasi secara langsung serta hasil wawancara dengan guru BK maupun guru mata pelajaran yang dilakukan pada tanggal 28 september 2020 pada saat Kuliah Kerja Nyata di MTs NEGERI 4 BONE diperoleh hasil yaitu perilaku yang sering muncul seperti tidak mengerjakan tugas mata pelajaran, tidak memperhatikan materi pelajaran dan juga mengganggu temannya yang lain saat proses pembelajaran berlangsung. Selanjutnya, siswa diberikan teguran dan peringatan oleh guru mata pelajaran, namun karena perilaku tersebut dilakukannya terus menerus, maka guru mata pelajaran merekomendasikannya untuk diberikan layanan oleh guru BK. saat diberikan layanan oleh guru BK siswa diminta untuk membuat surat perjanjian dan kesepakatan untuk mengerjakan tugas mata pelajarannya. dan guru BK menuliskan catatan pelanggaran ketidaksiplinan siswa tersebut dalam belajar.

Ketidaksiplinan siswa dalam belajar tentunya dapat menghambat proses belajarnya disekolah, seperti ketika siswa terlambat masuk pada jam mata pelajaran maka siswa tersebut akan ketinggalan materi pelajaran, kemudian ketika siswa tidak memperhatikan guru atau berbicara serta melakukan kegiatan lain saat guru menjelaskan materi pelajaran akan membuat siswa tersebut tidak dapat memahami materi pelajaran yang dibawakan oleh guru mata pelajaran tersebut. Hal ini tentu harus diatasi, sehingga nantinya siswa dapat melatih dirinya untuk lebih teratur dalam menjalankan kewajibannya dalam belajar. Siswa dapat mengelolah dirinya dan meningkatkan kedisiplinan belajarnya serta memotivasi dirinya belajar.

Untuk dapat meningkatkan kedisiplinan belajarnya, siswa membutuhkan mentor ataupun pengarah agar mengetahui perilakunya sesuai atau tidak sesuai dan mampu membantu siswa dalam mengontrol dirinya. Guru Bimbingan dan Konseling atau konselor mempunyai peranan yang sangat penting dalam membantu siswa mengatasi perilaku tersebut demi tercapainya kesuksesan proses belajar mengajar siswa yang optimal. Dalam kasus ini, dibutuhkan teknik pendekatan konseling untuk dapat mengatasi kebiasaan negatif perilaku tidak disiplin siswa saat belajar.

Pendekatan yang sesuai dalam Peningkatan kesadaran diri dengan mengontrol perilaku yang dilakukan oleh peserta didik sesuai arahan dan bimbingan oleh konselor untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistik dan dapat di terima oleh kedua pihak. Setelah perilaku di munculkan sesuai dengan kesepakatan ganjaran dapat di berikan kepada peserta didik dan mampu diaplikasikannya kearah yang lebih baik. Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan untuk menangani kebiasaan negatif perilaku tidak disiplin siswa belajar adalah *Self management* (Manajemen diri).

Teknik *self management*, merupakan salah satu teknik dalam konseling behavior, yang mempelajari tingkah laku (individu manusia) yang bertujuan merubah perilaku *maladaptif menjadi adaptif*. Komalasari (Isnaini F., 2014) Strategi *self-management* adalah strategi perubahan tingkah laku atau kebiasaan dengan pengaturan dan pemantauan yang dilakukan oleh konseli sendiri dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri agar konseli dapat mencapai tugas perkembangannya secara optimal.

Teknik Manajemen diri (*Self management*)

dipilih karena dalam teknik Self-manajemen, diri individu dilatih untuk mengontrol perilaku. berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fajriyani, Janah N., Loviana D., 2016) menunjukkan bahwa gambaran tingkat kedisiplinan belajar siswa pada tahap awal sebelum mengikuti *treatment* teknik *self management* siswa mengalami tingkat kedisiplinan belajar rendah, dengan ciri-ciri perilakunya dapat dilihat dari kegiatannya sehari-hari seperti terlambat mengumpulkan tugas sekolah dan bahkan tidak membuatnya, terlambat masuk sekolah, nilai rendah, sering bolos, tidak hanya itu saat proses pelajaran berlangsung banyak siswa sibuk dengan kegiatannya masing-masing sehingga mereka tidak memperhatikan apa yang diajarkan oleh gurunya, diantaranya bermain *smartphone*, berbicara dan keluar masuk ketika guru di dalam kelas.

Setelah mendapat *treatment* teknik *self management*, tingkat kedisiplinan belajar siswa tersebut mengalami peningkatan. Beberapa siswa mengalami peningkatan skor kedisiplinan belajar pada tingkat sedang, yang ditunjukkan dengan perubahan perilakunya, yaitu siswa datang untuk mengikuti *treatment* yang dilaksanakan oleh peneliti setiap hari, mulai datang ke sekolah tepat waktu dalam beberapa hari, tidak keluar masuk saat jam pelajaran berlangsung. Pernyataan tersebut juga didukung oleh hasil pengamatan peneliti pada perilaku siswa selama mengikuti sesi konseling dan selama seminggu setelah *treatment* dilakukan.

Dalam penerapan teknik *self management* tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi konseli Komalasari,dkk., (Sa'diyah H.,Chotim M.,Triningtyas D.A, 2016). Dalam penerapan teknik *self management* ini pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi untuk menilai frekuensi, durasi dan insentitas perilaku ketidaksiplinan peserta didik saat belajar.

Setelah diperoleh data terkait perilaku ketidaksiplinan diperlukan adanya bantuan konseling agar mereka mampu memahami, mengatur dan mengendalikan diri mereka sendiri, dapat merubah perilaku *maladaptif menjadi adaptif*, (disiplin saat belajar). Yang pada akhirnya peserta didik mampu mencapai tugas perkembangannya secara optimal.

Oleh karena itu penulis merasa tertarik untuk membuat karya ilmiah dalam rangka menyelesaikan tugas akhir dengan melakukan penelitian tentang permasalahan di atas dengan menerapkan teknik *Self management* yang berjudul "Penerapan Teknik *Self Manajement* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Belajar Di MTs Negeri 4 Bone".

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengertian Kedisiplinan Belajar

Elizabeth B.Hurlock (Yasin F, 2011) menjelaskan bahwa kedisiplinan berasal dari kata disiplin yang sama dengan "*disciple*", yakni seorang yang belajar dari atau secara suka rela mengikuti seorang pemimpin. Orang tua dan guru merupakan pemimpin dan anak merupakan murid yang belajar dari mereka cara hidup yang menuju kehidupan yang berguna dan bahagia jadi disiplin merupakan cara masyarakat (sekolah) mengajar anak prilaku moral yang disetujui kelompok.

Menurut Hidayat (Febriyanto B.;dkk, 2020) kedisiplinan belajar adalah ketaatan peserta didik terhadap peraturan yang ditetapkan selama kegiatan belajar mengajar disekolah. Indikator yang diukur adalah: (1) ketepatan masuk dan pulang sekolah, (2) ketaatan dalam menggunakan pakaian dan atribut sekolah, (3) ketepatan dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah, dan (4) kepatuhan terhadap perintah guru.

Kedisiplinan belajar adalah suatu kondisi yang tercipta melalui proses latihan yang dikembangkan menjadi serangkaian prilaku yang di dalamnya terdapat unsur-unsur ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, ketertiban yang ditanamkan secara terus menerus dan semua itu dilakukan sebagai tanggung jawab dalam rangkai mencapai tujuan pembelajaran secara optimal.

2.2. Bentuk-Bentuk Disiplin

Hadisubrata (Arissah E., 2018) menjelaskan bahwa ada tiga macam teknik membangun kedisiplinan, yaitu 1) disiplin otorian, 2) disiplin permisif, 3) disiplin demokratis, yang diuraikan sebagai berikut:

- 1) Disiplin Otorian
Disiplin otorian merupakan peraturan yang dibuat dengan ketat dan rinci. Individu yang berada dalam lingkup ini diminta untuk mematuhi dan menaati peraturan yang berlaku
- 2) Disiplin Permisif
Dalam disiplin ini, individu dibiarkan bertindak menurut keinginannya. Kemudian dibebaskan untuk memenuhi keputusan sendiri dan bertindak sesuai dengan keputusan yang diambilnya itu.
- 3) Disiplin Demokratis
Pendekatan disiplin demokratis ini dilakukan dengan memberikan penjelasan, diskusi, dan penalaran untuk membantu anak memahami mengapa diharapkannya mematuhi dan menaati peraturan yang ada.

2.3. Unsur-Unsur Kedisiplinan

Hurlock (Anggraini A.J., 2014) menyebutkan ada empat unsur pokok kedisiplinan, yaitu peraturan, hukuman, penghargaan, dan konsistensi. Berikut uraian unsur-unsur kedisiplinan tersebut:

- 1) Peraturan
Peraturan merupakan pola yang ditetapkan untuk tingkah laku. Pola tersebut dapat diterapkan oleh pihak sekolah, orangtua, maupun teman bermain. Tujuan peraturan adalah untuk mewujudkan anak lebih bermoral dengan membekali pedoman perilaku yang disetujui dalam situasi tertentu.
1. Hukuman
Hukuman diberikan kepada seseorang karena suatu kesalahan, perlawanan, maupun pelanggaran sebagai ganjaran atau pembalasan. Tetapi hukuman untuk perilaku yang salah harus memiliki tujuan untuk mendidik.
2. Penghargaan
Penghargaan dapat berupa pujian, senyuman, tepukan di punggung, dan lain sebagainya. Penghargaan dapat menjadi motivasi bagi anak untuk belajar. Oleh karena itu, guru harus sadar tentang betapa pentingnya memberikan penghargaan atau ganjaran kepada anak, khususnya jika mereka berhasil.
3. Konsistensi
Konsistensi berarti tingkat keseragaman, stabilitas, atau suatu kecenderungan menuju kesamaan. Disiplin tidak mungkin terlaksana tanpa adanya kekonsistenan. Disiplin memiliki nilai mendidik yang besar, yaitu peraturan yang konsisten dapat memicu proses belajar anak.

Berdasarkan uraian dari para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan memiliki empat unsur, yaitu peraturan, hukuman, penghargaan, dan kekonsistenan yang dimana setiap unsur menjadi suatu pola yang diterapkan agar terbentuknya pembiasaan terhadap aturan yang ada.

2.4. Faktor-Faktor Pembentuk Kedisiplinan Siswa

Pembentukan disiplin seseorang berawal dari kesadaran diri dan kemampuan individu untuk mengontrol perilakunya. Menurut Tuu (Khotimah B., 2017) disiplin dipengaruhi oleh kesadaran diri, pengikutan dan ketaatan terhadap peraturan alat pendidikan yang mempengaruhi perubahan perilaku serta hukuman sebagai penyaluran.

Unaradjan (Yuliyantika S., 2017) menyebutkan bahwa disiplin dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal.

1. Faktor internal merupakan faktor-faktor yang berasal dari siswa sendiri dan dapat mempengaruhi disiplin belajarnya. Dalam hal ini faktor internal dibagi menjadi dua yaitu keadaan fisik dan psikis merupakan aspek yang mempengaruhi pembentukan disiplin diri.
2. Faktor eksternal yaitu faktor faktor yang berasal dari lingkungan luar dan dapat mempengaruhi disiplin belajar siswa. Faktor eksternal tersebut meliputi kebiasaan keluarga, penerapan tata tertib sekolah, dan kondisi masyarakat.

2.5. Tujuan Kedisiplinan Siswa

Tujuan kedisiplinan pada dasarnya bertujuan untuk membentuk tingkah laku yang sesuai dengan masyarakat dan menghindari tingkahlaku yang tidak di inginkan. Maria J. Wantah (Anggraini A.J., 2014) menyatakan bahwa tujuan kedisiplinan adalah mengubah sikap dan perilaku anak agar menjadi benar dan dapat diterima oleh masyarakat. Pada dasarnya kedisiplinan merupakan pengajaran, bimbingan, dan dorongan yang dilakukan orang dewasa untuk menolong seseorang agar mencapai perkembangan yang optimal

2.6. Strategi Disiplin di Sekolah

Menurut Hurlock (Anggraini D., 2011) ada empat hal yang perlu diperhatikan dalam penerapan disiplin pada anak yang merupakan strategi disiplin, yaitu:

1. Bantuan dalam mendasarkan kode moral. Dalam kasus anak yang lebih besar, pengajaran mengenai benar dan salah seyogyanya menekankan alasan mengapa pola perilaku tertentu diterima dan mengapa pola lain tidak diterima dan seyogyanya diserahkan untuk menolong anak memperluas konsep tertentu menjadi konsep yang lebih luas, lebih abstrak.
2. Ganjaran seperti pujian atau perlakuan secara khusus karena berhasil mengatasi situasi sulit dengan baik mempunyai nilai pendidikan yang kuat jika pujian dan perlakuan khusus menunjukkan pada anak bahwa ia bertindak benar dan juga tidak mendorong anak untuk mengulang perilaku yang baik.
3. Hukuman, seperti ganjaran hukuman harus sesuai dengan perkembangan dan harus dilakukan secara adil kalau tidak dapat menimbulkan kebencian anak. Hukuman juga harus mendorong anak untuk menyesuaikan diri dengan harapan sosial dimasa berikutnya.
4. Konsistensi, disiplin yang baik selalu konsisten. Apa yang benar hari ini, besok juga benar dan

lulusapun juga benar. Perbuatan yang salah harus mendapatkan hukuman yang sama bila perbuatan itu setiap kali diulang dan perbuatan yang benar juga harus mendapat ganjaran yang sama.

2.7. Pengertian Teknik Self-management

Menurut MenurutSukadji (Khotimah B., 2017) pengelolaan diri (*self-management* adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri Pada tehnik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu menentukan perilaku sasaran memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan melaksanakan prosedur tersebut dan mengevaluasi efektifitas prosedur tersebut.

Teknik Self-management merupakan bagian dari pendekatan behavioristik, dimana pendekatan behavioristik mengacu pada bagaimana konseli mampu menerapkan prinsip stimulus control, yang bertujuan untuk membantu konseli menghapus pola-pola tingkah laku yang tidak suai yang selama ini sering digunakan klien didalam kehidupannya, sehingga klien mampu menguasai tingkah laku baru yang efektif dengan cara menciptakan suatu kondisi-kondisi baru hasil dari manajemen diri. Self-management dalam terminologi pendidikan, psikologi, dan bisnis adalah metode, keterampilan dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktivitas yang mereka lakukan termasuk didalamnya goal setting planning scheduling tasktracking self-evaluationself-intervention dan self-development, selain itu *self-management* juga dikenal sebagai proses eksekusi (pengambilankeputusan).

2.8. Prinsip Dasar Self-management

Ketercapaian bentuk masalah perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar siswa untuk dapat teratasi dengan baik, maka beberapa prinsip atau teknik *self management* yang harus dilakukan oleh siswa melalui perantara dari seorang konselor. Gunarsa (Muratama M., 2018) menjelaskan bahwa beberapa prinsip atau prosedur tersebut adalah sebagai berikut:

a. Pemantauan diri (*self monitoring*).

Proses dimana siswa dapat mengamati dan mencatat segala sesuatu dari masalah perilaku disiplin dan tanggung jawab dalam belajar dalam interaksinya dengan lingkungan disekolah. Hal yang dapat diamati dan dicatat oleh siswa adalah penyebab terjadinya perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar yang tidak baikKansfer

(Muratama M., 2018) menjelaskan ada dua waktu dalam melakukan pencatatan, yaitu:

1. Pemantauan pra-perilaku (*prebehavior monitoring*).
Siswa mencatat intensi atau urgensi masalah perilaku disiplin dan tanggung jawab dalam belajar. Hal ini siswa mengamati dari bentuk-bentuk perilaku yang telah dilakukan. Perilaku yang dapat diamati oleh siswa itu sendiri adalah perilaku disiplin dan tanggung jawab ketika belajar, tepat waktu ketika datang ke sekolah, disiplin dan bertanggung jawab dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru.
2. Pemantauan pascaperilaku (*postbehavior monitoring*).
Siswa mencatat setelah melakukan perilaku sasaran yang diinginkan. Hal ini siswa dapat melakukan pencatatan terhadap perilaku disiplin dan tanggung jawab belajarnya, dalam hal ini apakah ada perubahan yang terjadi setelah dilakukan bentuk perilaku yang diinginkan.
- b. Reinforcement positif (*self reward*).
Perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar yang telah dicapai oleh siswa, maka perlu adanya penguatan positif untuk menetapkan perilaku tersebut. Walker, & Shea (Muratama M., 2018) menjelaskan bahwa penguatan positif adalah memberikan penguatan yang menyenangkan setelah tingkah laku yang diinginkan dan dapat ditampilkan untuk tujuan agar tingkah laku yang diinginkan cenderung akan diulang, meningkat, dan menetap di masa akan datang.
- c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self contracting*). Langkah-langkah dalam *self-contracting* adalah sebagai berikut: Beberapa langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh siswa itu sendiri dalam melakukan sebuah kontrak atau perjanjian terhadap perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar yang diinginkan, yaitu 1) Siswa membuat perencanaan untuk mengubah perilaku disiplin dan tanggung jawab dalam belajar dan menyakini atas perubahan yang akan diinginkannya. 2) Siswa bekerjasama dengan teman/keluarga untuk mengatur diri dalam bertindak. 3) Siswa akan menanggung resiko terhadap bagaimana caranya dalam mengatur dirinya. 4) Pada dasarnya, semua yang siswa harapkan mengenai perubahan perilaku disiplin dan tanggung jawab dalam belajarnya merupakan ganjaran untuk siswa itu sendiri. 5) Siswa

menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses pengelolaan diri dalam belajar.

- d. Penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).

Siswa perlu melakukan penataan kembali atas perilaku disiplin dan tanggung jawab belajar yang telah diinginkan. Penataan tersebut tidak lepas dari penguasaan siswa terhadap berbagai rangsangan (*stimulus control*) dari lingkungan belajar disekolah.

2.9. Tahap-Tahap Self-management

Sugiharto (Handoko A., 2013) menyatakan bahwa, adapun tahapan-tahapan pelaksanaan penerapan teknik *self-management* yaitu : (a) *self monitoring*, (b) *self contracting*, (c) *stimulus control*, (d) *self evaluation* (e) *reinforcement* yang positif (*self-reward*)

2.10. Strategi Pelaksanaan Teknik

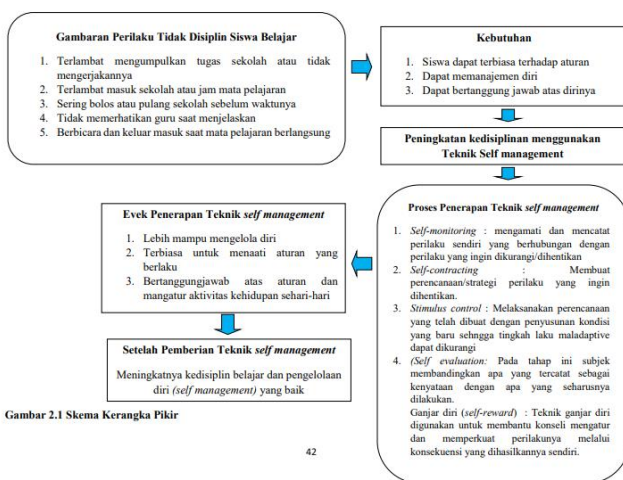
Adapun strategi dalam pelaksanaan teknik yaitu melalui konseling individual. Konseling individual merupakan salah satu pemberian bantuan secara perseorangan dan secara langsung. Dengan cara, pemberian bantuan dilakukan secara *face to face* (hubungan tatap muka atau hubungan empat mata) antara konselor dengan individu yang terjadi ketika seorang konselor bertemu secara pribadi dengan seorang individu untuk tujuan konseling. Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu : (1) tahap awal (tahap mendefinisikan masalah), (2) tahap inti (tahap kerja), (3) tahap akhir (tahap perubahan tindakan).

2.11. Kelebihan dan Kekurangan Teknik Self-management

- a) Kelebihan Teknik *Self-Management*
Menurut (Khotimah B., 2017) berikut kelebihan dari penerapan teknik *Self-Management*
 - 1) Pelaksananya yang cukup sederhana
 - 2) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain
 - 3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya
 - 4) Disamping dapat dilaksanakan secara perseorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.
- b) Kekurangan Teknik *Self-Management*
Menurut (Khotimah B., 2017) berikut kelemahan dari penerapan teknik *Self-Management*
 - 1) Tidak ada motivasi dan komitmen yang tinggi pada individu

- 2) Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat subyektif terkadang sulit dideskripsikan, sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi
- 3) Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dimasa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks
- 4) Individu bersifat independen
- 5) Konselor memaksakan program pada konseli
- 6) Tidak ada dukungan dari lingkungan.

2.12. Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikir

42

3. METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan analisis angka deskriptif untuk pengukuran observasi kurang disiplin, sekaligus menggunakan analisis visual perilaku yang ditampilkan oleh subjek penelitian Dalam bukunya (Emzir, 2019) menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang secara primer menggunakan paradigma postpositivist dalam mengembangkan ilmu pengetahuan (seperti pemikiran tentang sebab akibat, reduksi kepada variabel, hipotesis, dan pertanyaan spesifik, menggunakan pengukuran dan observasi, serta pengujian teori) menggunakan strategi penelitian seperti eksperimen dan survey yang memerlukan data statistik.

Adapun jenis penelitian yang digunakan yaitu eksperimen *Single Subject Research* (SSR), dengan desain A-B-A yang memungkinkan peneliti menentukan

sampel penelitian sesuai dengan kriteria-kriteria tertentu yang akan diteliti. (Pandang & Anas, 2019 : 92) menyatakan peneliti SSR berusaha untuk menentukan apakah suatu intervensi berdampak pada perilaku peserta dengan mengamati individu tersebut dalam periode waktu yang lama dan mencatat perilaku tersebut sebelum dan sesudah intervensi dengan menerapkan teknik *Self Management* untuk mengurangi perilaku kurang disiplin siswa dalam belajar.

3.2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah desain A – B – A. Desain A-B-A merupakan salah satu pengembangan dari desain A – B, desain A-B-A telah menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel bebas dan variabel terikat, prosedur dasar dalam desain A-B-A yaitu, mula-mula target behavior diukur secara kontinyu pada kondisi baseline (A1) dengan periode waktu tertentu kemudian pada kondisi intervensi (B), setelah diberikan pengukuran pada kondisi intervensi (B) pengukuran pada baseline kedua diberikan (A2) hal dimaksudkan sebagai control untuk fase intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dengan variabel

3.3. Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti bertindak sebagai pengumpul data dan sebagai instrumen aktif dalam upaya mengumpulkan data-data di lapangan, penentuan subyek penelitian merupakan hasil analisis data melalui observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, dari hasil analisis data ditetapkan siswa yang teridentifikasi mengalami perilaku kurang disiplin ke sekolah dengan jumlah dua subjek penelitian. Siswa tersebut berinisial AL (laki-laki) dan AD (laki-laki) yang berada dikelas VIII E. Adapun gejala awal yang ditunjukkan yaitu tidak menegrjakan tugas, terlambat saat jam mata pelajaran berlangsung, berbicara atau mengganggu siswa lain saat proses pembelajaran berlangsung serta berpakaian tidak sesuai dengan aturan yang berlaku.

3.4. Lokasi Penelitian

MTs Negeri 4 Bone terletak di Desa Pitumpidange, Kec. Libureng, Kab. Bone Prov. Sulawesi Selatan. Sekolah ini berada di jalan poros sinjai-makassar, berhadapan dengan kantor desa pitumpidange. Pemilihan lokasi penelitian ini karena berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terdapat dua siswa yang teridentifikasi mengalami perilaku ketidaksiplinan belajar.

3.5. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Observasi

(Sugiyono, 2017) mengemukakan bahwa “observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis”. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan. Teknik observasi ini menggunakan instrument pengumpulan data berupa lembar observasi yang bertujuan untuk mengetahui frekuensi, durasi, dan insentitas perilaku ketidakdisiplinan siswa. Adapun indikator kedisiplinan yang ingin diperoleh ada 4 yaitu 1) ketaatan saat proses pembelajaran berlangsung, 2) ketaatan terhadap tugas-tugas pelajaran, 3) ketaatan terhadap penggunaan fasilitas belajar, dan 4) ketaatan waktu datang dan pulang. Cara penggunaannya dengan memberikan tanda cek (√) pada setiap perilaku yang muncul pada diri siswa.

2. Wawancara

Pengumpulan data menggunakan wawancara bertujuan untuk memperoleh informasi secara langsung dari berbagai sumber. Dengan hasil yang menunjukkan frekuensi perilaku kedisiplinan belajar yang rendah. Hal tersebut ditandai dengan tidak tepat waktu masuk saat jam mata pelajaran, berbicara saat guru menjelaskan materi pelajaran, tidak mengerjakan tugas dan juga melakukan kegiatan lain saat jam pelajaran berlangsung. Selain itu proses wawancara dilakukan untuk menjalin hubungan secara terbuka, akrab, intensif, dan empati kepada antar guru, wali kelas, dan juga konseli.

3.6. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Perilaku ketidakdisiplinan siswa yang teridentifikasi mengalami kurang disiplin saat belajar dengan frekuensi yang tinggi di MTs Negeri 4 Bone, mula-mula target diobservasi secara kontinyu pada kondisi *baselineA1* dengan periode waktu tertentu, kemudian pada kondisi *intervensi B*, setelah diberikan pengukuran observasi pada kondisi *intervensi B*, selanjutnya pengukuran observasi pada *baselineA2*, hal ini dimaksudkan sebagai kontrol untuk fase *intervensi* sehingga dapat menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dengan variabel terikat.

2. Analisis Visual

Dalam analisis data dengan metode analisis

visual ada beberapa hal yang menjadi perhatian peneliti, yaitu: banyaknya data point (skor) dalam setiap kondisi, banyaknya variabel terikat yang ingin diubah, tingkat stabilitas dan perubahan level data dalam suatu kondisi atau antar kondisi, arah perubahan dalam kondisi maupun antar kondisi (Sunanto dkk, 2005:93). Berikut ini dibahas satu persatu:

1) Panjang Kondisi

Panjangnya kondisi dilihat dari banyaknya data point atau skor pada setiap kondisi. Seberapa banyak data point yang harus ada pada setiap kondisi tergantung pada masalah penelitian dan intervensi yang diberikan.

a. Analisis dalam kondisi

Analisis perubahan dalam kondisi adalah mengenai perubahan data pada satu kondisi, misalnya kondisi *baseline* atau kondisi *intervensi* sementara komponen-komponen yang dianalisis.

b. Perubahan untuk satu variabel

Untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (*intervensi*) terhadap variabel terikat (*target behavior*) secara jelas, peneliti harus terfokus pada perubahan satu *target behavior* dua kondisi.

c. Level

Istilah level menunjukkan pada besar kecilnya data yang berada pada skala ordinat (sumbu Y). Pada saat melakukan analisis visual ada dua jenis level yaitu level (tingkat) stabilitas dan level perubahannya. Tingkat stabilitas menunjukkan derajat variasi atau besar kecilnya rentang kelompok data tertentu. Tingkat perubahan menunjukkan berapa besar terjadinya perubahan data dalam suatu kondisi.

2) Kecenderungan Arah

Kecenderungan arah digambarkan oleh garis lurus yang melintasi semua data dalam suatu kondisi dimana banyaknya data yang berada diatas dan dibawah garis tersebut sama banyak. Untuk membuat garis, dapat dilakukan dengan dua cara. (1) metode tangan bebas yaitu membuat garis secara langsung pada suatu kondisi sehingga membelah data sama banyak yang terletak diatas dan dibawah garis, (2) metode belah tengah (*split-middle*), membelah data dalam suatu kondisi berdasarkan median.

3) Kecenderungan Stabilitas

Bagi peneliti di bidang modifikasi perilaku, kecenderungan arah (*trend/slope*) data pada suatu grafik sangat penting untuk memberikan gambaran perilaku subyek yang sedang diteliti. Dalam penelitian ini peneliti menentukan kecendrungan stabilitas dengan kriteria stabilitas yang digunakan adalah 15%

- 4) Jejak Data
Perubahan dari data satu ke data lain dalam suatu kondisi. Perubahan data satu ke data berikutnya dapat terjadi tiga kemungkinan yaitu: menaik, menurun, dan mendatar, masing-masing maknanya tergantung pada tujuan intervensinya.
- 5) Rentang
Jarak antara data pertama dengan data terakhir.
- 6) Tingkat Perubahan
Besarnya perubahan antara dua data. Tingkat perubahan data ini dihitung untuk data dalam kondisi maupun antar kondisi.

4. HASIL PENELITIAN

4.1. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian Single Subject Research (SSR). Desain penelitian yang digunakan adalah A-B-A. Data yang telah terkumpul, dianalisis melalui analisis deskriptif kuantitatif dengan menggunakan nilai mean dan presentase, dan ditampilkan dalam analisis visual (grafis). Data yang dianalisis dalam penelitian ini adalah data hasil pengukuran perilaku ketidakdisiplinan siswa belajar pada baseline A1, pada saat intervensi B dan pada saat baseline A2. Target behavioral dalam penelitian ini adalah berkurangnya perilaku ketidakdisiplinan siswa belajar. Subjek penelitian ini berjumlah dua orang yang berinisial AL dan AD.

1. Gambaran Tingkat Perilaku Ketidakdisiplinan Siswa dalam Belajar Sebelum Diberikan Intervensi Berupa Teknik Self-Management

Tingkat perilaku ketidakdisiplinan dalam belajar pada subjek AL dan AD sebelum pemberian teknik Self-management berada pada kategori tinggi. Berdasarkan pengamatan pada baseline A1, adapun gambaran tingkat perilaku ketidakdisiplinan siswa dalam belajar subjek AL dan AD dapat dilihat dari perilaku ketidakdisiplinan subjek seperti sering meninggalkan pelajaran, tidak mengumpulkan tugas, tidak masuk pada mata pelajaran tertentu, dan mengganggu teman yang lain pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil pengukuran tersebut diperoleh data pada kondisi baseline A1 yaitu subjek AL terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 3-4 kali dalam seminggu pada mata pelajaran Bhs. Arab, Fiqih dan Matematika dengan alasan mata pelajaran tersebut membosankan dan sulit dimengerti hal tersebut dikarenakan ia tidak memperhatikan penjelasan guru. Subjek AL juga sering bolos pada

mata pelajaran tersebut, terlambat 1-2 hari mengumpulkan tugas atau mengumpulkan tugas melewati batas waktu yang telah ditentukan, menyalin tugas teman pada saat ia tidak mengerti dengan tugas yang diberikan oleh guru. Begitupun dengan hasil pengukuran pada subjek AD ditandai dengan gejala terlambat mengikuti pembelajaran sebanyak 2-3 kali dalam seminggu pada mata pelajaran matematika, Bhs. arab dengan alasan mata pelajaran tersebut sulit untuk dipahami, hal tersebut juga menyebabkan subjek AD sering bolos, tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti mata pelajaran tersebut, lebih memilih melakukan kegiatan lain daripada mengerjakan tugas sehingga hal tersebut menyebabkan subjek AD sering terlambat 1-2 hari mengumpulkan tugas dari batas waktu pengumpulan tugas yang telah ditentukan. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran yang dilakukan selama tiga kali secara random mulai tanggal 15 Juli sampai 25 Juli 2021.

Kedua subjek tersebut berada pada kategori tingkat perilaku ketidakdisiplinan dalam belajar yang tinggi. Berdasarkan hasil pengukuran tersebut, diperoleh data pada baseline A1. Adapun indikator kedisiplinan yang digunakan menurut Syafrudin (Khafid M & Suroso, 2017) ada 4 yaitu 1) ketaatan terhadap waktu belajar, 2) ketaatan terhadap tugas-tugas pelajaran, 3) ketaatan terhadap penggunaan fasilitas belajar, dan 4) ketaatan menggunakan waktu datang dan pulang

2. Gambaran Pelaksanaan Penerapan Teknik Self-Management Subjek AL dan AD Pada Kondisi Intervensi

Penerapan teknik self-management yang diberikan kepada siswa berlangsung selama 4 kali pertemuan. Adapun hasil dari rincian kegiatannya adalah sebagai berikut:

- 1) Sesi Pertama : Perkenalan dan rasionalisasi kegiatan serta identifikasi masalah melalui monitoring diri, menentukan data awal yang ingin diubah

Kegiatan ini berlangsung pada hari Senin 02 Agustus 2021 di musollah MTsN 4 Bone. Peneliti memulai sesi ini dengan perkenalan nama dan menanyakan kabar untuk membangun hubungan baik (raport) dengan konseli, selanjutnya peneliti dan subjek melakukan kontrak waktu, yaitu berapa lama yang akan digunakan dalam proses konseling pada sesi ini. Setelah menentukan lama waktu yang akan digunakan, selanjutnya peneliti memberikan

lembar kerja pertama kepada subjek, lembar kerja pertama digunakan untuk mengetahui seberapa sering masalah kedisiplinan belajar itu dilakukan konseli. Pada teknik self-management akan berfokus kepada pengelolaan diri konseli. Setelah konseli mendeskripsikan masalah tersebut, konseli diminta untuk menuliskan penyebab dari perilaku kedisiplinan belajar yang ia alami, serta menentukan target perilaku yang ingin ia capai, hal ini untuk mempermudah subjek menentukan tujuan yang ingin ia capai nantinya. Setelah itu konseli diminta untuk membacakan target perilaku yang ingin ia capai.

Subjek diberikan tugas rumah berupa lembar monitoring diri yang akan ia kerjakan kemudian akan dikumpulkan setiap pertemuan. Dengan tujuan agar dapat mengetahui apakah disetiap pertemuan subjek mengalami perubahan perilaku kedisiplinan belajarnya atau sebaliknya.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini adalah subjek AL dan AD mengalami masalah kedisiplinan belajar yang ditandai dengan gejala terlambat mengikuti pembelajaran, lebih memilih melakukan kegiatan lain daripada mengerjakan tugas, tidak tepat waktu mengumpulkan tugas, bolos saat pembelajaran berlangsung, tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pembelajaran serta menyalin tugas teman. Hal tersebut diperoleh dari hasil observasi yang dibantu oleh guru mata pelajaran Matematika, Bhs. arab dan Fiqih, orang tua dan teman subjek.

Sebelum peneliti menutup sesi pertama ini, selain lembar monitoring diri yang harus diisi subjek, peneliti juga memberikan tugas berupa jurnal kegiatan sehari-hari yang akan diisi oleh subjek mulai bangun tidur sampai tidur. Setelah itu peneliti dan subjek menetapkan waktu untuk pertemuan selanjutnya.

Adapun hasil observasi terkait keaktifan subjek AL dan AD pada sesi ini diperoleh data sebagai berikut: pada subjek AL belum memahami tahapan pelaksanaan teknik dengan baik dan tidak menanyakan hal-hal yang belum dipahaminya, hal ini terlihat saat pelaksanaan sesi ke dua dimana subjek AL belum mampu melaksanakan tahapan sesuai dengan prosedur yang ada namun subjek AL datang tepat waktu, memperhatikan penjelasan teknik serta mengisi lembar kerja yang diberikan. Selanjutnya pada subjek AD terlihat dari hasil observasi datang tidak tepat waktu, belum memahami strategi yang sesuai untuk meningkatkan kedisiplinan belajarnya, namun pada sesi pertama subjek AD

memperhatikan penjelasan oleh konselor, mengisi lembar kerja yang di berikan serta menanyakan hal yang belum di pahami dari pelaksanaan teknik self-management.

2) Pertemuan Kedua : Self-Contracting

Kegiatan ini dilakukan pada hari kamis, 12 agustus 2021 di Ruang BK Peneliti memulai tahap ini dengan menyambut hangat konseli dan menanyakan kabar untuk membangun hubungan baik (raport) dengan konseli. Kemudian pada tahap ini subjek AL dan AD diminta membuat kontrak perilaku untuk dirinya sendiri. Kontrak perjanjian dengan diri sendiri yang merupakan tahap untuk mengubah perilaku dengan melihat konsekuensi atau tujuan yang digunakan, dengan beberapa langkah : 1) Subjek membuat perencanaan untuk mengubah perilaku yang diinginkan, 2) Subjek bekerjasama dengan teman dan keluarga untuk program pengelolaan dirinya, 3) Subjek akan menanggung resiko atau hukuman yang ia tetapkan sendiri pada program pengelolaan diri (self-management) yang dilakukannya. 4) Subjek menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani program self-management.

Setelah subjek menuliskan kontrak perilaku tersebut, subjek diminta untuk membacakan isi dari kontrak perilaku yang telah ia buat. Kemudian setelah itu subjek AL dan AD menandatangani sebagai bentuk keseriusan atau kesepakatan dalam menjalankan program teknik self-management.

Sebelum peneliti menutup pertemuan ini, subjek diminta untuk mengumpulkan homework (tugas rumah) yang diberikan pada pertemuan sebelumnya yaitu lembar monitoring diri dan jurnal kegiatan sehari-hari. Setelah peneliti memeriksanya, terlihat subjek tersebut masih mengalami kesulitan untuk mengelola perilaku kedisiplinan belajarnya, ia masih terlambat mengikuti pembelajaran, lebih memilih melakukan kegiatan lain daripada mengerjakan tugas, terlambat mengumpulkan tugas, masih sering tidak mengikuti pembelajaran tanpa izin tetapi pada subjek AL ia sudah tidak menyalin tugas temannya, dan mengerjakan tugasnya sendiri tetapi subjek masih mengumpulkan tugas melebihi batas waktu yang telah ditentukan. Sedangkan pada subjek AD ia juga sudah tidak menyalin tugas temannya dan lebih memilih mengerjakan tugas daripada melakukan kegiatan lain, tetapi seperti halnya subjek AL, subjek AD juga masih mengumpulkan tugas tidak tepat

waktu.

Hasil dari pertemuan ini adalah pada subjek AL memiliki gejala kedisiplinan belajar rendah yaitu masih sering terlambat mengikuti pembelajaran, sebanyak 3 kali dalam seminggu. Hasil ini diperoleh dari observasi langsung. Terlambat mengumpulkan tugas (melebihi batas waktu pengumpulan tugas yang telah ditentukan) yaitu 1-2 hari dari batas waktu yang telah ditentukan, bolos saat pembelajaran daring serta tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran sebanyak 2-3 kali dalam seminggu. Sementara pada subjek AD memiliki gejala masih sering terlambat mengikuti proses pembelajaran, sebanyak 2-3 kali dalam seminggu, serta tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran. Hasil ini diperoleh dari observasi langsung dan dibantu oleh guru bidang studi.

Adapun hasil observasi terkait keaktifan subjek AL dan AD pada sesi ini diperoleh data sebagai berikut: Pada subjek AL telah memahami dan mengikuti tahapan pelaksanaan teknik self-management dengan baik terlihat dari perubahan perilaku yang terjadi, kemudian pada subjek AD dari hasil observasi masih belum menemukan strategi yang sesuai hingga perlu dilakukan revisi terkait strategi yang direncanakannya, namun telah datang tepat waktu saat pelaksanaan teknik dan mengerjakan lembar kerja yang diberikan dengan baik.

3) Sesi Ketiga : Self-Control

Kegiatan ini dilakukan pada hari Rabu, 18 Agustus 2021 di ruang BK. Peneliti membuka kegiatan dengan memberi salam dan menanyakan kabar terhadap konseli. Setelah itu subjek diminta mengumpulkan homework yang berupa Lembar Monitoring dan Jurnal kegiatan sehari-hari yang telah ia kerjakan, kemudian subjek diminta menceitakan hambatan-hambatan yang mereka alami selama menjalankan program self-management. Subjek diminta untuk membandingkan lembar monitoring dan jurnal kegiatan sehari-hari yang mereka kerjakan sebagai tugas rumah pada pertemuan pertama dan kedua, hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada perubahan dari kedisiplinan belajarnya atau sebaliknya. Setelah subjek mengontrol dirinya melalui lembar monitoring dan jurnal kegiatan yang mereka kerjakan selama di rumah, peneliti memberikan motivasi dan pujian terhadap subjek atas apa yang telah dicapai. Hasil dari pertemuan ini pada subjek AL

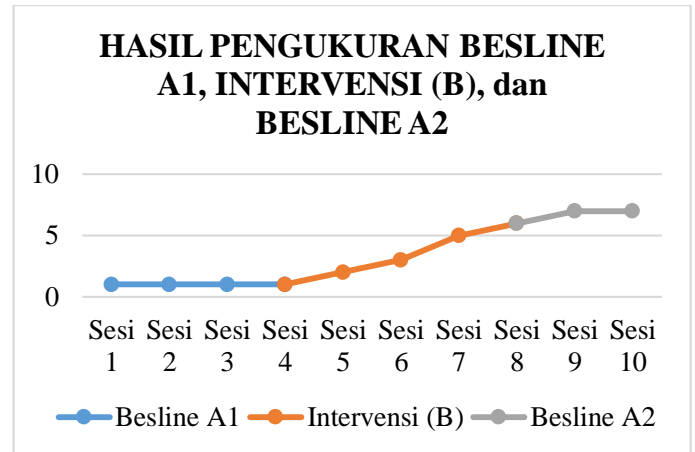
memiliki gejala kedisiplinan belajar rendah yaitu masih terlambat mengikuti pembelajaran, sebanyak 1- 2 kali dalam seminggu. Hasil ini diperoleh dari observasi langsung dan observasi oleh guru bidang studi, serta lembar monitoring yang diisi oleh subjek. Masih tidak mengumpulkan tugas, bolos saat pembelajaran berlangsung serta tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran. Sementara pada subjek AD masih sering terlambat mengikuti pembelajaran, sebanyak 2 kali dalam seminggu. Hasil ini diperoleh dari observasi langsung dan observasi oleh guru bidang studi, tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran sebanyak 1-2 kali dalam seminggu.

Adapun hasil observasi terkait keaktifan subjek AL dan AD pada sesi ini diperoleh data sebagai berikut: Pada subjek AL sesi ini datang terlambat tidak sesuai jadwal yang telah disepakati sebelumnya, namun melaksanakan kegiatan pada pertemuan dengan baik. Subjek AD datang tepat waktu, mengerjakan setiap tahapan kegiatan dengan baik dan telah menemukan strategi yang dianggap sesuai, terlihat dari hasil monitoring diri dan observasi dimana perilaku kedisiplinan belajarnya meningkat dari sebelumnya.

4) Sesi keempat : Evaluation Dan Self-Reward

Kegiatan ini berlangsung pada hari Kamis, 26 Agustus 2021 di Ruang UKS. Peneliti membuka kegiatan dengan memberi salam dan menanyakan kabar subjek. Setelah itu subjek diminta untuk membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target perilaku yang telah dibuat. Perbandingan ini dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas dan efesinsi program. Setelah itu, subjek menceritakan prosesnya selama menjalankan program self-management, menceritakan hambatan-hambatan yang mereka alami. Setelah target perilakunya tercapai, subjek diberikan reward sesuai kesepakatan pada kontrak perilaku yang telah dibuat. Peneliti memberikan motivasi agar subjek tetap mempertahankan perilaku yang telah ia capai. Kemudian peneliti menutup pertemuan dengan mengucapkan salam dan terima kasih atas kerjasama yang baik selama menjalankan kegiatan ini. Hasil dari pertemuan ini pada subjek AL memiliki gejala kedisiplinan belajar yaitu masih terlambat mengikuti pembelajaran, namun muali berangsur lebih disiplin dari sebelumnya kurang lebih 1 kali dalam seminggu. Hasil ini diperoleh dari observasi langsung dan observasi

oleh guru bidang studi, serta lembar monitoring yang diisi oleh subjek. bolos saat pembelajaran. Sementara pada subjek AD memiliki gejala masih sering terlambat mengikuti pembelajaran, sebanyak 3 kali dalam seminggu. Pada tahap ini subjek AL dan AD telah mengalami peningkatan pada kedisiplinan belajarnya yaitu lebih memilih mengerjakan tugas daripada melakukan kegiatan lain sehingga subjek dapat mengumpulkan tugasnya tepat waktu, dan tidak menyalin tugas temannya, serta meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran.



Grafik 4.13 Rangkuman Analisis kondisi Hasil Pengukuran Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AL

Pada grafik di atas, dapat dilihat pergerakan data tingkat perilaku kedisiplinan belajar siswa subjek AL pada tiga kondisi yang mana grafik setelah diberikan perlakuan perilaku kedisiplinan belajarnya meningkat dibandingkan kondisi sebelum diberikan perlakuan. Seperti pulang tepat waktu, membawa alat pembelajaran yang dibutuhkan, menggunakan seragam sesuai aturan, tidak mengganggu teman saat proses pembelajaran berlangsung, mengerjakan pekerjaan rumah dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran.

Komponen-komponen analisis antar kondisi meliputi:
 1) Jumlah Variabel Jumlah variabel yaitu menentukan jumlah variabel yang diubah.

Variabel yang diubah yaitu dari kondisi baseline A ke intervensi (B). Dengan demikian pada tabel dapat dimasukkan seperti di bawah ini.

Tabel. 4.29. Jumlah Variabel yang di Ubah dari Kondisi Baseline A ke Intervensi B dan Kondisi Intervensi (B) ke Kondisi A2 Subjek AL.

Perbandingan	A1/B	B/A2
n Kondisi		
Jumlah Variabel	1	1

2) Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya

Menentukan perubahan kecenderungan arah dan efeknya yaitu dengan mengambil kecenderungan arah pada analisis dalam kondisi. Dengan demikian, dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.30 Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya pada Subjek AL

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
----------------------	------	------

3. Gambaran Perbandingan Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi (Teknik self-management)

1. Analisis Antar Kondisi

a) Rangkuman Analisis dalam Kondisi Data Subjek AL

Di bawah ini merupakan rangkuman data subjek AL dari kondisi sebelum diberi perlakuan atau baseline (A1), kondisi saat diberi intervensi (B), dan kondisi setelah diberikan perlakuan atau baseline (A2).

Tabel 4.28. Data Rangkuman Hasil Analisis Antar Kondisi Subjek AL

SESI	SKOR MAKSIMAL	SKOR SUBJEK AL
<i>Besline A1</i>		
1	8	1
2	8	1
3	8	1
<i>Besline (B) Intervensi</i>		
4	8	1
5	8	2
6	8	3
7	8	5
<i>Besline A2</i>		
8	8	6
9	8	7
10	8	7

Data di atas dapat dimasukkan kedalam table seperti di bawah ini :

Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya	_____ / \ / \ / \ /			
	=	+	+	+

3) Perubahan Kecenderungan Stabilitas

Perbandingan kondisi antara baseline A1 dengan intervensi B bila dilihat dari perubahan kecenderungan stabilitas (change in trend stability) yaitu stabil ke variabel (tidak stabil).

Tabel. 4.31 Perubahan Kecenderungan Stabilitas Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AL

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Perubahan Kecenderungan Stabilitas	Stabil ke Variabel	Variabel ke Variabel

4) Perubahan Level

Perubahan level dari kondisi baseline A1 ke intervensi B yaitu stabil pada tingkat perilaku kedisiplinan belajar yang rendah ke meningkat. Selanjutnya kondisi intervensi B ke baseline A2 yaitu meningkat atau tidak stabil (Variabel).

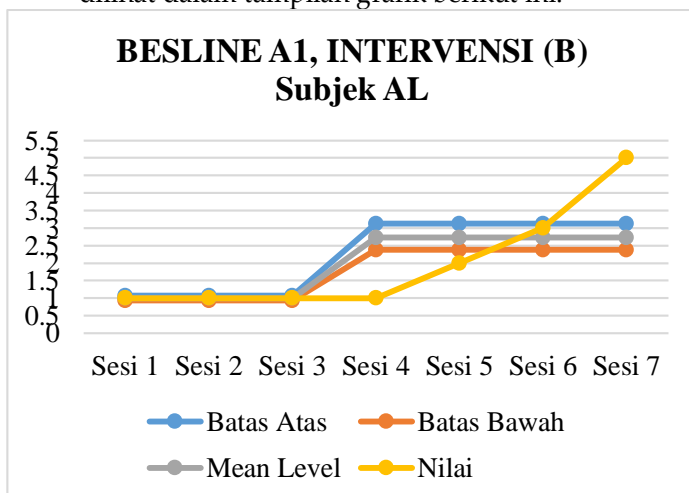
Tabel. 4.32 Perubahan Level Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AL

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Perubahan Level	1=1 (=0)	5=7 (+2)

5) Persentase Overlap

a) Untuk A1/B

Untuk melihat data yang tumpang tindih kondisi baaseline A1 Intervensi B pada subjek AL, dapat dilihat dalam tampilan grafik berikut ini:



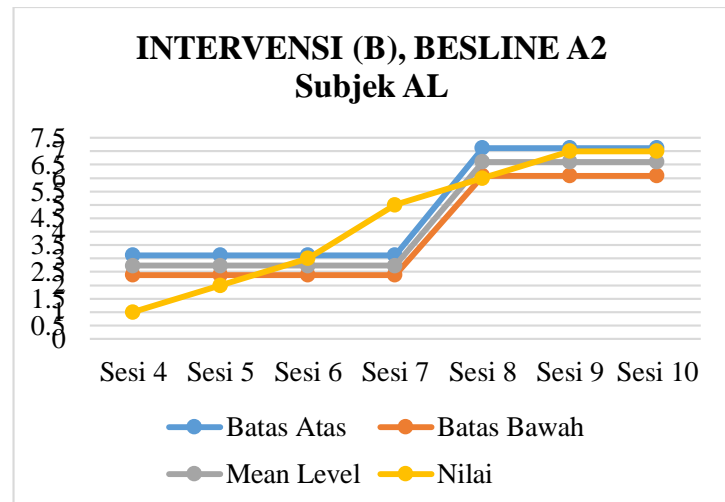
Grafik 4.14 Data Tumpang Tindih Kondisi Baseline A1 Ke Kondisi Baseline B (Intervensi) Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AL.

Keterangan Data yang tumpang tindih = $0/4 \times 100 = 0\%$

Nilai yang tumpang tindih adalah 0%. Dengan demikian diketahui bahwa pemberian intervensi berpengaruh terhadap target behavior (adanya perubahan setelah intervensi), dan tidak ditemukan persentase tumpang tindih. Grafik ini menunjukkan pemberian intervensi (B) yaitu penerapan teknik Self-Management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa

b) Untuk A2/B.

Untuk melihat data overlap kondisi intervensi B ke kondisi A2, dapat dilihat dalam tampilan grafik berikut ini.



Grafik 4.15 Data tumpang tindih kondisi baseline B ke Kondisi Baseline A2 Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Siswa Subjek AL.

Keterangan : Data Tumpang Tindih= $0/3 \times 100 = 0\%$

Data yang tumpang tindih adalah 0%. Dengan demikian, diketahui bahwa pemberian intervensi berpengaruh terhadap target behavior.

Tabel 4.33 Rangkuman Hasil Analisis Visual Antar Kondisi Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Siswa Subjek AL.

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Jumlah Variabel Perubahan	1	1
Kecenderungan Arah dan Efeknya	_____ / \ / \ / \ /	
Perubahan Kecenderungan Stabilitas	Stabil ke Variabel	Variabel ke Variabel

Perubahan Level	1=1 (=0)	5=7 (+2)
Persentase overlap	0%	0%

5	8	3
6	8	4
7	8	5
<i>Besline A2</i>		
8	8	7
9	8	7
10	8	7

Penjelasan rangkuman hasil analisis visual antar kondisi adalah sebagai berikut:

1. Jumlah variabel yang diubah adalah satu (1) dari kondisi baseline A ke baseline B (Intervensi)
2. Perubahan kecenderungan arah antar kondisi baseline A1 dengan kondisi baseline B (intervensi) yaitu meningkat. Hal ini berarti kondisi menjadi membaik atau positif setelah intervensi diberikan. Pada kondisi baseline B (intervensi) ke baseline A2, kecenderungan arahnya meningkat .
3. Perubahan kecenderungan stabilitas antar baseline A1 dengan intervensi (B) yaitu stabil ke variabel. Sedangkan pada kondisi baseline B (intervensi) dengan kondisi baseline A2, yaitu variabel ke Variabel, karena pada sesi ke 8 ke sesi 9 masih terjadi peningkatan.
4. Perubahan level antara kondisi baseline A1 dengan intervensi (B) adalah 0, sementara kondisi intervensi B dengan kondisi A2 adalah +2.
5. Data yang tumpang tindih dengan kondisi baseline A1 dengan kondisi intervensi B adalah 0%, sedangkan pada kondisi intervensi B dengan kondisi baseline A2 adalah 0%. Pemberian intervensi berpengaruh terhadap target behavior.

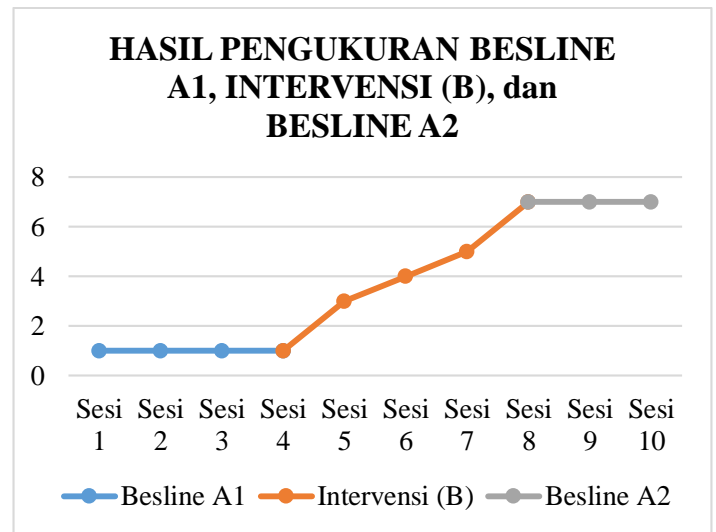
b) Rangkuman Analisis Antar Kondisi Data Subjek AD

Di bawah ini merupakan rangkuman data subjek AD dari kondisi sebelum diberi perlakuan atau baseline (A1), kondisi saat diberi intervensi (B), dan kondisi setelah diberikan perlakuan atau baseline (A2).

Tabel 4.34 Rangkuman Hasil Analisis Antar Kondisi Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AD

SESI	SKOR MAKSIMAL	SKOR SUBJEK AD
<i>Besline A1</i>		
1	8	1
2	8	1
3	8	1
<i>Besline (B) Intervensi</i>		
4	8	1

Data di atas dapat dimasukkan kedalam table seperti di bawah ini :



Grafik 4.16 Rangkuman Hasil Analisis Pengukuran Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AD

Pada grafik di atas, dapat dilihat pergerakan data tingkat perilaku kedisiplinan belajar siswa subjek AD pada tiga kondisi yang mana grafik setelah diberikan perlakuan cenderung meningkat dibandingkan kondisi sebelum diberikan perlakuan. Dengan melihat perilaku positif kedisiplinan belajar berdasarkan hasil observasi yaitu subjek AD menggunakan seragam sesuai aturan, mengerjakan PR di rumah, mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, duduk dengan tenang selama proses pembelajaran berlangsung, pulang tepat waktu, dan mengerjakan tugas sesuai kemampuan sendiri.

Komponen-komponen analisis antar kondisi meliputi:

1. Jumlah Variabel

Jumlah variabel yaitu menentukan jumlah variabel yang diubah. Variabel yang diubah yaitu dari kondisi baseline A ke intervensi (B). Dengan demikian pada tabel dapat dimasukkan seperti di bawah ini.

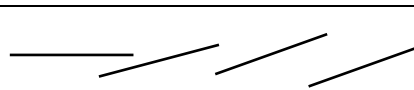

Tabel. 4.35. Jumlah Variabel yang di Ubah dari Kondisi Baseline A ke Intervensi B dan Kondisi Intervensi (B) ke Kondisi A2 Subjek AD.

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Jumlah Variabel	1	1

2. Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya

Menentukan perubahan kecenderungan arah dan efeknya yaitu dengan mengambil kecenderungan arah pada analisis dalam kondisi. Dengan demikian, dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.36 Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya pada Subjek AD

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya		
	=	+ + +

3. Perubahan Kecenderungan Stabilitas

Perbandingan kondisi antara baseline A1 dengan intervensi B bila dilihat dari perubahan kecenderungan stabilitas (change in trend stability) yaitu stabil ke variabel (tidak stabil).

Tabel. 4.37. Perubahan Kecenderungan Stabilitas Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AD

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Perubahan Kecenderungan Stabilitas	Stabil ke Variabel	Variabel ke Stabil

4. Perubahan Level

Perubahan level dari kondisi baseline A1 ke intervensi B yaitu stabil pada tingkat perilaku kedisiplinan belajar yang rendah ke meningkat. Selanjutnya kondisi intervensi B ke baseline A2 yaitu Stabil.

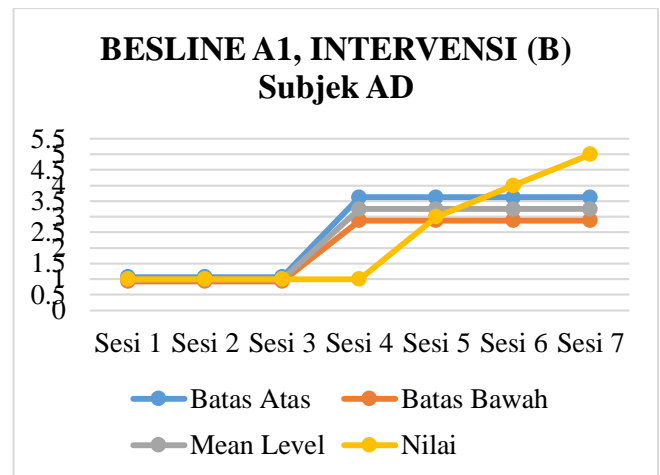
Tabel. 4.38 Perubahan Level Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AD

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Perubahan Level	1=1 (=0)	5=7 (+2)

5. Persentase Overlap

a) Untuk A1/B

Untuk melihat data yang tumpang tindih kondisi baaseline A1 Intervensi B pada subjek AD, dapat dilihat dalam tampilan grafik berikut ini:



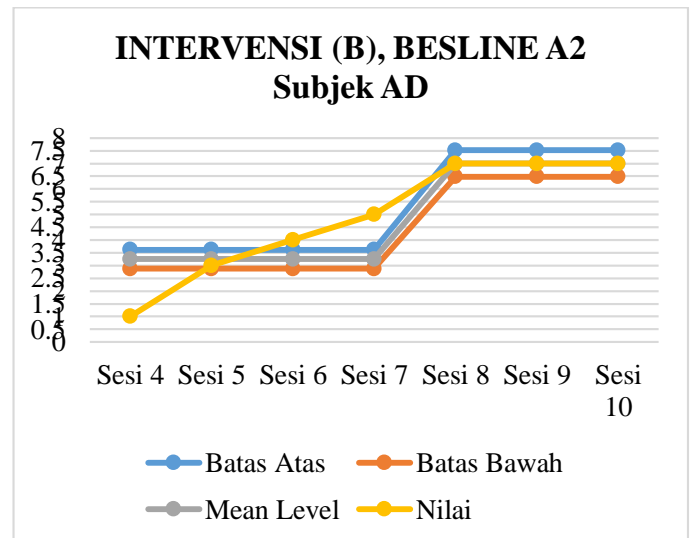
Grafik 4.17 Data Tumpang Tindih Kondisi Baseline A1 Ke Kondisi Baseline B (Intervensi) Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Subjek AD.

Keterangan Data yang tumpang tindih = $0/4 \times 100 = 0\%$

Nilai yang tumpang tindih adalah 0%. Dengan demikian diketahui bahwa pemberian intervensi berpengaruh terhadap target bahavior (adanya perubahan setelah intervensi), dan tidak ditemukan persentase tumpang tindih. Grafik ini menunjukkan pemberian intervensi (B) yaitu penerapan teknik Self-Management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

b) Untuk A2/B.

Untuk melihat data overlap kondisi intervensi B ke kondisi A2, dapat dilihat dalam tampilan grafik berikut ini.



Grafik 4.18 data tumpang tindih kondisi baseline B ke Kondisi Baseline A2 Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Siswa Subjek AD.

Keterangan : Data Tumpang Tindih= $0/3 \times 100 = 0\%$

Data yang tumpang tindih adalah 0%. Dengan demikian, diketahui bahwa pemberian intervensi berpengaruh terhadap target behaviour, dan tidak terdapat persentase data yang overlap.

Tabel 4.39 Rangkuman Hasil Analisis Visual Antar

Kondisi Tingkat Perilaku Kedisiplinan Belajar Siswa Subjek AD.

Perbandingan Kondisi	A1/B	B/A2
Jumlah Variabel	1	1
Perubahan Kecenderungan Arah dan Efeknya	=	+ + =
Perubahan Kecenderungan Stabilitas	Stabil ke Variabel	Variabel ke Stabil
Perubahan Level	1=1 (=0)	5=7 (+2)
Persentase overlap	0%	0%

Penjelasan rangkuman hasil analisis visual antar kondisi adalah sebagai berikut:

1. Jumlah variabel yang diubah adalah satu (1) dari kondisi baseline A ke baseline B (Intervensi)
2. Perubahan kecenderungan arah antar kondisi baseline A1 dengan kondisi baseline B (intervensi) yaitu meningkat. Hal ini berarti kondisi menjadi membaik atau positif setelah intervensi diberikan. Pada kondisi baseline B (intervensi) ke baseline A2, kecenderungan arahnya meningkat .
3. Perubahan kecenderungan stabilitas antar baseline A1 dengan intervensi (B) yaitu stabil ke variabel. Sedangkan pada kondisi baseline B (intervensi) dengan kondisi baseline A2, yaitu variabel ke Stabil, karena pada Basline A2 nilainya konsisten/menetap.
4. Perubahan level antara kondisi baseline A1 dengan intervensi (B) adalah 0, sementara kondisi intervensi B dengan kondisi A2 adalah +2.
5. Data yang tumpang tindih dengan kondisi baseline A1 dengan kondisi intervensi B adalah 0%, sedangkan pada kondisi intervensi B dengan kondisi baseline A2 adalah 0%. Pemberian intervensi berpengaruh terhadap target behavior.

4. Pembahasan Penelitian

Kedisiplinan belajar merupakan suatu kondisi yang tercipta melalui proses latihan yang dikembangkan menjadi serangkaian perilaku yang di dalamnya terdapat unsur-unsur ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, ketertiban yang ditanamkan secara terus menerus dan semua itu dilakukan sebagai tanggung jawab dalam rangkai mencapai tujuan pembelajaran

secara optimal. Apabila seorang siswa tidak memiliki sikap disiplin maka akan mempengaruhi perkembangan diri dan prestasi belajarnya.

1. Subjek AL

Ketidak disiplin belajar yang dialami oleh subjek dengan inisial AL dapat ditandai dengan gejala perilaku AL yang sering menunda-nunda atau tidak mengerjakan tugas, mengumpulkan tugas tidak tepat waktu, bolos pada saat proses pembelajaran berlangsung, tidak tepat waktu mengikuti pelajaran, membuat gaduh atau mengganggu teman nya di dalam kelas, tidak menggunakan seragam sesuai aturan, lebih memilih melakukan kegiatan lain daripada menyelesaikan tugas, menyalin tugas teman, tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran, Penelitian ini menggunakan penerapan teknik self-management yang didalamnya ada lima tahap yang dapat meningkatkan perilaku kedisiplinan belajar, diantaranya identifikasi masalah dengan Monitoring diri (Self-Monitoring), Self-Contracting, Self-Control, Evaluasi dan Self-Reward.

Penelitian ini dilakukan dengan single subject research melalui desain A-B-A dengan prosedur pada baseline A1. Mula-mula pengukuran kedisiplinan belajar dilakukan sebanyak tiga kali pada baseline A1 untuk melihat konsistensi perilaku, kemudian pada kondisi baseline B kembali dilakukan pengukuran sebanyak empat kali dengan adanya intervensi. Setelah itu, peneliti kembali melakukan pengukuran sebanyak tiga kali pada kondisi A2, hal ini dimaksudkan sebagai fase control intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Pada kondisi baseline A1 peneliti melakukan observasi terhadap subjek dalam penelitian ini, peneliti menemukan tingkat kedisiplinan belajar tersebut berada pada kategori rendah, ditandai dengan gejala tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, bolos pada saat proses pembelajaran berlangsung, tidak tepat waktu mengikuti pelajaran, lebih memilih melakukan kegiatan lain daripada menyelesaikan tugas, menyalin tugas teman, tidak menggunakan seragam sesuai aturan, mengganggu teman lain saat proses pembelajaran berlangsung serta tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran. Gejala kedisiplinan yang peneliti sebutkan di atas pada kategori rendah, dan ini terjadi pada tiga kali pengukuran perilaku kedisiplinan dengan pedoman observasi.

Gejala kedisiplinan yang muncul ini, sesuai dengan dasar teori yang peneliti kemukakan pada bab sebelumnya, seperti yang dikemukakan oleh Marcal (2006), bahwa gejala kedisiplinan belajar dapat dilihat

melalui 4 aspek, yaitu ketaatan atau kepatuhan terhadap peraturan, kesadaran untuk melaksanakan sesuai dengan pedoman, tanggung jawab, dan kejujuran. Gejala yang peneliti dapatkan pada subjek dengan inisial AL merupakan benar-benar gejala kedisiplinan yang harus kita tangani agar gejala tersebut tidak berlanjut dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari kedepan nantinya.

Maka dari itu, subjek tersebut sudah layak pada tahap selanjutnya yaitu tahap intervensi (baseline B). Pada tahap ini, peneliti melakukan pengukuran sebanyak 4 kali. Pada tahap pertama konselor berusaha untuk membangun rapport dengan konseli kemudian dilanjutkan dengan melakukan monitoring diri dengan mengarahkan untuk mengisi LKPD pertama agar konseli dapat mengetahui perilaku yang tidak tepat. Pemicu kedisiplinan belajar rendah yang ada pada diri konseli, dan dampak yang terjadi akibat kedisiplinan belajar rendah bagi konseli dalam kehidupan kedepannya.

Pada tahap kedua, konseli mengisi LKPD kedua dengan menyetujui kontrak perilaku. Setelah itu, konselor mengumpulkan tugas rumah yang diberikan pada konseli kemudian melihat perubahan yang terjadi selama tugas tersebut dilaksanakan dan melakukan revisi atau penyesuaian apabila masih belum ada perubahan. Kemudian, konselor melakukan evaluasi pada revisi yang dilakukan konseli, setelah itu memberikan reward kepada konseli apabila perilaku konseli yang diubah menetap.

Hasil dari penelitian yang dilaksanakan di MTs Negeri 4 BONE pada subjek yang berinisial AL yang mengalami kedisiplinan belajar rendah ketika diberikan teknik self-management mengalami peningkatan yang positif. Peningkatan yang terjadi pada subjek AL dapat dilihat dari grafik A-B, itu dikarenakan dalam teknik yang digunakan yaitu self-management merupakan teknik yang membantu subjek untuk mengubah perilaku yang tidak tepat yaitu kurangnya kedisiplinan belajar untuk menghasilkan perilaku yang baru.

Penelitian yang dilaksanakan terhadap subjek AL dengan melakukan pengukuran sebanyak 4 kali pengukuran pada baseline B yang bertujuan untuk melihat kemampuan subjek dalam memajemen diri untuk disiplin dalam belajar, dengan hasil intervensi yaitu subjek dengan perilaku awal sering terlambat masuk dalam proses pembelajaran, mengganggu teman yang lain saat proses pembelajaran, tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, menyalin tugas teman, dan tidak menggunakan seragam sesuai aturan. Setelah penerapan teknik self-management subjek AL beransur mulai memperlihatkan perubahan perilaku disiplin seperti, menggunakan seragam sesuai aturan, tidak mengganggu teman saat proses pembelajaran

berlangsung, tidak menyalin tugas teman dan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran.

Keefektifan teknik self-management tidak terlepas dari kemampuan subjek menjalankan proses konseling yang sesuai dengan prosedur. Meskipun pada sesi pertama pada baseline B tidak mengalami peningkatan dikarenakan pada tahap awal pelaksanaan teknik subjek AL belum memahami tahapan proses dan cara kerja dari teknik tersebut, namun dengan penjelasan dan arahan yang diberikan subjek AL dapat memahami dan menjalankan prosedur serta tahapan teknik self-management dengan baik dan hasilnya tingkat kedisiplinan belajar meningkat pada sesi selanjutnya sampai kondisi baseline A2. Pada fase baseline A2 kembali dilakukan untuk mengukur kembali perilaku kedisiplinan belajar oleh subjek AL. Dari hasil pengukuran sebanyak tiga kali sebagai fase kontrol. Peneliti menemukan data bahwa subjek AL mampu meningkatkan gejala kedisiplinan belajar dari kategori rendah ke kategori tinggi.

2. Subjek AD

Adapun kedisiplinan belajar yang dialami oleh subjek dengan inisial AD dapat ditandai dengan gejala perilaku AD yang tidak mengumpulkan tugas tepat waktu, bolos pada saat proses pembelajaran berlangsung, tidak tepat waktu mengikuti pelajaran, berpakaian tidak sesuai aturan, mengganggu teman yang lain saat proses pembelajaran berlangsung, lebih memilih melakukan kegiatan lain daripada menyelesaikan tugas, menyalin tugas teman, serta tidak meminta izin pada saat tidak mengikuti pelajaran.

Gejala inilah yang ditemukan oleh peneliti di lapangan sehingga peneliti mengambil permasalahan kedisiplinan belajar dalam penelitian ini. Dengan penerapan teknik self-management dapat memberikan pengaruh positif agar tingkat kedisiplinan belajar subjek AD mengalami peningkatan. Pada saat kondisi baseline A1, peneliti melakukan observasi terhadap subjek yang dimana peneliti menemukan tingkat kedisiplinan belajar pada subjek tersebut berada pada kategori rendah.

Peneliti melakukan pengukuran sebanyak tiga kali pada pengukuran baseline A1 dengan mendapatkan data semua berada pada kategori rendah. Gejala yang peneliti temukan pada subjek dengan inisial AD tentu merupakan gejala kedisiplinan belajar yang sangat perlu mendapatkan penanganan guna mencegah gejala tersebut terus berlanjut dan mengganggu aktivitas subjek dalam kehidupan sehari-hari dan kehidupannya nanti. Dari data tersebut, maka subjek layak untuk lanjut pada tahap selanjutnya yaitu tahap intervensi (baseline B).

Pada tahap baseline B, peneliti melakukan

pengukuran sebanyak 4 kali. Pada tahap pertama konselor berusaha untuk membangun rapport dengan konseli kemudian dilanjutkan dengan melakukan monitoring diri dengan mengisi LKPD pertama agar konseli dapat mengetahui perilaku yang tidak tepat. Pemicu kedisiplinan belajar rendah yang ada pada diri konseli, dan dampak dari kedisiplinan belajar rendah bagi konseli dalam kehidupan nantinya. Pada tahap kedua, konseli mengisi LKPD kedua dengan menyetujui kontrak perilaku.

Setelah itu, konselor mengumpulkan tugas rumah yang diberikan pada konseli kemudian melihat perubahan apa yang terjadi selama tugas tersebut dilaksanakan dan melakukan revisi apabila masih belum ada perubahan. Kemudian, konselor melakukan evaluasi pada revisi yang dilakukan oleh konseli, setelah itu memberikan reward kepada konseli apabila perilaku konseli yang diubah menetap. Penelitian yang dilaksanakan di MTs Negeri 4 BONE pada subjek yang berinisial AD yang mengalami kedisiplinan belajar rendah ketika diberikan teknik self-management mengalami peningkatan yang positif.

Peningkatan yang terjadi pada subjek AD dapat dilihat dari grafik A-B, itu dikarenakan dalam teknik yang digunakan yaitu self-management merupakan teknik yang membantu subjek untuk mengubah perilaku yang tidak tepat yaitu kurangnya kedisiplinan belajar untuk menghasilkan perilaku yang baru. Dalam kondisi baseline B tersebut, subjek AD mengalami perilaku yang baik. Pada kondisi ini pengukuran dilakukan sebanyak empat kali untuk melihat kemampuan subjek dalam meningkatkan perilaku kedisiplinan belajar. Adapun perbedaan perilaku yang ditunjukkan yaitu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, tidak mengganggu teman yang lain saat proses pembelajaran berlangsung, menggunakan seragam sesuai aturan dan membawa alat tulis yang digunakan dalam proses pembelajaran. Dari pengukuran tersebut didapatkan bahwa pengukuran pada intervensi (B) mengalami peningkatan setelah intervensi.

Pada kondisi baseline A2 kembali dilakukan pengukuran oleh peneliti untuk mengukur kembali perilaku kedisiplinan belajar yang dilakukan sebanyak tiga kali pengukuran sebagai fase control. Peneliti menemukan data bahwa subjek tersebut mampu meningkatkan gejala kedisiplinan belajar dari kategori rendah ke tinggi, namun dalam pelaksanaan teknik self-management juga mengalami beberapa hambatan dimana subjek AD kurang memahami strategi yang cocok digunakan untuk meningkatkan kedisiplinan belajarnya sehingga harus beberapa kali mengalami revisi untuk mengetahui strategi yang cocok digunakan. Setelah mengalami beberapa kali revisi

subjek AD sudah mampu menemukan cara yang sesuai sehingga pada tahapan selanjutnya subjek AD menunjukkan perilaku positif dan mampu meningkatkan kedisiplinan belajarnya.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dengan menggunakan teknik self-management memberikan pengaruh yang positif dalam meningkatkan kedisiplinan belajar subjek AL dan AD di MTs Negeri 4 BONE. Dengan demikian, penerapan teknik self-management ini dinilai efektif untuk diterapkan pada siswa yang mengalami ketidaksiplinan belajar atau kedisiplinan belajar yang rendah.

5. KESIMPULAN

Dari analisis data dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kedisiplinan belajar pada subjek AL dan AD pada baseline A1 (sebelum diberikan teknik Self-Management berada pada kategori rendah, namun setelah diberi perlakuan yaitu teknik Self-Management, tingkat kedisiplinan belajar berada pada kategori tinggi.
2. Pelaksanaan teknik Self-Management untuk meningkatkan kedisiplinan belajar siswa ketika diberikan kepada subjek AL dan AD dilaksanakan sebanyak 4 tahap. Selama pelaksanaan intervensi subjek menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi.
3. Perolehan skor kedisiplinan belajar kedua subjek pada baseline A2 menunjukkan peningkatan dibandingkan pada baseline A1. Dengan demikian, disimpulkan bahwa penerapan teknik self-management dapat meningkatkan tingkat kedisiplinan belajar siswa pada MTs Negeri 4 BONE.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini A.J. (2014). Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas V Sd Negeri I Parangtritis: Studi Kasus. *Skripsi. Pendidikan Guru sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.*
- Anggraini D. (2011). Peran Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar. *Skripsi thesis, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau., 17-20.*
- Arissah E. (2018). Peran Budaya Sekolah dalam Membentuk Karakter Sikap Disiplin anak Sekolah dasar di Era Digital . *Jurnal Universitas jambi, 4-6.*
- Emzir. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan.* Depok: Rajawali Pers.
- Fajriyani, Janah N., Loviana D. (2016). Self-Management

- Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus Di Sma Negeri 5 Banda Aceh. *Jurnal Pencerahan*, Vol 10 No.2, 99-101.
- Febriyanto B.;dkk. (2020). Pendidikan Karakter dan Nilai Kedisiplinan Peserta Didik di Sekolah. *Jurnal Elementaria Edukasi*. Vol.3 No.1, 78-80.
- Handoko A. (2013). Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa Kelas X Tkj Smk Bina Nusantara Ungaran Tahun Ajaran 2012/2013. *Skripsi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang*, 27-30.
- Isnaini F. (2014). Strategi Self-management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. *Jurnal Sains Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 3-5.
- Khafid M & Suroso. (2017). Pengaruh Disiplin Belajar dan Lingkungan Keluarga Terhadap Hasil Belajar Ekonomi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi UNNES Vol.2 No.2*, 7.
- Khotimah B. (2017). Pengaruh Konseling Individu Dengan Teknik Selfmanagement Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. *Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Raden Intan Lampung*, 50-55.
- Muratama M. (2018). Layanan Konseling Behavioral Teknik Self Management untuk Meningkatkan Disiplin Dan Tanggung Jawab Belajar Siswa Di Sekolah. *Jurnal Nusantara of Research Vol.5 No.1 ISSN 2355-7249*, 4-6.
- Pandang & Anas. (2019 : 92). Penelitian Eksperimen Dalam Bimbingan Dan Konseling: Konsep Dasardan Aplikasinya Tahap Demi Tahap. Makassar: Badan Penerbit UNM.
- Purbaningtyas S. (2016). Pengaruh Kedisiplinan Siswa Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Akuntansi Siswa Kelas Xi Ips Sma Negeri 1 Kutasari Tahun Ajaran 2015/2016. *Skripsi. Pendidikan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Sa'diyah H.,Chotim M.,Triningtyas D.A. (2016). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja. *Jurnal Ilmiah Counsellia, Volume 6 No. 2*, 67-78.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Yasin F. (2011). Penumbuhan Kedisiplinan Sebagai Pembentukan Karakter Peserta Didik di Madrasah. *Jurnal el-Hikmah*, 129-130.
- Yuliyantika S. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Disiplin Belajar Siswa Kelas X, Xi, Dan Xii Di Sma Bhakti Yasa Singaraja Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Vol.9 No.1* , 37-38.

