

**PENGGUNAAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM
KONSELING KELOMPOK TERHADAP KEDISIPLINAN
BELAJAR SISWA KELAS IX SMP NEGERI 24 SURABAYA**

SKRIPSI



Oleh :
Adam Achmadi
NIM 175000024

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2021**

**PENGGUNAAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM
KONSELING KELOMPOK TERHADAP KEDISIPLINAN
BELAJAR SISWA KELAS IX SMP NEGERI 24 SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling

Adam Achmadi
NIM 175000024

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Adam Achmadi
NIM 175000024

Judul Skripsi : Penggunaan Teknik *Self Management* dalam
Konseling Kelompok terhadap Kedisiplinan
Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 24 Surabaya.

Surabaya, 25 Februari 2021

Dosen Pembimbing,

Mengetahui,
Ketua Program Studi BK



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
NIDN. 0728126701



Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0707019003



**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADIBUANA SURABAYA**

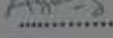

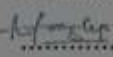
Kampus I : J. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5062804 Surabaya 60234
Kampus II : J. Duitoh Menanggal XI Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234

Website: www.upgrisura.ac.id

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Adam Achmadi dengan judul *Penggunaan Teknik Self Management* dalam Konseling Kelompok terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 24 Surabaya telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 25 Februari 2021.

Dewan Penguji:

- | | | |
|---------------------------------------|---------|---|
| 1. Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd. | Ketua |  |
| 2. Aniek Wirastania, S.Pd., M.Pd. | Anggota |  |
| 3. Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd. | Anggota |  |

Mengesahkan
Dekan FPP



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.
NIP. 196702091992031002

Mengetahui
Ketua Program Studi BK,



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
NIDN. 0728126701

KATA PENGANTAR

Segala Puji syukur kehadirat Tuhan yang Maha Kasih atas segala Cinta dan KebaiKaNyA sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir kuliah yaitu skripsi yang mengangkat judul tentang “Penggunaan Teknik Self Management dalam Konseling Kelompok terhadap Kedisiplinan Belajar Siswa”. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Penyusunan skripsi ini tentu saja di dalamnya peneliti menemui kesulitan dan hambatan, akan tetapi berkat bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak saya dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang terutama kepada:

1. Bapak Dr. Marianus Subandowo, M.Sc., selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes., selaku Dekan FPeP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Dr. Mudhar, M.Psi., selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Ibu Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan, nasihat, kritik, dan saran serta motivasi kepada penulis.
5. Kedua orang tua saya yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materi.
6. Bapak Budi Setyawan, S.Pd., M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 24 Surabaya yang telah memberikan tempat untuk pelaksanaan penelitian.
7. Ibu Dra. Murtiningsih, M.Pd., selaku Guru Pamong di SMP Negeri 24 Surabaya yang telah memberikan pengalaman dan arahan serta motivasi kepada penulis.
8. Semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengundang pembaca yang budiman untuk memberikan saran serta kritik yang bersifat membangun. Demikian yang dapat penulis sampaikan, semoga skripsi ini bermanfaat untuk semua kalangan, aamiin.

Penulis

Adam Achmadi

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Tetaplah berusaha, berdoa, dan bersyukur serta jangan mengeluh, karena semua dapat tercapai apabila kita berusaha dan berdoa.

PERSEMBAHAN :

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala berkat, rahmat, dan hidayah-Nya atas terselesaikannya skripsi ini, dan saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tuaku yakni Mama tersayang Aminah dan Ayah terhebatku Khoirin Chandra Subagio, yang tiada hentinya mendukung, menyemangati dan memberikan doa untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Adikku tersayang Fariz Aditya yang selalu mendukung saya untuk setiap kegiatan selama pelaksanaan penyelesaian skripsi
3. Dosen saya Ibu Elia Firda Mufidah, S.Pd., M.Pd., yang memberikan bantuan penunjang skripsi berupa media (laptop).
4. Sahabatku dari SMA hingga sekarang terutama Yusril Alfalah Rilando, Nabila Farah Fernita, dan Selinda Avia Agustin yang selalu memberikan semangat dan membantu saya dalam segala hal apapun.
5. Sahabatku SD Niko Kurniawan, Herfani Puspita Damayanti, Novelta Mario Sukmana, yang telah membantu saya mengedit dan meminjam laptop.
6. Sahabat kuliah saya Rays Tri Prasetya, Dyah Hayuning Yanuarti, Dyah Anggraeni, Fita Widya Putri, Prasetya Nigrum, Pury Ayu, Dhea Oktavia, Rohani Gultom.
7. Sahabat sekaligus kakak di Paduan Suara Gita Pesona Kak Dwi Agustin.
8. Teman seperjuangan BK A1 2017.
9. Teman PLP II.2 yakni Mas Danang Yudho Prabowo, Mohammad Rifkon Al Forkoni, Yusuf Achmad Ariadi, Kuthe Sandya Respatiningrum, Riska Trisani, Dwi Kharisma, yang selalu mendukung dan memberikan semangat.
10. Almamaterku tercinta.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Adam Achmadi
NIM : 175000024
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Fakultas Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 25 Februari 2021
Yang membuat pernyataan,



Adam Achmadi
NIM. 175000024

DAFTAR ISI

Haaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Kata Pengantar.....	iv
Halaman Motto dan Persembahan.....	vi
Halaman Pernyataan Keaslian	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Grafik	xii
Daftar Lampiran	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Variabel dan Definisi Operasional Variabel.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka.....	9
1. Kedisiplinan Belajar	9
2. Faktor yang Mempengaruhi Disiplin Belajar	11
3. Fungsi Disiplin	12
4. Pentingnya Disiplin Belajar	12
5. Pembentukan Disiplin Belajar.....	14
6. Aspek-Aspek Kedisiplinan Belajar	14
7. Dampak Positif dan Negatif Kedisiplinan Belajar	15
8. Macam-Macam Kegiatan Disiplin Belajar.....	15
9. Upaya Peningkatan Kedisiplinan Belajar	16
10. Konseling Kelompok.....	17
11. Tujuan Konseling Kelompok	19
12. Teknik Self Management	19

13. Tahapan Konseling Kelompok.....	21
14. Tahapan Teknik Self Management dalam Konseling Kelompok.....	21
15. Tujuan Teknik Self Management dalam Konseling Kelompok.....	23
16. Kelebihan dan Kekurangan Teknik Self Management.....	24
17. Manfaat Teknik Self Management dalam Konseling Kelompok.....	25
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	25
C. Kerangka Konseptual	27
D. Hipotesis.....	28
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	29
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
1. Populasi.....	30
2. Sampel	30
C. Metode Pengumpulan Data	30
1. Skala Pengukuran.....	30
2. Validitas	32
3. Reliabilitas	33
D. Teknik Analisis Data	37
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	38
1. Deskripsi Hasil Penelitian.....	38
B. Uji Hipotesis.....	47
C. Pembahasan.....	48
 BAB V PENUTUP	
A. Simpulan.....	57
B. Saran.....	58
 DAFTAR PUSTAKA	 59
LAMPIRAN- LAMPIRAN	62

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Ketentuan Skor Item.....	30
3.2 <i>Blue Print</i> Kedisiplinan Belajar Siswa	31
3.3 Hasil Uji Validitas	32
3.4 Hasil Uji Reliabilitas	33
3.5 Rencana Kegiatan Konseling Kelompok Menggunakan Strategi <i>Self Management</i>	34
4.1 Rentang Nilai.....	38
4.2 Hasil <i>Pretest</i> Kelas IX A	39
4.3 Hasil <i>Pretest</i> 10 Siswa yang Memiliki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah	41
4.4 Kegiatan Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	43
4.5 Hasil <i>Posttest</i> 10 Siswa yang Memiiki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah	45
4.6 Hasil <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> 10 Siswa yang Memiliki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah.....	46
4.7 Statistik Deskriptif.....	47
4.8 <i>Ranks</i> pada SPSS <i>For Windows</i> Versi 26.0.....	48
4.9 <i>Test Statistic</i>	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual	27
3.1 Rancangan Penelitian	29

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Nilai Persentase Hasil Kedisiplinan Belajar Siswa	41
4.2 Hasil <i>Pretest</i> 10 Siswa yang Memiliki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah	42
4.3 Hasil <i>Posttest</i> 10 Siswa yang Memiliki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah	45
4.4 Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> 10 Siswa yang Memiliki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Surat Ijin Penelitian	62
Surat Balasan Penelitian	63
Surat Keterangan Balasan.....	64
Format Revisi Skripsi	65
Analisis Data Validitas dan Reliabilitas pada SPSS <i>for</i> <i>Windows</i> Versi 26.0.....	66
Instrumen Penelitian Sebelum Validasi.....	66
Uji Reliabilitas.....	69
Uji Validitas Instrumen Penelitian	71
Instrumen Penelitian Setelah Validasi	75
Hasil Pretest Kelas IX A.....	81
Pengkategorian Hasil.....	84
Hasil Posttest 10 Siswa yang Memiliki Nilai Kedisiplinan Belajar Rendah	85
Analisis Data Dengan Uji Wilcoxon	86
Foto Pada Google Meet Saat Pemberian Layanan Kepada Anak Didik	87
Hasil Perlakuan Teknik <i>Self Management</i> Diri Pada Lampiran Kegiatan Mencatat Jadwal Kegiatan Di Rumah Maupun Di Sekolah.....	88
RPL Kegiatan Konseling Kelompok	89
<i>Power Point</i> Teknik <i>Self Management</i>	93