



# PENERAPAN KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENGURANGI KEBIASAAN SISWA YANG SERING TERLAMBAT KE SEKOLAH DI SMPN 3 ANGGERAJA

THE APPLICATION OF BEHAVIORAL COUNSELING WITH SELF MANAGEMENT TECHNIQUES TO REDUCE THE HABIT OF STUDENTS WHO ARE OFTEN LATE TO SCHOOL AT SMPN 3 ANGGERAJA

Nurul Alfiah<sup>1\*</sup>, Abdullah Pandang<sup>2</sup>, Abdullah Sinring<sup>3</sup>

Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

Nurulalfiah913@gmail.com

## Abstrak

Penelitian ini menelaah penerapan teknik *self management* untuk mengurangi kebiasaan terlambat siswa di SMPN 3 Anggeraja. Tujuan peneliti ini Untuk mengetahui 1) gambaran perilaku terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja sebelum dan setelah diterapkan teknik *self management*, 2) Untuk mengetahui Penerapan Pelaksanaan Teknik *self management* dalam mengatasi siswa yang sering terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja, 3) Untuk mengetahui penerapan teknik *self management* dapat mengatasi perilaku terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan model *quasi experimental design*. Desain eksperimen yang digunakan adalah non equivalent group desain. Populasi penelitian ini sebanyak 30 siswa dan sampel penelitian ini adalah sebanyak 24 siswa yang terbagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing berjumlah 12 siswa. Penarikan sampel dengan *Purposive Sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan instrumen skala perilaku terlambat siswa dan observasi. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis parametric yaitu uji t-tets. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Perilaku terlambat siswa saat *pretest* pada kelompok eksperimen berada pada kategori tinggi saat *posttest* mengalami penurunan berada pada kategori sedang. Sedangkan kelompok kontrol tetap pada kategori sedang. 2) Pelaksanaan teknik *self management* dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang sudah dirancang yaitu identifikasi masalah dengan tahapan-tahapan monitoring atau observasi diri, evaluasi diri, penguatan penghapusan atau hukuman serta evaluasi tindak lanjut. 3) Uji t-test menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara siswa yang mendapatkan perlakuan teknik *self management* dan yang tidak diberikan perlakuan. Dari hasil analisis diketahui terdapat penurunan tingkat perilaku terlambat pada siswa yang diberikan teknik *self management* dimana diperoleh nilai signifikansi lebih kecil dari nilai  $\alpha$  dengan demikian hipotesis ( $H_0$ ) dinyatakan ditolak dan menerima hipotesis kerja ( $H_1$ ). Artinya, penerapan teknik self management dapat mengatasi perilaku terlambat ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja.

Kata Kunci : Konseling Behavior, Teknik *Self Management*, Perilaku Terlambat



© by the authors. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY) International License. (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## Abstract (Bahasa Inggris)

*This study examines the application of self management techniques to reduce students' late habits at SMPN 3 Anggeraja. The purpose of this research is to find out 1) a description of the late behavior of coming to school at SMPN 3 Anggeraja before and after the application of self management techniques, 2) To find out the implementation of self management techniques in overcoming students who are often late coming to school at SMPN 3 Anggeraja, 3) To determine the application of self management techniques can overcome the behavior of coming late to school at SMPN 3 Anggeraja. This research uses a quantitative approach with a quasi experimental design model. The experimental design used is non-equivalent group design. The population of this study was 30 students and the sample of this study was 24 students who were divided into experimental groups and control groups totaling 12 students each. Sample withdrawal with Purposive Sampling. Data collection using the student late behavior scale instrument and observation. Data analysis using descriptive statistical analysis and parametric analysis, namely t-tests. The results of this study indicate that 1) The late behavior of students at the pretest in the experimental group was in the high category when the posttest decreased to the medium category. While the control group remained in the moderate category. 2) The implementation of the self-management technique is carried out in accordance with the procedures that have been designed, namely problem identification with stages of monitoring or self-observation, self-evaluation, reinforcement of elimination or punishment and follow-up evaluation. 3) The t-test shows that there is a significant difference between students who are treated with self management techniques and those who are not treated. From the results of the analysis, it is known that there is a decrease in the level of late behavior in students who are given self-management techniques where the significance value is smaller than the  $\alpha$  value, thus the hypothesis ( $H_0$ ) is rejected and the working hypothesis ( $H_1$ ) is accepted. This means that the application of self management techniques can overcome late behavior to school at SMPN 3 Anggeraja.*

*Keywords: Behavior Counseling, Self Management Techniques, Late Behavior*

## 1. PENDAHULUAN

Setiap siswa hendaknya dapat memanaajemen waktunya dengan efektif dan efisien. Sandra (2013) berpendapat bahwa manajemen waktu merupakan perencanaan, pengorganisasian, pengetatan dan pengawasan, produktivitas waktu. Ada lima bidang utama yang tidak boleh ditinggalkan dalam manajemen waktu menurut Mishra (dalam Rohadi, 2008), yaitu: pertama kesadaran bahwa sebagian besar waktu yang dihabiskan bersifat kebiasaan, kedua bahwa penentuan sasaran pribadi sangat penting bagi manajemen yang benar, ketiga prioritas harus dikategorikan dan dikaji, keempat bahwa komunikasi yang baik dan benar sangat esensial, kelima bahwa menanggukkan mungkin merupakan halangan terbesar bagi pengelolaan waktu. Dalam lingkungan sekolah management waktu sangat diperlukan untuk membuat siswa menjadi disiplin.

Perilaku terlambat menjadi salah satu bentuk ketidakmampuan siswa untuk berada di tempat dan waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Berdasarkan uraian diatas diketahui bahwa perilaku terlambat merupakan perilaku yang kurang baik sehingga seringkali dijumpai di semua instansi Pendidikan, tidak terkecuali pada SMPN 3 Anggeraja. Pada hakikatnya, kepribadian seorang individu dipengaruhi oleh perilakunya. Latipun (Supriyanto, 2012) menjelaskan bahwa perilaku seseorang individu terbentuk dari hasil pengalaman interaksi dengan lingkungan sekitar.

Berdasarkan survei awal pada tanggal 22-23 Februari yang dilakukan peneliti dengan guru BK di SMPN 3 Anggeraja mengatakan bahwa benar ada sebagian siswa yang sering terlambat datang ke sekolah. Adapun penjelasan dari ibu A bahwa siswa yang terlambat datang ke sekolah disebabkan oleh beberapa faktor seperti susah bangun pagi dengan alasan begadang di malam hari, kurangnya disiplin dan pengaturan waktu yang kurang sesuai, dan jarak rumah ke sekolah lumayan jauh.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Supriyanto (2012), menunjukkan bahwa ada bentuk keterlambatan datang ke sekolah yang dimiliki oleh siswa. Merujuk dari data yang ada, siswa yang memiliki perilaku terlambat tiba di sekolah setelah jam pelajaran pertama dimulai dengan frekuensi antara 3-5 hari tiap minggunya dan dengan durasi 1-18 menit tiap harinya.

Lebih lanjut, hasil studi penelitian yang dilakukan oleh Insyirah (2017) menunjukkan bahwa keterlambatan siswa terjadi karena kurangnya kesadaran dari diri siswa terhadap kedisiplinan yang sebenarnya turut berpengaruh dalam menunjang keberhasilan siswa dalam dunia pendidikan. Perilaku maladaptif berupa keterlambatan siswa ke sekolah ini memang bukan pelanggaran yang berat. Namun, jika tidak segera diatasi, akan berdampak pada perkembangan dan prestasi belajar siswa. Seringnya siswa terlambat akan menjadikan kebiasaan buruk, bahkan bisa berpengaruh pada kehidupan pasca sekolahnya, misalnya ketika memasuki dunia kerja.

Penerapannya konseling behavioral memiliki peran penting dalam mengubah perilaku siswa untuk membentuk perilaku baru dalam belajar. Perilaku yang sebelumnya dikatakan perilaku yang dapat mengganggu pada diri siswa, tapi setelah diberikannya konseling behavioral, perilaku tersebut berubah menjadi lebih baik. Teknik *self management* digunakan dalam mengatasi masalah perilaku terlambat datang ke sekolah dalam usahanya untuk mencapai waktu yang efektif yang sesuai dengan keinginannya salah satunya dipengaruhi oleh pengelolaan diri. Menurut Sukadji (Komalasari,2018) bahwa “Pengaturan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.

Tujuan penelitian yaitu Untuk mengetahui gambaran perilaku terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja sebelum dan setelah diterapkan teknik *self management*, Untuk mengetahui Pelaksanaan penerapan Teknik *self management* dalam mengatasi siswa yang sering terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja, Untuk mengetahui penerapan teknik *self management* dapat mengatasi perilaku terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1. Konseling Behavior

Konseling Behavioral proses membantu individu untuk belajar tentang bagaimana mengatasi atau menyelesaikan masalah-masalah interpersonal Menurut Gunarsa (2004). seorang ahli berpendapat bahwa konseling behavioral berfokus pada tingkah laku (Dharsana, 2017). Konseling behavioral mengandung filosofis atau pandangan terhadap *self succorance* yaitu mengenai menekankan pada perubahan tingkah laku. Karena seperti yang telah diketahui bahwa “konseling Behavioral adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses latihan dan pemikiran.

### 2.2 Tujuan Konseling Behavior

Pada dasarnya terapi tingkah laku diarahkan pada tujuan-tujuan tingkah laku yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan (Corey, 2015). Tujuan utama konseling behavioral adalah menghilangkan tingkah laku yang salah (maladaptive) dan menggantikannya dengan tingkah laku baru yang lebih sesuai. Secara rinci tujuan tersebut adalah:

- a) menghapus pola-pola perilaku maladaptive anak dan membantu mereka mempelajari pola-pola tingkah laku yang lebih konstruktif.
- b) mengubah tingkah laku maladaptif anak, dan
- c) menciptakan kondisi-kondisi yang baru yang memungkinkan terjadinya proses belajar ulang.

Adapun tujuan khusus dari konseling behavioral adalah membantu klien menolong diri sendiri, mengembalikan klien ke dalam masyarakat, meningkatkan keterampilan sosial, memperbaiki tingkah laku yang menyimpang, membantu klien mengembangkan sistem self management dan self control.

### 2.3 Tujuan Konseling Behavior

Pada dasarnya terapi tingkah laku diarahkan pada tujuan-tujuan tingkah laku yang maladaptif serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan (Corey, 2015). Tujuan utama konseling behavioral adalah menghilangkan tingkah laku yang salah (maladaptive) dan menggantikannya dengan tingkah laku baru yang lebih sesuai. Secara rinci tujuan tersebut adalah:

- d) menghapus pola-pola perilaku maladaptive anak dan membantu mereka mempelajari pola-pola tingkah laku yang lebih konstruktif.
- e) mengubah tingkah laku maladaptif anak, dan
- f) menciptakan kondisi-kondisi yang baru yang memungkinkan terjadinya proses belajar ulang.

Adapun tujuan khusus dari konseling behavioral adalah membantu klien menolong diri sendiri, mengembalikan klien ke dalam masyarakat, meningkatkan keterampilan sosial, memperbaiki tingkah laku yang menyimpang, membantu klien mengembangkan sistem self management dan self control.

### 2.4 Teknik *Self Management*

Teknik *Self management* atau pengelolaan diri merupakan suatu strategi perubahan perilaku yang bertujuan untuk mengarahkan perilaku seseorang dengan suatu teknik atau kombinasi teknik terapeutik. Teknik *Self management* merupakan upaya individu untuk melakukan perencanaan, pemusatan perhatian, dan evaluasi terhadap aktivitas yang dilakukan. Teknik *Self-management* (Wikipedia, 2014) 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 di dalamnya *goal setting, planning, scheduling, task tracking, self evaluation, self-intervention, self development*.

### 2.5 Tahapan-tahapan Teknik *Self Management*

Ada tahap-tahap dalam proses konseling. Termasuk dalam teknik *self management*. Tahap-tahap itu akan memudahkan arah pemberian bantuan kepada konseli. Tahapan-tahapan teknik *self management* menurut Komalasari (2011) yaitu:

1. Tahap monitor diri atau observasi diri

Pada tahap ini konseli dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh konseli dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku. Dalam penelitian ini konseli mengobservasi apakah dirinya sudah bertanggung jawab terhadap kewajiban di sekolah yaitu datang tepat waktu atau belum. Konseli mencatat berapa kali dia datang tepat waktu, seberapa sering dia terlambat.

## 2. Tahap evaluasi diri

Pada tahap ini konseli membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah di buat oleh konseli. Perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efisiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang di targetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai. Dalam penelitian ini konseli mengevaluasi antara hasil catatan tingkah laku dalam tanggung jawab terhadap kedisiplinan berangkat ke sekolah kemudian dibandingkan dengan target tingkah laku yang ingin dicapai apakah program sudah tercapai atau belum. Jika belum maka perlu ditinjau kembali apakah target perilaku tidak cocok atau *reinforcement* yang diberikan tidak sesuai.

## 3. Tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman

Pada tahap ini konseli mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberi hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari konseli untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinu. Dalam penelitian ini jika konseli telah menunjukkan adanya sikap tanggung jawab datang tepat waktu ke sekolah maka konseli akan diberikan sebuah penguatan atau reward yang telah ditentukan. Namun jika konseli ternyata belum menunjukkan sikap tanggung jawabnya maka konseli akan diberikan punishment yang telah ditentukan

## 2.6 Terlambat Datang Kesekolah

Keterlambatan sering dianggap tidak pantas dalam berbagai situasi, tetapi tidak demikian halnya dalam situasi lain. Perilaku terlambat datang ke sekolah merupakan perilaku maladaptif yang sering dijumpai di seluruh instansi pendidikan (Retnoningtyas, 2015). Sedangkan menurut Adegunju dkk, 2019 Dalam konteks pendidikan keterlambatan mengacu pada situasi di mana seorang siswa sampai ke sekolah melebihi dari waktu yang telah ditentukan. Sesekali datang terlambat ke sekolah tidak akan menyebabkan gangguan besar. Namun keterlambatan yang terlalu sering bahkan yang telah melekat menjadi kebiasaan akan berdampak pada pengalaman pendidikan anak secara keseluruhan.

Pada siswa yang melakukan perilaku terlambat datang kesekolah terdapat gejala-gejala yang ada. Gejala-gejala tersebut dapat mempengaruhi keseluruhan dari perilaku terlambat datang kesekolah. Menurut Prayitno dan Amti E (2004), menyatakan, gambaran yang lebih rinci tentang terlambat masuk sekolah yaitu:

- a. Sering tiba di sekolah setelah jam pelajaran dimulai
- b. Memakai waktu istirahat melebihi waktu yang ditentukan, dan
- c. Sengaja melambat-lambatkan diri masuk kelas meskipun tahu jam pelajaran sudah dimulai.

### a. Factor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Terlambat

Perilaku terlambat adalah ketidakmampuan siswa datang kesekolah tepat waktu. Faktor-faktor yang mempengaruhi keterlambatan pada siswa dalam proses Pendidikan dipengaruhi beberapa faktor baik dari dalam maupun dari luar siswa. Siswa yang terlambat datang ke sekolah akan menghindar atau tidak masuk kelas pada saat terlambat, kabur, takut, gelisah serta tenang. Pengaruh dari dalam individu, seperti kecenderungan untuk sering bermalas-malasan, kurangnya motivasi terhadap materi yang diberikan, dan kebiasaan melamun, dapat memiliki dampak signifikan (Rahman, 2013). Di sisi lain, pengaruh dari luar individu, seperti suasana di lingkungan keluarga dan sekolah, juga dapat memainkan peran penting dalam membentuk perilaku dan sikap individu.

1. Menurut wilmore (1959) Faktor-faktor perilaku terlambat datang ke sekolah yaitu:
2. Terlambat disengaja kebanyakan siswa melanggar tata tertib yaitu terlambat dengan sengaja karena ada mata pelajaran yang dia tidak suka atau dengan alasan yang tidak sesuai dan tidak bisa diterima secara rasional.
3. Terlambat tidak sengaja kemungkinan siswa tersebut mempunyai rumah lebih jauh dengan lingkungan sekolah dengan kemungkinan besar mereka akan terlambat. Namun hal ini tidak termasuk terlambat sengaja, mungkin saja keterlambatan ini ada beberapa hal tidak diduga seperti:

tidak ada kendaraan (karena sopir angkot mogok kerja), bis yang mereka tumpangi bannya bocor sehingga terlambat, kemungkinan hujan lebat atau dengan alasan yang rasional.

**b. Sebab-sebab Perilaku Terlambat**

Pada seorang siswa yang melakukan perilaku terlambat pasti memiliki alasan dari satu siswa dengan siswa lain pasti berbeda. Penyebab siswa satu dengan yang lain melakukan perilaku terlambat datang ke sekolah pasti berbeda pula. Menurut Prayitno dan Amti E (2004), menyatakan sebab-sebab siswa terlambat masuk sekolah yaitu

4. Jarak antara sekolah dan rumah jauh,
5. Kesulitan kendaraan,
6. Terlalu banyak kegiatan di rumah
7. Terlambat bangun,
8. Gangguan kesehatan,
9. Tidak menyukai suasana sekolah,
10. Tidak menyukai satu atau lebih mata pelajaran,
11. Tidak menyiapkan pekerjaan rumah (PR),
12. Kurang mempunyai persiapan untuk kegiatan di kelas,
13. Terlalu asyik dengan kegiatan di luar sekolah.

**14.METODE PENELITIAN**

**3.1. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Tujuan penelitian kuantitatif adalah mengembangkan dan menggunakan model matematis, teori dan hipotesis yang berkaitan dengan fenomena alam. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif biasanya dilakukan dengan jumlah sampel yang ditentukan berdasarkan populasi yang ada. Penelitian kuantitatif menitikberatkan pada masalah desain, pengukuran serta perencanaan yang dirinci secara jelas sebelum pengumpulan sampel dan analisis data Sutinah (Hardani dkk 2020)

**3.2. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah *quasi* eksperimental tipe *non-equivalent group design*. Desain eksperimen ini digunakan karena pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai perbandingan, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan.

**Table 3.1**

Desain penelitian *nonequivalent group design*

| Kelompok      | Pretest        | Perlakuan | Posttest       |
|---------------|----------------|-----------|----------------|
| Eksperimental | Y <sub>1</sub> | X         | Y <sub>2</sub> |
| Kontrol       | Y <sub>1</sub> | X         | Y <sub>2</sub> |

Sumber: Pandang & Anas (2019)

Keterangan:

X: Variabel Bebas

Y: Variabel Terikat

Variabel Bebas/Pengaruh (X) : Penerapan konseling behavioral dengan teknik *self management*

Variabel Terikat (Y): Sering terlambat datang ke sekolah

Keterangan :

A : *Baseline* 1 (Kondisi sebelum intervensi diberikan)

B : Intervensi

A : *Baseline* 2 (Kondisi setelah intervensi diberikan)

**3.2. Populasi dan Sampel**

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Dalam penelitian ini populasinya adalah

seluruh peserta didik kelas VIII yang memiliki masalah sering terlambat datang ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja tahun ajaran 2023/2024. yang diperoleh melalui hasil penyebaran angket observasi awal sehingga ditentukan 30 peserta didik.

**Tabel 3.2 Penyebaran Populasi**

| Kelas  | Jumlah Siswa | Populasi |
|--------|--------------|----------|
| VIII A | 26           | 13       |
| VIII B | 28           | 17       |
| TOTAL  | 54           | 30       |

Sumber: Hasil Penyebaran Angket

## 2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dijadikan objek dalam penelitian, dan dianggap dapat mewakili seluruh populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah *purposive sampling*. *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2021). Penelitian ini dilakukan dalam bentuk konseling kelompok, (Pandang & Anas, 2019) menyatakan bahwa kategori ukuran sampel kelompok rentan usia 12-19 tahun berjumlah 6-10 orang. Oleh sebab itu, untuk memudahkan peneliti melakukan treatment sesuai dengan aturan jumlah pada bimbingan dan konseling kelompok, penelitian menetapkan ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 24 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok.

**Tabel 3.3 Penyebaran Sampel Penelitian**

| No     | Kelas  | Jumlah Populasi | Jumlah Sampel        |
|--------|--------|-----------------|----------------------|
| 1      | VIII A | 15              | $15/30 \times 24=12$ |
| 2      | VIII B | 15              | $15/30 \times 24=12$ |
| Jumlah |        | 30              | 24                   |

## 3.2. Teknik Analisis Data

Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil tes penelitian berkaitan dengan tingkat ketidaksiplinan siswa khususnya masalah keterlambatan tiba di sekolah. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan analisis visual.

### 1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis data penelitian dimaksudkan untuk menganalisis data hasil tes penelitian berkaitan dengan perilaku terlambat datang ke sekolah. Teknik analisis data yang digunakan untuk menganalisis data hasil angket pada penelitian tersebut adalah analisis statistik inferensial.

### 2. Analisis statistik deskriptif

Analisis statistik deskriptif bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang keadaan konseli setelah diberikan treatment. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran perilaku sering terlambat datang ke sekolah sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) diberikan perlakuan berupa teknik *self management*. Dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan persentase, dengan menggunakan aplikasi SPSS 25 *for windows*. Pengolahan data dalam bentuk statistic pada dasarnya memberikan arti terhadap data penelitian berupa angka-angka yaitu dengan penyajian data berupa tabel biasa atau distribusi frekuensi dengan penjelasan kelompok melalui modus, mean, dan median.

### 3. Analisis statistik inferensial

Analisis inferensial digunakan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Hipotesis yang telah diuji dengan statistik parametrik dengan menggunakan *t-test*. Penggunaan *t-test* mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis harus berdistribusi normal dan homogen. Oleh karena itu dilakukan pengujian normalitas data pengujian homogenitas data sebagai berikut:

#### a. Uji Normalitas Data

Untuk menguji normalitas data dilakukan Uji *One Sample Kolmogorov Smirnov*. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data variabel penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas menggunakan teknik analisis Kolmogorov-Smirnov. Data variabel penelitian dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai *Asymp. Sig.(2-tailed) > 0,05*.

#### b. Uji Homogenitas Data



Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui data variabel penelitian homogen atau tidak. Untuk menguji homogenitas data dilakukan pada uji *homogeneity Of Variance*. Pengujian dilakukan dengan *Homogeneity Of Variance* menggunakan aplikasi SPSS 25 for windows. Data variabel penelitian dinyatakan homogen apabila nilai  $\text{sig} \geq \alpha 0,05$ .

c. Uji t t-test

Dimaksudkan untuk mengetahui bagaimana penerapan konseling behavioral dengan teknik *self management* untuk menurunkan sikap terlambat datang ke sekolah. Pengujian hipotesis dengan membandingkan nilai probabilitas dan nilai taraf signifikan.

**15. HASIL DAN PEMBAHASAN**

**4.1. Hasil Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen non-equivalent group design. Data yang telah terkumpul, dianalisis melalui analisis deskriptif dan analisis inferensial. Target behaviour dalam penelitian ini adalah perilaku terlambat siswa dengan menggunakan teknik self management. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII A dan siswa kelas VIII B yang mengalami perilaku terlambat di SMP Negeri 3 Anggeraja, yang berjumlah 24 orang. Selanjutnya, dalam mengkaji dan menjawab setiap pertanyaan peneliti akan dijelaskan dalam analisis data.

Pada penelitian ini, total subjek yang terlibat adalah 24 siswa. Mereka dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok kontrol yang terdiri dari 12 siswa, dan kelompok eksperimen yang terdiri dari 12 siswa. Data penelitian diperoleh melalui penggunaan instrumen pretest dan posttest yang dilakukan secara luring di kelas untuk menganalisis perilaku terlambat siswa ke sekolah dengan menggunakan Teknik self management. Sebelum digunakan, instrumen penelitian ini telah divalidasi oleh validator ahli dalam bidangnya. Validator 1 adalah Bapak Ahmad Harum, S.Pd, M.Pd.

Setelah dilakukan validasi, validator tersebut merupakan seorang dosen dari Universitas Negeri Makassar. Dalam penelitiannya, peneliti menggunakan 27 butir pernyataan sebagai instrumen untuk menganalisis perilaku sering terlambat siswa ke sekolah setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik self management.

**4.2. Gambaran Perilaku Terlambat Ke Sekolah di SMPN 3 Anggeraja**

a. Perilaku Terlambat Siswa Ke Sekolah Kelompok Eksperimen

Tingkat perilaku terlambat ke sekolah siswa pada kelompok eksperimen diperoleh berdasarkan hasil pretest yang dilaksanakan pada tanggal 16 juni 2023, terdapat 12 siswa di SMPN 3 Anggeraja. Berikut ini disajikan data tingkat perilaku terlambat ke sekolah siswa di SMPN 3 Anggeraja hasil pretest dan posttest yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan berdasarkan data penelitian.

Tabel 4.1 Hasil Analisis Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen

| Interval   | Kategori      | Kelompok Eksperimen |            |           |            |
|------------|---------------|---------------------|------------|-----------|------------|
|            |               | Pre-test            |            | Post-test |            |
|            |               | F                   | P (%)      | F         | P (%)      |
| 88,75– 108 | Sangat Tinggi | 0                   | 0          | 0         | 0          |
| 68,5-87,75 | Tinggi        | 12                  | 100        | 0         | 0          |
| 48,25-67,5 | Sedang        | 0                   | 0          |           | 91,66      |
|            |               |                     |            | 1         |            |
|            |               |                     |            | 1         |            |
| 27-47,25   | Rendah        | 0                   | 0          | 1         | 8,34       |
|            | <b>Jumlah</b> | 12                  | <b>100</b> | 1         | <b>100</b> |
|            |               |                     |            | 2         |            |

Sumber : SPSS Version 25

Data di atas menunjukkan bahwa gambaran tentang perilaku terlambat siswa ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja untuk kelompok eksperimen. Pada saat pelaksanaan *pretest*, menunjukkan bahwa perilaku sering terlambat siswa ke sekolah kelas eksperimen berada pada kategori tinggi dengan interval 68,5-87,75. Tidak ada responden atau 0% yang berada pada kategori sangat tinggi dengan interval 88,75 - 108 dan tidak ada responden atau 0% yang berada pada kategori sedang dengan interval 48,25-67,5 serta tidak ada responden atau 0% yang berada pada kategori rendah dengan interval 27-47,25. Rendahnya perilaku sering terlambat ke sekolah ditandai dengan datang ke sekolah tepat waktu.



Hasil posttest menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan teknik *Self Management*, tingkat perilaku terlambat mengalami penurunan. Dalam penelitian ini, 11 responden atau 91,66% berada pada kategori sedang dengan skor antara 48,25-67,5, sementara 1 responden atau 8,34 % berada pada kategori rendah dengan skor antara 27-47,25. Tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi (68,5-87,75), atau sangat tinggi (88,75 – 108).

Data ini membuktikan bahwa setelah mendapatkan perlakuan dengan teknik *Self Management*, siswa mengalami penurunan perilaku sering terlambat ke sekolah. Mereka menjadi bertanggung jawab dengan datang ke sekolah tepat waktu, serta pandai dalam mengatur waktu kegiatannya sehari-hari. Hasil ini memberikan dukungan bagi penggunaan teknik *Self Management* dalam meningkatkan perilaku terlambat siswa ke sekolah. Dengan demikian, teknik ini dapat menjadi pilihan yang efektif dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Hasil *pretest* dan *posttest* dari kelompok eksperimen dapat pada daftar lampiran.

**Tabel 4.2 Hasil Analisis *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol**

| Interval   | Kategori      | Kelompok Eksperimen |            |                  |            |
|------------|---------------|---------------------|------------|------------------|------------|
|            |               | <i>Pre-test</i>     |            | <i>Post-test</i> |            |
|            |               | F                   | P (%)      | F                | P (%)      |
| 88,75– 108 | Sangat Tinggi | 0                   | 0          | 0                | 0          |
| 68,5-87,75 | Tinggi        | 12                  | 100        | 0                | 0          |
| 48,25-67,5 | Sedang        | 0                   | 0          | 2                | 100        |
| 27-47,25   | Rendah        |                     | 0          | 0                | 0          |
|            | <b>Jumlah</b> | 12                  | <b>100</b> | 1                | <b>100</b> |
|            |               |                     |            | 2                |            |

Sumber: SPSS Version 25

Data di atas menunjukkan bahwa gambaran umum tentang perilaku terlambat siswa ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja untuk kelompok kontrol. Pada saat pelaksanaan *pretest*, menunjukkan bahwa tidak ada responden atau 0% yang memiliki perilaku terlambat pada interval 88,75 – 108. Terdapat 12 responden atau 100% responden berada pada kategori tinggi atau berada pada interval 68,5-87,75 dan tidak terdapat responden atau 0% berada pada kategori sedang atau berada pada interval 48,25-67,5 dan tidak terdapat responden atau 0% berada pada kategori rendah atau berada pada interval 27-47,25. Rendahnya perilaku sering terlambat ke sekolah ditandai dengan datang ke sekolah tepat waktu.

Dari hasil posttest, tidak terlihat adanya perubahan yang signifikan pada tingkat perilaku terlambat ke sekolah pada kelompok kontrol. Tidak ada responden atau 0% yang mencapai tingkat perilaku terlambat ke sekolah sangat tinggi dan tinggi, sedangkan pada saat *posttest* terdapat 12 responden atau 100% responden berada pada kategori sedang atau berada pada interval 48,25-67,5, dan tidak ada responden atau 0% responden yang berada pada kategori rendah atau berada pada interval 27-47,25. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang berarti pada tingkat perilaku terlambat pada kelompok Kontrol. Hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada daftar lampiran.

#### 4.3. Pembahasan Penelitian

##### 1. Gambaran Perilaku Terlambat Siswa Ke Sekolah di SMPN 3 Anggeraja Sebelum dan Sesudah Diterapkan Teknik *Self Management*

Perilaku terlambat memiliki dampak negatif yang signifikan pada perkembangan siswa. Ketika siswa datang terlambat ke sekolah, hal ini dapat mengganggu proses belajar-mengajar. Siswa cenderung menjadi malas dan kurang fokus dalam kegiatan pembelajaran. Mereka juga mungkin merasa mengantuk bahkan tertidur di kelas. Selain itu, dampak dari kurangnya kedisiplinan juga dapat mengakibatkan siswa sulit berkonsentrasi saat belajar. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk mengatasi masalah ini dengan beberapa langkah. Pertama, siswa perlu melatih diri untuk menjalankan kewajibannya dalam belajar secara teratur. Dengan memiliki jadwal belajar yang teratur, siswa dapat mengatur waktu mereka dengan lebih efektif.

Selanjutnya, siswa juga perlu mengatur waktu luangnya dengan bijaksana. Meskipun bermain dan bersantai penting untuk keseimbangan hidup, siswa perlu memastikan bahwa waktu luang mereka tidak mengganggu kewajiban belajar mereka. Dengan mengatur waktu dengan baik, siswa dapat membagi waktu mereka antara belajar dan bermain. Selain itu, siswa juga perlu meningkatkan motivasi belajarnya. Dengan memiliki tujuan yang jelas dan menyadari manfaat belajar, siswa akan lebih termotivasi untuk belajar dengan sungguh-sungguh. Motivasi yang tinggi akan membantu siswa tetap fokus dan berkonsentrasi saat belajar.

Terakhir, siswa perlu mengelola waktu mereka dengan baik agar tidak terlambat datang ke sekolah. Keterlambatan dapat mengganggu konsentrasi dan mempengaruhi kinerja belajar siswa. Oleh karena itu,

siswa perlu memastikan bahwa mereka bangun dan berangkat ke sekolah tepat waktu. Dengan mengatasi kurangnya kedisiplinan ini, siswa akan dapat meningkatkan konsentrasi dan meraih hasil belajar yang lebih baik

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Anggeraja dengan melibatkan dua subjek kelas VIII dan kelas VIII yang mengalami perilaku terlambat. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan jenis *non equivalent group desain*. Dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk menerapkan teknik self management sebagai solusi untuk mengatasi perilaku terlambat yang dialami oleh siswa kelas VIII dan kelas VIII B. Teknik self management adalah suatu pendekatan yang memungkinkan individu untuk mengatur dan mengontrol perilaku mereka sendiri. Dengan menerapkan teknik ini, diharapkan siswa-siswa tersebut dapat meningkatkan kedisiplinan dan kepatuhan mereka terhadap waktu serta mengurangi perilaku terlambat yang mengganggu proses pembelajaran.

## **2. Gambaran Pelaksanaan Penerapan Teknik *Self Management* untuk Mengatasi Siswa yang sering terlambat ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja**

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan proses intervensi sebanyak 4 kali pertemuan dengan mengacu pada langkah-langkah dalam teknik self management yang dikembangkan oleh Komalasari. Langkah-langkah tersebut meliputi pengumpulan data mengenai perilaku terlambat, pengembangan rencana tindakan yang spesifik dan terukur, pemantauan dan evaluasi hasil, serta penyesuaian rencana jika diperlukan. Dengan mengikuti langkah-langkah ini, diharapkan siswa-siswa dapat mengembangkan keterampilan self management mereka dan mengurangi perilaku terlambat yang mengganggu proses pembelajaran.

Pada tahap Pertama, peneliti meminta siswa untuk secara aktif mengobservasi jurnal harian yang mereka buat mengenai jadwal kegiatan yang menyebabkan atau menyebabkan keterlambatan. Tujuan dari langkah ini adalah untuk mengetahui dengan lebih jelas faktor-faktor yang berkontribusi terhadap keterlambatan siswa. Selanjutnya, peneliti memberikan inventori kepada siswa sebagai instrumen tambahan yang dapat mendukung bahwa masalah keterlambatan memang dialami oleh siswa tersebut.

Pada tahap kedua evaluasi diri, peneliti akan meninjau jurnal kegiatan yang telah dibuat oleh siswa dan meminta mereka untuk mengevaluasi keberhasilan apa yang telah mereka capai dalam mengurangi keterlambatan ke sekolah. Selain itu, peneliti juga memberikan lembar "Refleksi Diri" kepada siswa untuk mengevaluasi perilaku mereka dan mencatat keberhasilan dan kegagalan dalam mengubah perilaku yang menjadi penyebab keterlambatan. Tindak lanjut yang perlu dilakukan juga dituangkan dalam lembar tersebut agar siswa dapat berkomitmen dalam mengubah perilaku tersebut agar tidak terulang kembali dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Tahap ketiga dalam pendekatan ini adalah memberikan penguatan, penghapusan, atau hukuman. Pada tahap ini, siswa mulai memiliki motivasi yang kuat untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak bermanfaat, terutama yang mengganggu studi dan perilaku yang membuatnya terlambat. Peneliti meminta siswa untuk mengumpulkan jurnal kegiatan mereka selama satu minggu dan memberi kesempatan kepada siswa untuk menilai hasil catatan mereka sendiri. Sebagai hadiah, peneliti memberikan pujian atas keberhasilan siswa dalam mengurangi perilaku terlambatnya.

Pada tahap evaluasi dan tindak lanjut, peneliti akan mengingatkan siswa tentang setiap tahapan kegiatan yang telah dilakukan. Tujuannya adalah untuk mengevaluasi semua kegiatan yang telah dilakukan dan juga menutup semua rangkaian kegiatan tersebut. Peneliti juga akan mengucapkan terima kasih kepada siswa atas partisipasinya dalam kegiatan konseling dari awal hingga akhir. Berdasarkan analisis yang diperoleh melalui observasi pada setiap tahapan konseling, siswa terlibat secara aktif dalam melaksanakan setiap proses kegiatan. Dalam pelaksanaan teknik self management, siswa diberikan lembar kerja dan tugas rumah pada setiap tahapannya. Dalam tahap pertama hingga tahap terakhir, terlihat bahwa keterlambatan siswa mengalami penurunan yang dapat dipantau langsung oleh siswa sendiri. Dalam proses penerapan teknik self management ini, peneliti dibantu oleh guru Bimbingan dan Konseling serta kepala sekolah untuk mengamati siswa kelas VIII dan kelas VIII terkait waktu kedatangan mereka ke sekolah.

## **3. Apakah Penerapan Teknik *Self Management* Dapat Mengatasi Perilaku Sering Terlambat Ke Sekolah Di SMPN 3 Anggeraja.**

Penerapan teknik *self management* terhadap siswa yang sering terlambat ke sekolah dapat diketahui melalui analisis statistik inferensial, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan uji one sample Kolmogorov smimov dengan hasil yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Setelah itu, maka dilakukan uji homogenitas antara *pretest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, serta *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan uji SPSS 25 dengan hasil yang menunjukkan kedua kelompok data dinyatakan homogen. Tahap selanjutnya yaitu uji hipotesis.

Berdasarkan hasil uji t-test dengan menggunakan statistik inferensial, ditemukan adanya perbedaan kedisiplinan keterlambatan siswa ke sekolah antara kelompok eksperimen yang menggunakan teknik *self management* dan kelompok kontrol yang tidak menggunakan teknik *self management*. Hasil uji Independent

Sample t-Test menunjukkan adanya perbedaan nilai kedisiplinan keterlambatan siswa ke sekolah sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Selain itu, uji ini juga menunjukkan adanya perbedaan nilai rata-rata kedisiplinan keterlambatan siswa ke sekolah antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Penerapan teknik *self management* terhadap siswa yang sering terlambat ke sekolah kelas VIII ini tidak terlepas dari kelebihan teknik *self management*. Hal ini cormier dan cormier (yusuf, 2015) menjelaskan kelebihan penerapan teknik *self management* antara lain: 1). Penggunaan teknik *self management* dapat meningkatkan pengamatan seorang dalam mengontrol lingkungannya, serta dapat menurunkan ketergantungan seseorang pada konselor ataupun orang lain, 2). Penggunaan teknik *self management* merupakan pendekatan yang pembayarannya terjangkau dan prosesnya cukup memudahkan konseli dalam proses pembelajaran, 3). Dalam penelitian, jarang didapat seseorang menolak penggunaan instruksi program *self management*. 4). *Self management* dapat menambah proses belajar secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan, baik pada situasi bermasalah atau tidak.

Penerapan teknik *self management* memiliki efektivitas yang tinggi dan memberikan dampak positif jika diterapkan pada siswa yang sering terlambat ke sekolah. Hal ini merupakan pengetahuan baru yang berpotensi untuk digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah guna membantu mengurangi perilaku terlambat siswa.

#### 4. KESIMPULAN

1. Hasil penelitian tentang penerapan teknik *self management* untuk mereduksi kesulitan mengatur waktu belajar pada siswa sebagai berikut:
2. Gambaran perilaku terlambat siswa ke sekolah di SMPN 3 Anggeraja sebelum dan sesudah diterapkan teknik *self management* perilaku terlambat memiliki dampak positif yang signifikan pada perkembangan siswa. Perilaku terlambat ke sekolah pada saat pretest dan posttest kelompok eksperimen berada pada kategori tinggi dan sedang mengalami perubahan. Pada saat pretest dan posttest pada kelompok kontrol tetap berada pada kategori tinggi sehingga tidak ada perubahan yang signifikan.
3. Berdasarkan hasil observasi konseli aktif dalam mengikuti pelaksanaan teknik *self management* konseling kelompok mulai dari pertemuan pertama sampai pada pertemuan ke 4. Hal ini dapat diketahui dari keaktifan siswa dalam mengemukakan pendapat permasalahan yang dialami serta aktif dalam mengisi lembar kerja. Dari keaktifan konseli dalam mengikuti konseling umumnya konseli sudah mulai dapat merasakan perubahan dalam tingkat perilaku terlambat.
4. Penerapan teknik *self management* terhadap siswa yang sering terlambat ke sekolah dapat diketahui melalui analisis statistik inferensial, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Berdasarkan hasil uji t-test dengan menggunakan statistik inferensial, ditemukan adanya perbedaan kedisiplinan keterlambatan siswa ke sekolah antara kelompok eksperimen yang menggunakan teknik *self management* dan kelompok kontrol yang tidak menggunakan teknik *self management*. Penerapan teknik *self management* memiliki efektivitas yang tinggi dan memberikan dampak positif jika diterapkan pada siswa yang sering terlambat ke sekolah.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah ,dkk . (2020). Manajemen Waktu: dari Teori menuju Kesadaran Diri Peserta Didik. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 3(4).
- Alamri,N. (2015). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015) .*Jurnal konseling*. 1 (01).
- Anas Muhammad & Pandang Abdullah. (2019). *Penelitian Eksperimen dalam Bimbingan dan Konseling*. Makassar. Badan Penerbit UNM.
- Astuti, A. D., & Lestari, S. D. (2020). Teknik *Self Management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah. *Counselia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 54.
- Baihaqi, A., & Utami Riyanti. (2020). Siswa Terlambat Masuk Sekolah Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturing Kognitif. *Jurnal Helper*, 37(1), 23–31.
- Claessens. (2007). Manajemen Waktu, Dukungan Sosial, dan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA. *Journal of Guidance and Counseling*. 8(1)
- Dharsana. (2017). Efektifitas Konseling Behavioral Teknik Modelling Dengan Setting Lesson Study Untuk Meningkatkan Self Succorance Siswa Kelas VII.3 SMP Lab Undiksha Singaraja. *Journal of Counseling*. 2(2)

- Elvina. (2019). Efektivitas *self management* terhadap keterlambatan menyerahkan tugas pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 17(2).
- Gunarsa. (2004). Efektifitas Konseling Behavioral Teknik Modelling Dengan Setting Lesson Study Untuk Meningkatkan Self Succorance Siswa Kelas VII.3 SMP Lab Undiksha Singaraja. *Journal of Counseling*. 2(2)
- Insiyroh, Lailatul. (2017). Studi Tentang Penanganan Siswa Yang Terlambat Tiba di Sekolah Oleh Guru BK SMA Negeri 1 Gresik. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol 7 (01). (Online) <http://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id>. Diakses pada tanggal 20 Februari 2018.
- Isnaini, F., & Taufik. (2016). Strategi *Self-Management* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 16(2), 33–42.
- Hardani dkk. (Eds). (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Pustaka Ilmu. Yogyakarta.
- Harahap, A., C., P., Syafira, R., & Nasution, S. (2022). Terlambat Sekolah ( Studi Kasus pada Anak Pesisir Pantai ). *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4), 6552-6558.
- Hidayat & Miskadi. (Eds.) .(2022). *Buku Panduan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavior Untuk Mengatasi Kedisiplinan Masuk Sekolah* Lingkungan handayani, Leneng Praya, Lombok Tengah, NTB: Sulistiyono Joko
- Komalasari. (2011). Konseling behavioral dengan teknik overcorrection untuk mengurangi perilaku membolos siswa. *Jurnal mimbar*. 1(1)
- Komang, N., dkk. (2018). Effectiveness of Behavioral Counseling Modeling Techniques with Lesson Study Settings to Improve Self-Succorance of Class VII.3 Students of Undiksha Singaraja Middle School Lab Efektifitas Konseling Behavioral Teknik Modelling Dengan Setting Lesson Study *Bisma The Journal of Counseling*, 2(2), 90–96.
- Kusumah, R., N., Farial, Haryadi, H., & Wardah, A. (2022). Peranan Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Siswa Yang Terlambat Datang Ke Sekolah Di Smp Negeri 23 Banjarmasin. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia.*, 8(3), 1-9.
- Kusuma Wide, K. T., Saputra, W. N. E., Alhadi, S., & Prasatiawan, H. (2019). Keefektifan Solution Focused Brief Counseling (SFBC) untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 89-102.
- Nakpodia & Dafiaghor. (2011). Teknik *Self Management* untuk mengurangi perilaku terlambat datang di Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 10(1).
- Nurlaeli,S & dan Wijaya. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kebiasaan Siswa Terlambat Ke Sekolah. *Skripsi*.
- Nursalim & Ratna. (2013). Konseling individu melalui teknik *self management* di smp negeri 2 kadungora. *Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP Siliwangi*. 4(3).
- Nurhidayatullah dkk. (2021). Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kebiasaan Terlambat Siswa.
- Maile, S., & Olowoyo, M. M. (2017). The Causes of Late Coming among High School Students in Soshanguve, Pretoria, South Africa. *Pedagogical Research*, 2(2), 1– 11.
- Mishra. (2008). Upaya Mengatasi Keterlambatan Siswa Masuk Kelas Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Manajemen Waktu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling*. 4(2).
- Mulkiya, (2019). Konseling Behavior Dengan Teknik Overcorrection Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa. *1(1),1-9*.
- Mulyani, A. (2017). Peningkatan Kehadiran Siswa kelas XI Pemasaran 2 Menggunakan Konseling Perorangan Teknik Eklektik. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 167.
- Muratama, M.S. (2018). Layanan Konseling Behavioral Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Dan Tanggung Jawab Belajar Siswa Di Sekolah. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 5(1), 1–8.
- Macan, dkk. (2020). Time Manajemen ; Testop Proses Model, *American Journal of Terhealth Studies*, (American: Proquest Research library, 2000 ), hlm. 41.
- Purwanto. (2018). Pengembangan instrumen konsep diri dalam manajemen waktu pada siswa kelas XI Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Education*. 9(1)
- Rachman, Wolpe, & Gladding. (2015). Layanan konseling behavioral teknik *self management* untuk meningkatkan disiplin dan tanggung jawab belajar siswa di sekolah. *Jurnal Hasil Penelitian Universitas Negeri PGRI Kediri*. 5(1)
- Rahman. (2013). Upaya Mengatasi Keterlambatan Masuk Kelas Melalui Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Media Sosiodrama. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Bimbingan Dan Konseling*.
- Retno Ningtyas. (2015). Menurunkan perilaku siswa terlambat masuk sekolah melalui konseling kelompok dengan teknik restrukturizing kognitif. *Jurnal Helper*. 37(1).

- Sandra, dkk. (2013). Manajemen Waktu, Efikasi Diri Dan Prokrastinasi. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Sept. 2013, Vol. 2, No. 3, hal 217 – 222.
- Sopiana, N., & Muzanni, A. (2019). Pengaruh Teknik Self Management Terhadap Perilaku Menyontek Pada Siswa Kelas Xi Sman 1 Narmada Kabupaten Lombok Barat. *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1).
- Supriyanto, Agus (Ed) (2016). Buku panduan Layanan Konseling Individual Pendekatan behavioristik teknik shaping untuk mengatasi perilaku terlambat datang sekolah. Yogyakarta.
- Supriyanto, Agus. (2012). Mengatasi Perilaku Terlambat Datang ke Sekolah Melalui Layanan Konseling Individual Pendekatan Behavioristik Dengan Teknik Behavior Shaping di SMP Negeri 19 Semarang Tahun Ajaran 2011/2012. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol 1 (01). (Online) <http://journal.unnes.ac.id>. Diakses pada tanggal 20 Februari
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suhardita, dkk. (2022). Implementasi Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Menanggulangi Perilaku Membolos. *Widyadari*, 23(1), 206–219.
- Wilmore. (1959). Faktor-faktor Siswa Datang Terlambat ke Sekolah. Makalah Tentang Faktor Keterlambatan Siswa ke Sekolah, <http://google.co.id/search>.
- Wikipedia. (2014). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku terlambat masuk sekolah. *Jurnal Konseling Gusjigang*. 1(1)
- Yusuf, Nur Indah. (2015). Pengaruh Teknik *self management* terhadap peningkatan kemandirian belajar siswa di SMPN 2 Makassar. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Makassar.
- Zaen, J., dkk. (2020). Efektivitas *Self Management* Terhadap Keterlambatan Menyerahkan Tugas pada Masa Pandemi Covid-19. *Guidance*, 17(02), 43–53.